

**Centrum De Vlinder**  
Urb. Espartal LT D8 Sector  
D  
8670-119 EspartalAljezur  
Portugal  
Tel: 00351 282995498  
Skype: espartald8  
www.centrumdevlinder.nl

# Nieuwsbrief

## Centrum De Vlinder

JAARGANG 4, NR. 4

4 OKTOBER 2009

Lieve mensen,

De herfst is ingetreden. De stilte, geen wind waardoor de golfslag van de zee sterker te horen is. Nazomeren met een temperatuur van gemiddeld 24 graden. 's Morgens zeedamp/mist dit heeft iets geheimzinnigs. Nu weer de volle maan, dat is altijd genieten als het mooie licht in de rivier schijnt. De eerste regenbui is gevallen na ruim 3 maanden droogte. De aarde snakt naar water. De heerlijke geuren die zich nu verspreiden.

De koeien met hun rinkelende bellen die langs de rivier graasden zijn weer de bergen ingetrokken. Ik mis nu 's nachts het meditatieve geluid van hun bellen. Gelukkig zijn er weer veel vogels na een hete zomerstille ook in de nacht zijn de uil en de schreeuwuil er weer, afgewisseld door de nachtegaal en 's morgens vroeg de merels in de boom die ons wakker zingen.

We hebben drukke maanden achter de rug. Gasten en gewoon logees. De groep voor de spirituele reis onder begeleiding van Marion en Rogier zijn 14 dagen geleden weer huiswaarts gekeerd. Voor ons een goede ervaring met een grote groep in huis. Het was ook wel een bijzondere groep mensen bij elkaar. Gezellig, blij, harmonieus, zorgzaam en liefdevol naar el-

kaar en naar ons. Op hun vrije dag heeft Roel met een aantal van hen een kustwandeling gemaakt. Ze hebben dit als mooi en heilzaam ervaren. Voor ons weer een teken om meer met wandelingen te gaan doen.

Het blijft prachtig de Costa Vicentina. Ik ben ook een dag mee geweest. Heerlijk was dat. 's Morgens een mooie meditatie door Marion bij de rivier beneden aan het strand. Dit is voor mij altijd een goede spirituele plek. De vorige dag was er een cirkel gegraven, door wie? We konden zo plaatsnemen. Tijdens de meditatie hoorde je de vloed stomen en net na de meditatie stroomde het water de cirkel binnen.

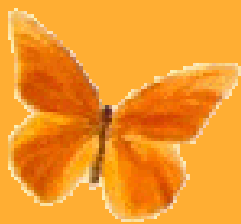
Met een paar vrouwen zijn we nog gaan zwemmen, althans we lieten ons meedrijven met de vloed met als thema: loslaten en overgeven en dit gebeurde ook letterlijk. Als ik eraan terug denk springen de tranen weer in mijn ogen.

's Middags naar Inge, die ik ken van de Wandelcoaching. Inge werkt met ezels. Ik wil dit graag in de nieuwsbrief vermelden omdat ik inmiddels mooie ervaringen heb met Inge en haar ezels. Volgend jaar wil ik dit graag onderdeel van de workshops laten zijn. Je kunt een keuze maken tussen: Wandelen met ezels. Ontmoeting met jezelf. Coachen met ezels. En dit alles in een prettige

rustige sfeer tussen oude kurkeiken in Zuid-Portugal. Ezels zijn geduldig, authentiek, zachtaardig en accepteren je zoals je bent. De ezels doen een beroep op al je zintuigen en dit brengt helderheid en herkenning van situaties in leven en werk. Het authentieke gedrag van de ezels kan een krachtige metafoor zijn in het bewustzijnsproces zodat er ruimte komt voor nieuwe mogelijkheden of keuzes. Het enige wat je hoeft te doen is het contact aangaan met een onbevangen nieuwsgierigheid. Dat laatste heeft de groep ook gedaan en ze hebben dit als zeer bijzonder ervaren.

