

Verslag van de studiedag:

Waarnemen, contact en communicatie:
innerlijk in dialoog met het ecosysteem, een nieuwe stap.

6 oktober 2006
Landgoed Nieuwland, Heilig Landstichting bij Nijmegen

Document 1
in de serie

Natuurbeleving en natuurbeleid met gevoel en verstand

Georganiseerd door

Drs. Henny Ketelaar van Bronnen Bomen: Centrum voor de verspreiding van inheemse houtige gewassen. (www.bronnen.nl)

Dr. Saskia Bosman: biologe, onderzoeker en trainer in bewustzijnsontwikkeling en co-creatie wetenschappen. (sothisster@gmail.com, www.angelfire.com/psy/sothis en http://www.angelfire.com/ak5/research_1/)

Yvonne Feijen: Aarde-educateur, ontwikkelaar en facilitator voor projecten over bewustwording en duurzaamheid. (y.feijen@hetnet.nl, www.yvonnefeijen.nl)

Met medewerking van

Chrisjan Leermakers, SYSTOP Systeemopstellingen (info@systop.nl, www.systop.nl) en
Gerwine Wuring, Aerda - Bureau voor Aarde Educatie (aerda@wxs.nl, www.aerda.nl),
verslag.

De bossen zwaar van de regen

Het is een grijze regenachtige dag. We zitten eerst nog wat ongemakkelijk bij elkaar, in het kleine bovenzaaltje van huize Nieuwland. Frits en Guus, Machiel en Chrisjan als deelnemers, Yvonne, Henny en Saskia als initiatiefnemers en ik met een pen in de aanslag. Afwachtend en nieuwsgierig, wat zou ons deze dag brengen? Wat hebben deze mensen elkaar te vertellen, wat hebben wij allen met de natuur, het landschap en wat is ieders bemoeienis daarmee? Buiten giet het zo af en toe van de regen, de omringende bossen worden zwaar van het water. Als wij naar buiten gaan om een ervarings- of waarnemingsoefening te doen, is het evenwel steeds vriendelijk droog en redelijk aangenaam beschut in datzelfde bos.

Onderstaande verslag is de eerste in een serie documenten, waarin ik wil beschrijven op welke wijze het mystieke, het spirituele, het onbenoembare in de wisselwerking mens en natuur onomstotelijk een rol speelt in het leven van mens én natuur. Het is mijn bedoeling van deze en soortgelijke bijeenkomsten op te tekenen op welke wijze mensen deze diepe verbondenheid met de natuur ervaren, welke woorden zij daar aan geven en hoe zij daar mee werken in hun dagelijkse leven. In de hoop en verwachting dat meer en meer mensen erkennen dat bewustzijn van deze wisselwerking met de ons omringende natuur van levensbelang is voor mens en natuur. Opdat gevoel en verstand beide in gelijke mate hun doorwerking mogen hebben in natuurbeleving en natuurbeleid.

Dit verslag is een weergave van een aantal zaken die zijn gezegd, ervaren, benoemd en gesuggereerd door bovengenoemd gezelschap op de studiedag 'Waarnemen, contact en communicatie: innerlijk in dialoog met het ecosysteem, een nieuwe stap' op 6 oktober 2006 op Landgoed Nieuwland, Heilig Landstichting bij Nijmegen. Voor een deelnemerslijst verwijs ik naar de bijlage.

Drs. Gerwine Wuring, Aerda, Bureau voor aarde educatie, visie-ontwikkeling en methodiekscholing (www.aerda.nl), verslaglegging. Met dank aan Yvonne, Henny, Saskia en Chrisjan die het mij mogelijk maakten dit verslag te schrijven en daarop nog hun verrijkende invloed hebben gehad.

Aanleiding en kaderstelling of woord vooraf

Over de invloed van menselijk ingrijpen in het landschap en in natuurgebieden is veel bekend, maar dat de natuur zelf een gesprekspartner kan zijn in bijvoorbeeld het 'overleg' over het beheer ervan is een relatief onbekend fenomeen.

Toch kun je stellen dat deze 'innerlijke dialoog met de natuur' op een bepaalde manier aansluit op een ontwikkeling die sinds de jaren '80 in het natuurbeheer is ingezet. Henk Saeys introduceerde in die tijd de 'dialoog met het ecosysteem'. Als bioloog en waterdeskundige bij Rijkswaterstaat heeft hij jarenlang een vernieuwende invloed gehad. Saeys adviseerde goed te kijken naar de processen die zich in de natuur afspelen en hierop maatregelen (voor inrichting en beheer) af te stemmen. En dan vervolgens weer goed kijken hoe de natuur hierop reageert. De ervaring van de initiatiefnemers van deze studiedag is dat deze dialoog ook dieper bij ons zelf naar binnen kan gaan. Wij verinnerlijken als het ware de natuur in ons zelf en kunnen met behulp van ons gevoel en intuïtie onze omgeving beter leren begrijpen en daardoor de interactie meer organisch laten verlopen. We zien deze innerlijke dialoog met het ecosysteem als een logische *volgende stap* in de ontwikkeling van het natuurbeheer.

Er kan een speciale relatie ontstaan met een terrein waarin je je vaak begeeft. Je neemt de invloeden van de seizoenen waar, je volgt de ontwikkeling van flora en fauna en je voelt de sfeer van specifieke plekken aan zonder daar speciaal woorden aan te geven. Op een gegeven moment kun je het gevoel krijgen dat je zelf waargenomen wordt, dat het stukje natuur weet dat je er bent. Daar zit het begin van de innerlijke dialoog met die natuur, een start voor samenwerking met de natuur.

