

Centrum De Vlinder  
Urb. Espartal LT D8 Sector D  
8670-119 EspartalAljezur  
Portugal  
[www.centrumdevlinder.nl](http://www.centrumdevlinder.nl)

# Nieuwsbrief

## Centrum De Vlinder

JAARGANG 4, NR. 1

29 JANUARI 2009

Lieve mensen,

Voor 2009 wil ik ieder een liefdevol inspirerend jaar wensen met nieuwe inzichten.

Een beetje laat maar de computer was twee weken in reparatie.

Sinds half november wonen we in ons mooie huis. We zijn er ingetrokken terwijl het nog niet klaar was. Inmiddels is er wel veel werk verzet en is het wachten nog op de timmerman voor de kasten, boekenkasten en de trap. We wonen dus nog steeds tussen veel dozen. De boeken in de meditatiekamer zijn wel uitgepakt gelukkig. We zijn al twee maanden aan het poetsen en boenen om alles goed schoon te krijgen. De rode keuken is prachtig. De badkamers met accessoires zijn klaar. De bedden en nachtkastjes zijn geplaatst. Gordijnen, dekbedden, lakens en handdoeken gaan we volgende week kopen. Het kopen van spullen kost hier erg veel tijd en energie omdat we ver weg wonen en het heeft even geduurd voor we de juiste winkels vonden. Zo hebben we bijvoorbeeld na weken zoeken een winkel gevonden waar ze rails voor schilderijen verkopen.

Onze eerste Kerst en Oud en Nieuw zijn we thuis gebleven. Kerstavond een kerstborrel bij de burens. Daarna naar de nachtmis in Aljezur. Een mooie mis maar wel blauw van de kou. We waren vergeten jassen aan te trekken. Thuisgekomen een glas wijn bij kaarslicht in de kou. Heel symbo-

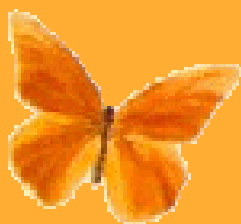
lisch voor deze nacht was alle stroom uitgevallen. Eerste kerstdag scheen de zon weer volop en waren we om 12.00 uur op het strand met een groepje mensen die hier wonen om champagne te drinken. Roel heeft zelfs een kerstduik genomen [een weddenschap] Tweede kerstdag, wat ze hier niet vieren, kwam Neeke gezellig een paar dagen logeren. Oud en Nieuw met z'n tweeën. Een toast uitgebracht op een mooi nieuw jaar op het terras met uitzicht op prachtig vuurwerk in Aljezur.

Het begint inmiddels echt ons thuis te worden. De raamposter "Thuis" hangt weer. Zo ook "Denkend aan Holland zie ik brede rivieren" van H. Marsman. Door deze poster heen kan ik de Rivier zien. Ik ben blij dat we onze droom gevolgd zijn. Dat we geluisterd hebben naar de stem in onszelf. We leren hier een oefening in Geduld wat best moeilijk is. Samen een weg zoeken door het avontuur dat "leven" heet. Het ontdekken van nieuwe dingen brengt mij niet alleen geluk en wijsheid maar soms ook verdriet en angst. Maar hoe zou ik geluk op waarde kunnen schatten als ik niet weet wat verdriet is. En hoe zou ik wijsheid kunnen bereiken als ik mijn eigen angsten niet onder ogen kan zien. Uiteindelijk is de uitdaging van het leven het overwinnen van beperkingen, het steeds verleggen van je grenzen naar plekken waarvan ik nooit had kunnen dromen.

Over dromen gesproken, ik ben nu bezig met de vierde week van de Kabbala maakt dromen waar. Een

wens kan je leven veranderen van Gahl Sasson en Steve Weinstein met bijdragen van Geert Kimpen. De auteurs vervlechten mythologie, kennis en praktische oefeningen tot een programma van 10 weken. Door dit boek door te werken en te doorleven kan je materieel en spiritueel geluk brengen. Het gaat niet vanzelf en ik moet er wel iets voor doen maar het is spannend en ingrijpend om te doen. Ook ben ik weer begonnen met het schrijven van programma's, omdat ik zelf verander en leer veranderen de programma's van de workshops ook mee.

Sinds een week ben ik zelf ook weer met mediteren begonnen. In de Volkskrant van 15 november las ik dat Meditatie innerlijke balancerkunst is. Gisteren las ik een stukje over de Dalai Lama die zegt: De sleutel tot blijvende vreugde en vrede in de wereld is innerlijke vrede. In de meditatiekamer staat een prachtige zwarte Engel met een zwaard in haar rechterhand. Ze ziet er strijdbaar uit. Ik kocht haar pas geleden langs de kant van de weg waar ze op me stond te wachten. Het is hier iedere dag genieten in de natuur. Het uitzicht op de rivier blijft boeien. De beweging van eb en vloed. De meeuwen, aalscholvers, reigers en ooievaars die zich iedere dag tegoed doen aan de vissen in de rivier. Zit-tend bij de rivier zie ik hoe het water voorbij stroomt. Zachtjes spelen de golven hun spel met de stroomdraden van de rivier steeds andere patronen steeds beweging. Ik voel hoe het water me rustig maakt alsof ik meer en meer kan aanvaar-



Centrum De Vlinder  
Urb. Espartal LT D8 Sector D  
8670-119 EspartalAljezur  
Portugal  
[www.centrumdevlinder.nl](http://www.centrumdevlinder.nl)

# Nieuwsbrief

## Centrum De Vlinder

JAARGANG 4, NR. 1

29 JANUARI 2009

aanvaarden dat alles stroomt en beweging is.

**H**et is deze winter heel erg koud in Portugal. Zelfs nachtvorst hier en het regent heel erg veel. Hebben we net een open haard is er nergens meer droog hout te krijgen. Door de vele regen is alles opvallend groen. In de natuur is het nu voorjaar. Er bloeien al veel bloemen naast de paddenstoelen. De medronho [aardbeiboom] rond ons huis bloeit al de hele winter. Nu zie je overal mimosa en amandelbloesem. De prachtige kleuren en geuren in de bossen. Het gezang van de vogels 's morgens vroeg. De zonsopgang vanuit ons bed. De prachtige zonsopgang op het strand van Mt. Clerigo. Soms stormt het en zweept de wind de zee op tot hoge golven, het zand stuift over het strand. Op zulke momenten kan ik me klein voelen in dat natuurgeweld. Soms ervaar ik storm in mij maar op een ander moment kan ik vanbinnen

stil zijn terwijl storm en regen om mij heen tekeer gaan. Iedere dag weer genieten als de wolken breken boven het rivierenland en het regent zonlicht, de rivier in het maanlicht als de dageraad breekt op de rand van lucht en water. Dan groet ik de rivier en zij? Zij stroomt net als altijd.

**H**et zwembad in Aljezur is net geopend. Neem wel een badpak en badmuts mee anders wordt je niet toegelaten. Vorig weekend ontdekte ik een mooie sauna vlak achter Aljezur, hier kan je het badpak thuislaten. Ik nodig je uit om alles wat in de nieuwsbrief staat zelf te komen ervaren.

**K**om genieten van dit al in Espartal!!! Vanaf half april kun je je opgeven voor een workshop van 1 of 2 dagen of de hele week. Zie de website. Ook kan je gewoon logeren, logies met ontbijt. Bel of

mail welke periode je wilt komen.

Tel: 06-21802324  
Tel: 00351-961296539  
[mobiel] of 282995498  
[vast]

Een hartegroet van

**Wies**

## Volgende Nieuwsbrief

De volgende Nieuwsbrief verschijnt in in het voorjaar van 2009.