Vorige week hebben we weer een nieuw plek ontdekt in de Mon Chique. Een paradijs. Onder en tussen de oude kurkeiken, olijvenbomen, citrusvruchten, kiwi's vijgen en medronhos [aardbeiboom]. Liefhebbers stoken van deze aardbeiboom *medronho*, een sterke vruchtenbrandewijn. We liepen naar de bron waar het verfrissende water op ons wachtte. Een oase van rust. Een prachtige omgeving voor wandelingen, meditatie en wandelcoaching.





**Centrum De Vlinder**  
Urb. Espartal LT D8 Sector D  
8670-119 EspartalAljezur  
Portugal  
Tel: 00351 282995498  
Skype: espartald8  
www.centrumdevlinder.nl

# Nieuwsbrief

## Centrum De Vlinder

JAARGANG 4, NR. 4

4 OKTOBER 2009

**R**oel is nog hard aan het werk met het maken van de terrassen rondom het huis. Dus straks volop ruimte om te relaxen, te lezen, te beeldhouwen en spekstenen en waar je nog meer zin in hebt. En overall uitzicht op de rivier. Oh wat is en wordt het mooi. En ... het *Engelenschilderij* hangt. Gemaakt door Gaia en Vincent. Niet aan het plafond zoals de bedoeling was, maar aan de muur in verband met de lichtval op het schilderij. Het is een Kunstwerk. Adembenemend mooi qua kleur en structuren en wat je er allemaal in kunt ontdekken. Engelen, engelenvleugels, vlinder, geisha, mooie duif, grote en kleine vogels, handen en nog veel meer. Ik raak niet uitgeke-

ken. Ik zal er een foto van op de site laten zetten, maar in het echt is het schilderij veel mooier.

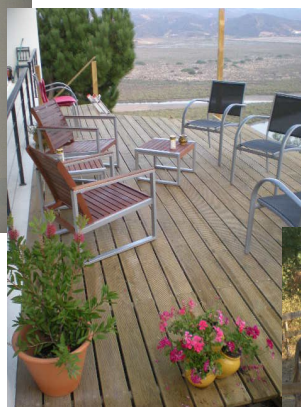
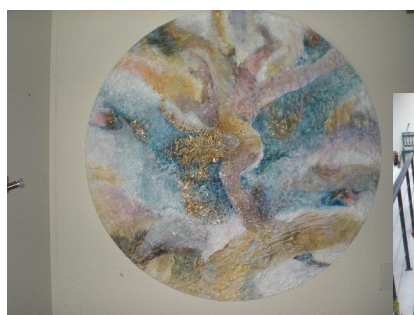
**V**olgende week vertrek ik naar Nederland. Een druk programma met afspraken voor behandelingen, Wandelcoaching en leuke dingen. Zaterdag 10 oktober ben ik op de Quantum-Touch Beurs in Egmond aan Zee te vinden waar ik iets kan vertellen over Portugal en de Workshops. Zie [www.quantumtouch.nl](http://www.quantumtouch.nl). Op donderdag 15 oktober geef ik een Introductieworkshop Quantum -Touch en vrijdag 16 oktober een workshop over de Engelen. Beiden in de nieuwe ruimte van Marion Berndsen in Badhoevedorp.

Er is nog plek voor een paar mensen. Zie [www.maylight.nl](http://www.maylight.nl).

**A**ls ik terug ben gaan we een nieuw programma maken voor 2010. Van november t/februari gaan we de tijd gebruiken voor onszelf. Wandelen, nieuwe paden lopen, mooie reisjes maken en wat vaker uitgaan en leuke dingen doen. Tot ziens in Nederland of tot mails en anders tot de volgende nieuwsbrief.

Warme groet van

*Wies*



## Volgende Nieuwsbrief

De volgende Nieuwsbrief verschijnt in december 2009.