Aldus de initiatiefnemers van deze studiedag, die elkaar hebben ontmoet in hun diepe belangstelling voor het thema '*waarnemen, contact en communicatie met de natuur*'. Zij stelden zichzelf de vraag; welke invloed heeft je eigen intentie op de natuur? En welke verbinding, resonantie en wisselwerking kun je ervaren met de natuur ter plaatse? Uit eigen ervaring onderscheiden ze een drietal fases, het waarnemen, het contact en de communicatie met bijvoorbeeld vogels, mieren en plekken in het landschap. Op het moment dat je jezelf toestaat en open stelt kan deze speciale vorm van communicatie met de natuur ontstaan.

Uit deze ontmoeting ontstond het idee om een studiedag te organiseren voor natuurbeheerders, bosbouwers en natuurbeleidsmakers over het thema '*innerlijk in dialoog met het ecosysteem*'. Met het doel te ervaren hoe het is om vanuit een dialoog met de natuur tot samenwerking te komen over het beheer van die natuur en zo een nieuwe stap te maken in visies op natuurontwikkeling en ruimtelijk gebruik

1. Energetische wisselwerking mens & natuur

1.1. Waar we allen wel vertrouwd mee zijn

We kennen allen de verbinding tussen mens en natuur, de boom, het landschap in praktische zin, doordat we vanuit onze kennis ingrijpen in de natuur. Een technisch kundige, antropocentrische actie die veelal onbewust ook andere invloeden met zich mee brengt. Het levert opmerkelijk andere resultaten als je in die wisselwerking ook je eigen persoonlijke (zintuiglijke en gevoels-) ervaringen een bewuste rol laat spelen. Op deze dag wordt daar onder andere het volgende over gezegd:

Frits vertelt dat hij zich heel sterk bewust geworden is van de krachten van de natuur en hoe belangrijk die zijn, al heeft ie dat onbewust altijd al wel geweten. Na een dag hard werken zoekt hij zijn ontspanning in de natuur. Hij wil daar graag andere mensen in mee nemen, ze moeten het zelf ervaren, hij wil dat gevoel kweken en het ze meegeven.

Machiel vertelt van zijn werk als beheerder van de Zuidwest Veluwe bij Natuurmonumenten. Eerder was hij opzichter in de Planken Wambuis. Een jongens droom; als 10 jarig jongetje fietste hij daar al, die naam van dat gebied alleen al! En dan spannend zo zonder kaart door dat gebied te fietsen, en een ree te zien... Dat deed hem wat. Hij is hier om weer eens een dagje buiten te kunnen zijn en om plekken te bezoeken waar hij zich plezierig en geïnspireerd weet en kan voelen. Die emoties, dat tot tranen toe geraakt worden, geeft hem ook weer de energie, 'Dat geef ik mezelf, dat gun ik mezelf zo af en toe'.

Ook vroeger wisten we het al, dat er iets is in de natuur. Je wordt er minder ziek of juist beter, denk aan de sanatoria, je komt even los uit de hectiek, je zintuigen worden anders geprikkeld, er komt energie bij je vrij.

Frits vertelt hoe hij in opdracht van de gemeente Almere zocht om iets voor de bewoners te doen, los van de gebaande paden. Ze kwamen op een soort speelbos, waar meer prikkels zijn en mensen een ander gevoel gaan krijgen.

1.2. Eigen ervaringen in het veld

Yvonne nodigt ons uit 2 aan 2 naar buiten te gaan en ons te herinneren hoe we vroeger als kind ons verbonden voelden met de natuur. We wisselen uit over de ervaringen die we hebben met de beleving van verschillende plekken? Waarom sta je nu juist hier stil? Wat doet deze plek met je? Het gaat kennelijk over de kwaliteit van een plek en waar jij je prettig bij voelt. Dus dan moet daar iets zijn! Wat is dat dan? Na de middag gaan we met z'n allen een aantal plekken bij langs waar ieder zwijgend, zonder woorden en toelichting voelt en ervaart wat er te ervaren valt. Ik noteerde er naderhand de volgende uitspraken en ervaringen;

We bezoeken een diepe leemput, de Hel genoemd in deze streek. Daarover werd later gezegd; 'Ik zou hier voor mijn lol niet gaan zitten, wil er wel even kijken. Maar het voelt als een oversized graf, een unheimisch, beklemmend gevoel'. 'Het is een naargeestige plek. Het water is als een poel van moord, het water is er dik. Ik zie er heftig zwaar werkende jonge kinderen in de leem'. 'Het is wel een prima plek om je eigen schaduwkanten te bespiegelen. Naargeestig naar je zelf kijken. Er is een bijzondere energie, het is een stilte plek die je uitnodigt om bij mezelf naar binnen te gaan'. 'De poel is een poel van bespiegeling, met de waterspiegel als een spiegel, waar ik door heen stapte en in het felle licht terecht kwam, licht dat alle balast die ik meesleepte verteerde. Ik werd onderdeel van het alles. Ik kon heen en

weer gaan door die spiegel, ja als Alice in Wonderland. En ik zag dat in mijn onbekende kanten ook mijn gaven liggen'. 'En in een flits was er ook een diepe geborgenheid in de aarde. Maar het is er niet aangenaam genoeg om er te verblijven en te slapen bijvoorbeeld. Maar in de waterspiegel zag ik een hele wereld van leven en licht, ik voelde er de bewegingen van de aarde, de breuklijnen diep weg, er is daar veel dynamiek te ervaren'.

'De beuk daar heeft juist weer veel plezier, die maakt het contact met de hemel'. Of zoals Frits het verwoorde; ' 't Is mijn plek niet, o ja, nou ja er is een mooie 6 meter hoge zaagboom, potdorie, ja die valt me wel als eerste op... '.

