

Natuurlijke inspiraties

Je schoenen uit

Ondertussen is het wel duidelijk: Ik ben oh zo graag in de natuur. Liefst op afgelegen, ongerepte en stille plekken. En het strand en de zee staan voor mij op nummer één. Wandelen, door de vloedlijn rennen, zeezwemmen, windsurfen en zeekajakken ... ik vind het allemaal geweldig. Toch voel ik mij het meest verbonden met die natuur om mij heen als ik stil zit of languit op mijn rug lig. Met mijn zintuigen open ervaar ik de elementen op z'n best. Wat ben ik ook een bevoorrecht mens om zo dicht bij het strand te wonen.

Het is nu ca. zes jaar geleden dat ik een belangrijk besluit nam. De zomer was voorbij en de herfst drong zich op. Ik werd al somber bij de gedachten aan die korte en koude wintermaanden. Ik had twee opties: met een somber gemoed de winter in of niet wachten. Als ik 'm nu zo stel lijkt het dilemma

simpel. En gelukkig koos ik er toen ook voor om niet te wachten op de volgende zomer. Ik bleef het strand frequent bezoeken en zwom wekelijks in de steeds koudere zee. Dat éne besluit heeft mij zoveel gebracht. Ik heb geleerd dat de elementen waar ik zo enorm van geniet er altijd zijn, maar ook altijd in een andere hoedanigheid. Ik heb geleerd om niet meer te oordelen over die hoedanigheid en niet meer te denken in goed en fout en fijn en niet fijn. Ik heb geleerd om te ervaren wat er is. Met als resultaat dat ik nu ook van de winter geniet én de koude zee. Hoe een leven kan veranderen door niet meer te oordelen.

In vroegere tijden was het contact met de elementen door het jaar heen een vanzelfsprekendheid. Voor ons daarentegen, met al onze comfort en luxe, is het een keuze. We kunnen immers lekker bij de cv gaan zitten en een warme douche pakken. Ook heel fijn, maar ontdek ook eens hoe fijn en

waardevol het is om niet te wachten op de volgende zomer en te ontdekken wat de winter te bieden heeft. In Zeeland begint dat al met lege stranden. Maar doe ook eens je schoenen uit en loop door de koude vloedlijn of trotseer een storm op het stuivende strand.

**Guido is natuurcoach,
zeekajakgids en wierenwaaier**
www.outdoorinspiration.nl &
www.wildwier.nl



door Guido Krijger

.... wat de winter te bieden heeft"