Henny vertelt later dat de nonnen op deze plek een soort examen moesten afleggen in de vorm van een presentatie voor alle medezusters, waardoor de plek 'De Hel' is gaan heten.

Machiel vertelt dat een plek waar nare gebeurtenissen hebben plaats gevonden niet altijd negatieve gevoelens hoeven op te roepen. Hij ervaart bijvoorbeeld een heel subtiele energie op de plaats van een neergestorte bommenwerper. Het is voor hem een prachtige plek, met fijne gevoelens, en hij ervaart helemaal niet al het verdriet van de omgekomenen. Machiel ervaart er eerder dankbaarheid. Het is voor hem een herdenkingsplek zonder unheimische gevoelens.

1.3. Bijzondere vormen van energetische uitwisseling

Het lijkt er op dat de atmosfeer of kwaliteit van een plek invloed heeft op de gemoedgesteldheid van de mens. Maar ook omgekeerd kan de intentie of gedachtegang van mens of beheerder een uitwerking hebben op de natuur.

We zijn vandaag te gast op Landgoed Nieuwland, waar Henny met een groep medebewoners, sinds 1994 op biologische basis bezig is het terrein om te vormen naar natuurlijk bos. De veerkracht en potentie van de natuur blijkt enorm. In 10 jaar tijd is de broedvogelstand met 60% toegenomen. Dit is volgens Henny mede het gevolg van de energetische verbinding die de bewonersgroep is aangegaan met het bos, het terrein. Jouw gemoedstoestand doet ook iets met de plek, de natuur. Zoals Henny constateerde; 'Na 9 jaar hard werken en ploeteren op een bepaalde plek op het landgoed, kon ik ineens de resonantie daarvan voelen. Onbewust was er iets aangeraakt en wakker geworden op die plek'.

We hebben meer voorbeelden van die onbewuste, rationeel onverklaarbare communicatie met de natuur. Zo vertelt Henny over de vogels die al klaar zitten om gevoerd te worden, alsof ze weten dat hij besloten had om op deze dag weer te beginnen met voeren. En ze ook weer voorvoelden dat hij op een bepaalde dag er mee ging stoppen, die ochtend zaten ze er niet meer!!! Saskia verhaalt over haar bestrijding van de mierenplaag in haar stadstuintje. Al mediterend had ze de mieren laten weten dat ze over 2 dagen langs zou komen met heet water en een zoutoplossing. Ze verplaatste zich in de ramp die dat voor het mierenvolk zou betekenen maar zette toch haar plan door. Toen ze ter plekke was met de emmer met heet water, zag ze tot haar stomme verwondering vele vliegende mieren met eieren en andere mieren in hun pootjes in een grote wolk wegvliegen over de huizen.... Zo beschrijft ook Michael Roads in zijn eerste boek (Gesprekken met de natuur, 1989 uitgeverij Kosmos, New Age) , hoe hij met de kangaroo's afsprekt dat ze nog slechts anderhalve meter uit de bosrand zijn velden zullen kaalvreten. Zijn vrouw had hem dit aangeraden nadat hij in wanhoop al bijna besloten had de beesten toch maar af te schieten... Degene die na hem de boerderij

overnam kon dit akkoord niet overnemen, bij hem werden de kangaroo's weer een grote plaag.

Hierboven een voorbeeld van die drie fasen in de innerlijke dialoog met de natuur;

Waarnemen: wat trekt je aandacht visueel of lichamelijk en tijdens het observeren. Voorbeeld: er zijn veel mieren op het terras en bijna in huis, overal liggen hoopjes zand.

Contact: maak er contact mee in jezelf, met jezelf, wat doet het je? Sterke visualisatie van de ondergrondse mierenkolonie en hoe de vernietiging ervan er uitziet.

Communicatie: ga ermee in innerlijke dialoog. Stel je voor dat je de mierenkolonie toespreekt: overmorgen loopt jullie kolonie vol met heet water en daarin zout. Dit zo levendig mogelijk voorstellen. Jullie kunnen nog weg. Dan weer waarnemen; de reactie van de natuur: Op de ochtend van het gebeuren, als de emmers water klaar staan, stijgt de hele kolonie (mieren en eieren) op, gedragen door de vleugels van alle individuen die vliegen kunnen.

1.4. Theoretische wetenschappelijke inkadering

Natuurlijk zijn dergelijke ervaringen en verschijnselen al eerder beschreven en verklaard.

Vanuit diverse disciplines en vakgebieden worden pogingen gedaan om deze bijzondere, niet direct rationeel wetenschappelijk te verklaren 'anomalien' een plek te geven in ons logisch denkraam.

Gerwine vertelt over haar ontmoetingen met Arne Naess de Noorse filosoof die zo'n 25 jaar geleden het begrip Deep Ecology in de wereld heeft gezet. De shallow of ondiepe ecologie beschrijft slechts de zintuiglijk waarneembare, telbare en verifieerbare, rationeel controleerbare huishouding van de planten en de dieren en hun onderlinge relaties in wisselwerking met het abiotische. De mens moet daarin vooral een objectief, neutrale buitenstaander zijn en blijven. Anders is ze als snel een storend element, wat maatschappelijke gezien als een milieukundig probleem moet worden opgelost. De diepe ecologie gaat er vanuit dat de diepe innerlijke drijfveren, motieven en gemoedsstemmingen van de mens een belangrijke rol spelen in het hele samenspel mens en natuur. Die wisselwerking tussen binnen en buiten, de gevoelsstemmingen, gedachtewereld en zo je wilt, zielskwaliteiten van mensen met de hen omringende wereld van natuur en landschap als ook de stad en sociale/politieke omgeving is het nog jonge onderzoeksgebied van o.a. de spirituele ecologie.

Saskia vertelt over de cocreatie wetenschappen. Ze volgde de opleiding Cocreatie en Cocreatiewetenschappen, bij de voormalige stichting Milieubewustzijn (www.inclusivescience.org). Nieuwe transitiewetenschappen worden daar gecombineerd met bijvoorbeeld bewustzijns onderzoek. Waarbij ook zelfreflectie wordt onderwezen. Sindsdien combineert Saskia in haar onderzoek het verstand met het gevoel. Dan heb je er als het ware een andere lens bij. Een andere manier van kijken en in wisselwerking zijn met de natuur. En het is van belang voor het natuurbeheer dat ze daar weet van hebben. We hebben de praktijk van de natuurbeheerders nodig om de meerwaarde van de mystieke, spirituele natuurbeleving ook voor het natuurbeleid meer in beweging te krijgen. Zodat we deze werkwijze kunnen verbinden met de huidige werkwijzen.

Sjamanen in het Amazonegebied gebruiken Ayahuasca om tijdens rituelen in contact met de natuur te komen. Ze ontmoeten dan de cosmic serpent, waarbij ze in een resonantie van het menselijke DNA het DNA van andere wezens ervaren. In dergelijke diepe bewustzijnsstadia kun je aan kennis komen van andere levende wezens, bijvoorbeeld de geneeskrachtige werking van bepaalde planten, je voelt de verbinding, welke naast die kennis een

eenheidsbeleving geeft. Het inzicht bij de Amazone sjamanen in de geneeskrachtige werking van planten is zo accuraat, dat de farmaceutische industrie erover bij hen te rade gaat, met succes.

2. Informatie in diverse lagen van het landschap

2.1. Het projecteren of spiegelen aan de natuur

Plekken en plaatsen, zoals bijvoorbeeld de Hel, bevatten altijd een archief van gebeurtenissen, die als laagjes in het landschap liggen. Als het ware de emoties van de plek, die in of op het landschap aanwezig zijn, en door de waarnemer opgepikt kunnen worden. Andersom doet ook jouw gemoedstoestand, jouw intentie iets met de plek, de natuur. Zoals Henny eerder al vertelde over de resonanties die hij ervaart op hun landgoed.

Je zou kunnen zeggen dat een eerste ontmoeting met de natuur, een plek, het landschap vaak een spiegelwerking heeft, we kijken onze eigen projecties in de ogen (hoge bomen vangen veel wind, stille waters – diepe gronden). Het gaat dan om de emotie of energetische informatie van de plek waar je weer contact mee kan krijgen. Omdat het resoneert met een emotie, gevoel, waarheid of werkelijkheid die ook in jou leeft. Maar voorbij die spiegel, of dwars door de spiegel heen kun je in contact komen met het wezen / het wezenlijke van de natuur, de boom, de vogel, het landschap, de plek. Als een soort Alice in Wonderland kun je dan dwars door de spiegel heen stappen, en bijvoorbeeld het oorlogsverleden van een plek gewaarworden. Dat zijn herinneringen die zich ergens hebben vastgezet in het landschap.

2.2. De wezenlijke dialoog met de natuur voorbij de projecties

Vanuit dit contact met de natuur kun je een dialoog aan gaan met de natuur om uiteindelijk tot een cocreatie te komen waar mens en natuur kunnen samen werken.

Zo vertelt Yvonne haar ervaring van een dialoog met een plek waarin het ging over de eigen mogelijkheden voor gebruik, inrichting en beheer van die plek. 'De plek komt zelf met ideeën en ik proef de dienstbaarheid van de natuur om ons te voeden en ik ervaar de samenwerking die ze hierin zoekt. Die dienstbaarheid of voeding van de aarde ligt op allerlei lagen al kom je ook op plekken in de natuur blokkades tegen. Wat dat betreft kun je een vergelijking maken met je eigen lichaam. Daar kunnen blokkades je functioneren belemmeren of ze nu van fysieke, emotionele of spirituele aard zijn. De natuur helpt ons die balans voor ons zelf te hervinden. Ik merk ook op dat er natuurgebieden zijn waar momenteel zoveel menselijke stress losgelaten wordt tijdens de weekend recreatie dat de plek gedurende de rustige dagen niet meer in balans kan komen. Zo'n gebied voelt als een groendecor zonder leven. Op andere plekken kun je menselijke emoties voelen die daar achter gelaten zijn in andere tijden. Wij, mensen, kunnen die plekken in de natuur helpen in balans te komen. Ik voel me zelf dan een intermediair tussen energieën'.

Momenteel onderzoekt Chrisjan hoe we als mensen met behulp van natuur- en omgevingsopstellingen meer in contact kunnen komen met de natuur en met onze omgeving. Dit instrument wordt momenteel ontwikkeld naar voorbeeld van de familieopstellingen van Bert Hellinger uit Duitsland. Hierbij is het namelijk mogelijk je als representant direct in te leven in het aspect van de omgeving dat je vertegenwoordigt (zie onder meer de website www.sixth-sense-in-service.net en de gedeeltelijk aan dit onderwerp gewijde recente negende editie van het Engelse tijdschrift The Knowing Field-zie www.theknowingfield.com). Chrisjan is onder meer geboeid door vragen als hoe de natuur ín ons resoneert met de natuur,

de omgeving buiten ons. Maar ook meer praktische toepassingen zijn volgens hem mogelijk. In het opstellingenwerk kunnen omgevingsfactoren via menselijke representanten een stem krijgen in de zoektocht naar oplossingen voor ruimtelijke vraagstukken.

2.3. Het intersubjectief waarnemen, op weg naar cocreatie met de natuur

Kortom de kunst van het waarnemen is dat je niet alleen waarneemt wat er om je heen is, maar ook wat er in jezelf is, liefst zo neutraal mogelijk. Maar er bestaat dus geen objectieve waarneming. Hoog uit intersubjectief.

Intersubjectief onderzoek betekent: onafhankelijk van elkaar subjectieve ervaringen opdoen en deze vervolgens met elkaar uitwisselen, om de overeenkomsten en verschillen te bestuderen. Hieruit wordt onder andere duidelijk in hoeverre de ervaring eigen projectie is en in hoeverre een echte, niet-zintuiglijke waarneming met de innerlijke reactie erop. Door dit veel te doen en zo te leren dit onderscheid te maken, kan men ook individueel de innerlijke ervaring of diepere natuurbeleving inzetten als hintgever bij onderzoek.

Saskia vertelt hoe ze als biologe biofysische wetenschappelijk onderzoek doet. Waarbij ze tevens een diepere natuurbeleving inbrengt. Dan is het niet alleen observeren en ingrijpen, ze brengt ook haar subjectieve verbondenheid met de natuur in. Dit brengt een andere communicatie op gang. Ze werkt met een dieper bewustzijn en beoefent van daaruit een cocreatieve wetenschap. Je kunt namelijk op een dieper gevoelsniveau communiceren met de natuur.

3. Voorwaarden voor een innerlijke dialoog met de natuur

3.1. Energieën voelen in het veld

Hoe doe je dat nu, dit energetisch contact met de natuur maken? Om op dit diepere niveau tot een dialoog met de natuur te komen? Wat is er nodig om als neutrale, meer intersubjectieve waarnemers te kunnen functioneren? Buiten doen we daartoe een aantal oefeningen

Je kunt je flink in je handen wrijven om ze energetisch op te laden, vervolgens je handpalmen ver van elkaar houden en naar elkaar toe te bewegen. Iedereen kan ervaren hoeveel energie er tussen de beide handen te voelen is, naarmate ze dichterbij elkaar komen wordt het gelaagde energieveld steeds dichter, alsof er materie tussen je handen zit, de weerstand wordt steeds groter. Dit energieveld kun je ook rond bomen voelen door je handpalmen te gebruiken. Als je er meer in bedreven raakt, kun je zelfs grenzen tussen velden met verschillende dichtheden opmerken, alsof je een volgende drempel of barrière over gaat. Maar ook met de handpalmen in de verticale richting boven de grond voelend zijn velden van energetische dichtheden op te merken. Daarbij kun je je handpalmen naar de aarde richten, maar ook naar de hemel, het universum. Of links je handpalm omhoog houden en rechts naar beneden en dan diverse lagen opmerken. Zo kun je over het veld ook diverse energie banen waarnemen en belopen. Of ook veel lichte of juist heel zware energie voelen op een plek. Ook je voeten en in feite je hele lijf is in staat die energie te registeren.

Het is overigens per persoon verschillend hoe je de informatie uit die energie oppikt of in welke taal je ze krijgt aangereikt. Of je ze voelt of juist in woorden, zinnen of beelden doorkrijgt. Of dat je toegang tot een dieper weten krijgt tot zaken die er spelen of gespeeld hebben op een plek, of die in de wisselwerking met jou als persoon kunnen worden waargenomen.

Een schoon natuurlandschap omvat soms verrassend weinig van die zogenaamde emotionele lagen, alsof het transparant en rein is. En dat werkt op ons als mens door, je absorbeert die energieën van de plek, het landschap, de natuur; positief of negatief. En je kunt er bewust mee gaan werken, door die informatie of emotionele lagen in het landschap weer in beweging te brengen. Door met je intenties een bewuste verbinding aan te gaan met de plek, en in die wisselwerking of dialoog een verandering aan te brengen in de energie van die plek. Hans Andeweg doet dat bijvoorbeeld met zijn resonantietherapie voor bomen en landschappen. In zijn boek 'In resonantie met de natuur, vitale planten en bomen door energetische behandeling', is daar alles over te lezen (Kosmos-Z&K Uitgevers, 1999).

3.2. Het lichaam als instrument

Bij het voelen en waarnemen van energieën in het veld kun je natuurlijk ook last hebben van je eigen gevoeligheden, stramme spieren en kou bijvoorbeeld, of een ander fysiek of psychisch ongemak. Het is zaak een zeker evenwicht te hebben in hoofd, hart en handen.

Het vergt vaak een zekere scholing om ratio en intuïtie beide in gelijke mate ontwikkeld te krijgen. In onze maatschappij, waar de nadruk veelal ligt op de ratio en het verstand, helpt het om gevoelswerk of emotioneel lichaamswerk te doen om de opgebouwde pantsers in ons eigen lijf en leven te doorbreken. Om uit je hoofd in je lichaam te komen en zodoende een beter instrument te worden voor het opvangen van de energie of informatie van het landschap, de natuur. Dit is de kunst om voorbij de spiegel van de projecties, of de oppervlakkige lagen van het kennen en het kunnen te komen.

Ook de persoonlijke voorkeuren van een ieder voor juist open of besloten plaatsen spelen bijvoorbeeld een rol in het waarnemen. Deze persoonlijke voorkeuren moet je onderkennen om als individu innerlijk en in een groep samen intersubjectief te kunnen waarnemen. Er is altijd die wisselwerking tussen de gesteldheid van de mens en de natuur. Zo kun je bijvoorbeeld worden aangetrokken door een bepaalde boom en/of een bepaalde boodschap of energie van een plek. Het gaat altijd weer om (het bewustzijn van) aandacht en intentie.

Ook bij systeemopstellingen, zoals de eerder genoemde natuur-en omgevingsopstellingen is het lichaam het waarnemingsinstrument bij uitstek. Als je juist vanuit die balans tussen hoofd en lichaam een bepaalde gevoeligheid weet te ontwikkelen heb je een onschatbaar instrument om meer met het wezen van de natuur, binnen en buiten jezelf in contact te komen.

3.3. Werken met gevoel en intuïtie in de huidige maatschappij

Tijdens de studiedag rijst het vermoeden dat ieder mens deze vermogens, om zijn/haar intuïtie te gebruiken en zijn/haar gevoel te vertrouwen, nog wel heeft Maar de mensen worden er niet meer op aangesproken en getraind. Een gesprek hierover wordt dan ook vaak nog als vreemd wordt beschouwd.

Dus die mogelijkheid van een dialoog met de natuur, of de wereld om ons heen is er nog wel, alleen we weten het niet meer, we zijn het ons niet meer bewust en hebben er onvoldoende over meegekregen. Zoals met het boek van Irene van Lippe-Biesterfeld, 'Dialoog met de natuur' (uitgeverij Ankh-Hermes 1995), veel mensen denken het zal wel, of steken er de draak mee. De meeste mensen voelen het niet en/of zijn het kwijtgeraakt. We kunnen het terug krijgen als we daar voor kiezen. De maatschappij is steeds technischer geworden, er komt steeds meer op ons af. Durven we dit avontuur nog aan, of willen we het gewoon niet erkennen? Is het zorgelijk dat kinderen de wereld nog slechts per computer lijken te

verkennen. Ze ervaren de wereld niet meer rechtstreeks en dan is er het gevaar dat je vervreemd raakt van die ervaringen, we/ze worden er bang van, om bijvoorbeeld alleen het bos in te gaan. We raken zo van onze wortels af... en dat zit ook niet zo in ons cultuur patroon.

3.4. Contact houden met onze wortels

Sommigen mensen hebben dat gevoel voor de natuur, het landschap van huis uit meegekregen.

Dan is het gemakkelijker om je wortels wel vast te houden, dat is heel belangrijk... want anders gaan we heel snel leven vanuit argwaan en het bewaren of de bezwaren voor later, in plaats van te genieten van en te leven met wat er hier en nu is. Een dergelijke houding vraagt ook om zelfkennis en een bewustzijnsverandering. 'De vraag is durf je, durven wij dit onderzoek aan?' vraagt Yvonne. 'Hoe zo durven?' zegt Guus, 'Angst en bang zijn zit ook in jezelf, je doet het jezelf aan, de dialoog met de natuur is de dialoog met je eigen natuur...'. We vragen ons af wat er zou gebeuren als we mensen uit de stad een dag weg zouden halen uit die hectische, zinderende mensen massa. En ze op een bosweide neer zouden zetten, of dat voor velen heel confronterend zou zijn. Ook is dit afhankelijk van de zelfreflectie, het zelfreflecterend vermogen en de bereidheid daartoe van mensen.

3.5. Bewustzijnsverruiming en diepe natuurervaringen

Bij de indianen of andere natuurvolken is het zoveel gewoner om verbinding te hebben met het landschap, de voorouders, het ongeziene.

Soms gebruiken ze daartoe bewustzijnsverruimende middelen om weer in contact te komen met de natuur en de eigen natuur en om het wezen van de natuur te ervaren. Chrisjan vertelt dat hij ayahuasca heeft gebruikt in een periode van zelfonderzoek en onbalans. Het hielp hem om zijn eigen angsten onder ogen te zien, meer bij zijn wortels te komen en zodoende, ook met behulp van emotioneel lichaamswerk, meer in balans te komen. Friends of the forest (www.xs4all.nl/~yatra/menu.htm) gebruiken ayahuasca hier in Nederland, en ook de zogenaamde Daime-kerk. Bij die laatste groep had Chrisjan diepe innerlijke ervaringen. Dergelijke natuurdrugs, maar ook LSD, kunnen helpen om in contact te komen met je eigen natuur, en ook met de 'grotere' natuur. En het helpt de benodigde zelfkennis en zelfreflecterende vermogens te ontwikkelen. Zo ervoer Guus, in het experimenteren met drugs, de durf en bereidheid om dit energetische aspect onder ogen te zien, te ervaren, te benoemen en te duiden, maar ook om de eventuele chaos te ervaren.

Maar dit contact met de natuur kan ook zonder chemische hulpmiddelen worden gelegd. Ayahuasca bevat DMT (dimethyltryptamine), dat ook door de pijnappelklier geproduceerd wordt als hormoon. In de slaap maakt het levendige dromen mogelijk. Je kunt je pijnappelklier van binnenuit stimuleren met behulp van klank, ademhaling en/of meditatieve ontspanning. Dit induceert een visionaire bewustzijnstoestand en verdiept het gevoel, wanneer het in mystieke ervaringen en diepe meditatie vrij komt. Uit eigener beweging kun je dan ook in diezelfde diepe (natuur)ervaringen terecht komen.

De pijnappelklier is indirect verbonden met al onze zintuigen, bevat zelf "radiokristallen" en regelt met zijn diversiteit aan hormonen onze bewustzijnstoestand zoals slapen, waken, dromen en visioenen hebben. Hierdoor is de pijnappelklier een gevoelige antenne voor het energetisch landschap van zwakke elektrische en magnetische velden en voor

resonantieverschijnselen. Saskia vertelt dat emotionele herinneringen in ons lichaam onder andere worden vastgehouden in de amygdala's, oftewel de amandelkernen vlak onder onze slapen. De rechter amandelkern houdt veelal de pijnlijke en traumatische herinneringen vast, daar wordt in therapie veel mee gewerkt. De linker amandelkern is de zetel van vreugde en plezierige herinneringen. Het zou interessant zijn om te onderzoeken of positieve natuurervaringen daar ook opgeslagen zijn, of anders gezegd dat onze verbinding met de natuur een resonantie aan gaat met die amandelkernen, waardoor heling kan ontstaan. De emotionele landkaart van het lichaam en van het landschap / de natuur zijn aan elkaar verbonden. De trauma's en vreugdes worden over en weer aangeraakt, die resonantie is wederzijds. Jouw gemoedstoestand doet ook iets met de plek, de natuur.

4. Voorwaarden om in dialoog te zijn met mensen over ons contact met de natuur

4.1. Vertellen vanuit heel je hart en eigen beleving

Het mag dan zo zijn dat we allen dit vermogen tot een dieper contact met de natuur ergens wel tot onze beschikking hebben, we zullen er ook opnieuw weer in moeten worden opgeleid. Vanuit je taak en je beroep in het natuurbeheer zou je dit gevoel, deze waardes ook moeten kunnen doorgeven.

En daar is in het reguliere werkveld geen ruimte voor. Ja heel af en toe, als alle omstandigheden mee werken kan er soms een gesprek in deze richting ontstaan. Zo vertelt Frits dat het telkens de kunst is om de juiste snaar te raken en respect af te dwingen. Vertellen vanuit je eigen emoties en ervaringen kan daarbij behulpzaam zijn. Het is niet alleen een technisch 'hoofd' verhaal. De kracht zit in het vertellen vanuit het hart en heel je gevoel en eigen beleving. Dan straalt je ook een zekere zelfzekerheid uit, en dat komt over. Het is een kwestie van het juiste moment nemen of geven en dan krijg je dat ook terug in de reacties. Je kunt ook een beroep doen op het voorstellingsvermogen van de luisteraar. Je kunt mensen vragen om zich in te leven in de situaties, de gebeurtenissen verbonden aan een bepaalde plek. Daardoor kweek je begrip en kan er een saamhorigheidsgevoel ontstaan in de groep. Frits weet van het herdenkingsbos waar ooit iemand een kris in de grond heeft gestoken. Jongeren die de plek beheren, nemen met respect de kris uit de grond en plaatsen deze weer terug.

Het is dus wel mogelijk dit uit te dragen in ons gewone werk van alledag. Gewoon door het te benoemen, ervaringen te delen en het zelf gewoon te vinden. Het is zaak dat wat je voelt serieus te nemen. Het is ook een groeiproces van persoonlijke ervaringen en belevenissen, om die energetische resonantie waar te nemen, en zo mogelijk in te zetten en te gebruiken.

Ook voor leerlingen is het goed soms om te weten dat deze benadering mogelijk is. Soms krijgt Frits leerlingen die erg gevoelig zijn, maar die toch moeten leren bomen snoeien en omzagen. Terwijl ze van binnen de bomen horen huilen. Je zou deze mensen kunnen leren hoe je daar intuïtief mee om kunt gaan, en ze leren te werken met de energieën van planten, bomen en ecosystemen.

Ook al zal niet iedereen het op prijs stellen dat een dergelijke werkwijze wordt verklaard en gehanteerd. Soms lijkt de kracht juist te zitten in het er niet over hebben.

5. Voorwaarden om in dialoog te zijn met mensen en natuur

Het lijkt er op dat er bepaalde overeenkomsten zijn in het maken van wezenlijk contact en het voeren van een zinvolle dialoog met hetzij andere mensen, hetzij de natuur. Uit bovenstaande punten 3 en 4 haal ik de volgende voorwaarden die in beide gevallen een rol spelen.

- de eigen houding, het zelf vertrouwen en het respect dat je uitstraalt bepaalt de kwaliteit van de communicatie met mensen en met de natuur
- de balans tussen hoofd, hart en handen, de ratio, het gevoel en intuïtie en het lijf speelt daarbij een belangrijke rol
- het communiceren vanuit je hart, je gevoel, je hele wezen is daarin van groot belang
- evenals de mate van aandacht en de intentie, die doorwerkt en waar op wordt gereageerd vanuit de natuur en de mens
- dit vereist een zekere zelfkennis en zelfreflecterend vermogen van de mens
- en de durf en bereidheid om dit energetische aspect in het contact met mensen en of natuur onder ogen te zien, te ervaren en te benoemen, te duiden en te willen leren hanteren
- het vraagt ook een gevoel voor de juiste timing
- het doet een beroep op het voorstellingsvermogen van betrokkenen
- men moet onderkennen dat persoonlijke voorkeuren van mensen een rol spelen in het contact met de natuur en met andere mensen

Het lijkt er op dat ieder mens het vermogen heeft, om de kwaliteit in het contact en de communicatie met andere mensen én met de natuur te vergroten en te trainen. Maar we worden er niet vaak op aangesproken en een gesprek daarover wordt vaak nog als vreemd beschouwd. Via de weg van de geleidelijkheid in het contact met collega's of als training in een programma kan hier meer aandacht voor worden gevraagd. Zodat ieder zich bewust kan worden van de verantwoordelijkheid en de zorg voor de gevoelskant, de emotionele beleving van het contact met mens en omgeving.

6. De invloed op werk en maatschappij

Gedurende deze studiedag wordt duidelijk dat in het contact met onze omgeving, met de natuur alsook met mensen, ons eigen gevoel, intuïtie en onze aandacht en intenties, de innerlijke dialoog, een grote rol spelen in de kwaliteit van de uitwisseling en communicatie. Dit gegeven werkt natuurlijk door in onze hele samenleving.

We constateerden een aantal keren het gevaar van vervreemding. Dat jonge mensen in onze cultuur de natuurlijke verbondenheid, de geworteldheid met de hen omringende wereld niet mee krijgen. Waardoor gevoel en verstand van elkaar worden losgesneden. Met alle vervormingen van dien. Rechtstreekse natuurervaringen kunnen mensen helpen deze verbondenheid weer terug te vinden.

Bovendien werkt deze gevoelsmatige of energetische uitwisseling ook door op materiele zaken. Auto's, motoren, computers reageren op de energie van de eigenaar of gebruiker. We kennen allemaal voorbeelden van computers, motoren of auto's die reageren op onze eigen energie. Dit gaat vaak onbewust. Je kunt dus ook bewust in interactie zijn met de materie om je heen. Je kunt de vitaliteit van materie beïnvloeden met jouw energie, aandacht of liefde. Zo zouden we veel computer- en software problematiek kunnen oplossen door de stress van de organisatie te relaxeren. Dergelijke stress van een organisatie kun je ook in een gebouw

waarnemen, zelfs als de mensen al naar huis zijn. Dit kunnen we onderscheiden van het bekende sick building syndroom, de uitstraling en energie van het gebouw zelf.

Kortom, als wij aan onze eigen energiebalans werken, leveren we tevens een bijdrage aan de duurzaamheid van machines, gebouwen en de maatschappij.

7. Strategieën om verder te gaan

In het eindgesprek hebben we samen gekeken hoe de, tijdens deze dag, naar voren gekomen ideeën door kunnen werken in onze dagelijkse werkzaamheden.

Machiel ziet een mogelijke oplossing voor de vraat van het wild en de schade die deze dieren veroorzaken doordat ze vanuit het bos de aangrenzende landbouwpercelen leegvreten, bij de boeren in zijn terrein... Hij begrijpt dat ie niet met de boer maar met de boerin moet gaan praten. Om zo mogelijk gevoelsmatig in contact te komen met deze dieren en eventueel tot afspraken te komen over de schade die ze veroorzaken. Dieren zijn kennelijk in staat de energie en intenties van mensen op te pakken. Het technisch-praktische werk van het natuurbeheer hebben we wel in de vingers, als ook het rekening houden met de gebruiksfuncties voor bijvoorbeeld de recreant. Machiel realiseert zich dat aandacht voor de innerlijk inspirerende kant van de natuur nog vaak ontbreekt in het werk, 'ik kan hier meer mee doen in mijn terreinbeheer', alsook in het contact met mijn collega's.

Chrisjan heeft een eigen bureau, SYSTOP, van waaruit hij onder meer natuur- en omgevingsopstellingen faciliteert. Maar hij heeft ook een functie als specialist natuur bij Rijkswaterstaat en onderzoekt daarbij onder meer de invloed van wegen en verkeer op in het wild levende dieren. Hij denkt dat het mogelijk is om door middel van opstellingenwerk contact te krijgen met de dassen en de herten om te begrijpen of het werkt wat we doen aan ingrepen (o.a. ecoducten), maar ook bijvoorbeeld hoeveel last bepaalde broedvogels hebben van nestversturende recreanten, zoals in het door Machiel beheerde gebied Planken Wambuis.

Voor Frits is deze dag met name een bevestiging van de wijze waarop hij al vaak werkt. Hij ziet nog niet direct mogelijkheden dit concept te vermarkten. 'De markt vraagt er niet om, wij zijn meest doe mensen in het veld, waarbij overigens het gevoel voor de natuur op deze manier wel vaak aanwezig is'. Dus het gaat ook over de communicatie, dat het gewoon vaker onder de aandacht gebracht kan worden. Gewoon met collega's delen over je ervaringen en zienswijze.

Er zijn diverse bewegingen gaande, die ook in deze richting wijzen van meer ruimte voor de energetische werking van de natuur en de inzet van gevoel en intuïtie naast ratio en verstand. Er is de Aquarius Alliance, een boerenbeweging die experimenteren om de energieën op hun bedrijf meer in balans te brengen. www.aquarius-alliance.com. Het kan goed zijn om verbinding te maken met andere onderzoekers in dit veld van waarnemen, contact en communicatie in dialoog met het ecosysteem.

Gerwine wil in navolging van haar adviezen voor het InnovatieNetwerk Groene Ruimte en Agrocluster wel een leergemeenschap, een community of practices opzetten, met mensen uit de praktijk die vanuit hun eigen gebied en praktijkvragen aan het werk zijn.

We spreken een volgende bijeenkomst af op vrijdag 16 maart 2007. We willen dan graag werken aan een vraagstuk en een terrein dat door een van de deelnemers wordt ingebracht.

Bijlage

Deelnemers aan de studiedag

Waarnemen, contact en communicatie

innerlijk in dialoog met het ecosysteem, een nieuwe stap.

Op 6 oktober 2006, Landgoed Nieuwland, Heilig Landstichting bij Nijmegen

Machiel Bosch, Natuurmonumenten

Saskia Bosman, biologe, onderzoeker en trainer in
bewustzijnsontwikkeling en co-creatie wetenschappen

Frits Dijk, IPC Groene Ruimte te Arnhem

Guus de Beer, IPC Groene Ruimte te Arnhem

Yvonne Feijen, Aarde-educateur

Henny Ketelaar, Bronnen Bomen

Chrisjan Leermakers, SYSTOP Systeemopstellingen

Gerwine Wuring, Aerda – Bureau voor Aarde Educatie