

‘Laat maar hangen’

Anja van der Zwan uit Noordwolde en Saskia den Broeder uit Wolvega zijn van Natuurontmoeting. Ze organiseren wandelingen in de natuur die wordt aangevuld met een verhaal over de natuur.

ANNE WESTERHOF

Tijdens het gesprek in Noordwolde komen de buurtkanten geregeld binnen een kijkje nemen. Zelf hebben ze geen huisdieren meer, maar toch heeft Anja van der Zwan wel iets met dieren. Ze is diertolk en heeft de expertise om de signalen van het dier te vertalen naar mensen. Ze is daarbij breed inzetbaar bij problemen zoals vermissing, gedragsproblematiek of ziekte en kan ze de eigenaar daarover adviseren. De cursus dierencommunicatie was de opstap naar deze dienstverlening. Jaarlijks bedient ze zo'n 150 klanten. Maar voor dit artikel is het bijvangst. Het hoofdverhaal gaat over 'Natuurontmoeting'.

Twee vrouwen uit Weststellingwerf, hebben het initiatief op touw gezet om natuurwandelingen te organiseren. Anja van der Zwan en Saskia den Broeder zetten op meerdere plaatsen wandelingen uit, vaak in mooie oude bossen, zoals het parkachtige Sterrebos in Fredriksoord en het Koepelbos in Oldeberkoop dat het grootste parkbos in de omgeving is. Naast de boswandelingen hebben beiden nog een bijzondere passie. Ze hebben iets met bomen, maar daarover straks.

Bevriend

Beiden komen uit de Randstad en zijn in 2020 met hun partners in de Stellingwerfen komen wonen. Ze zijn al ruim 25 jaar bevriend. Toen een van de twee besloot om te verhuizen volgde min of meer bij toeval ook de ander. Anja van der Zwan ((1955) zocht met man Henk Arnoldus een makkelijk huis op de begane grond. In Noordwolde vonden ze



Saskia den Broeder Anja van der Zwan. FOTO: ANNE WESTERHOF

wat ze zochten. In de coronatijd ging ook Saskia van den Broeder (1954) shoppen op Funda en vond een levensloopbestendige woning in Wolvega die ze met haar partner Leen Hoffman betrok. „Het is een soort van emigreren.” Beiden hebben een sociologische achtergrond. Anja van der Zwan hield zich met onderzoek en statistiek bezig, Saskia den Broeder deed ruime tijd beleidswerk en op haar 50e werd ze freelancer tekstschrijfster. In haar vrije tijd, was Den Broeder verhalenverteller en ze treedt nog geregeld op voor groepen waarbij ze 'uit het leven gegrepen'-verhalen voordraagt.

Bosbad

'Natuurontmoeting' is niet helemaal uit de lucht komen vallen. In

Voorschoten organiseerde Van der Zwan vergelijkbare wandelingen met kruidenvrouw Hilde Koudijs onder de naam 'Natuurdialoog'. Toen de vriendinnen in het Noorden neerstreken initieerden ze een nieuw concept en omarmden ze het 'Bosbad'-idee naar Japans voorbeeld. 'Natuurontmoeting' zag het levenslicht en de wandelingen die ze organiseren hebben een extra dimensie: Van Den Broeder vertelt een verhaal dat speelt in de natuur.

Andere sfeer

Het doel van dat initiatief is om mensen de natuur van dichtbij te leren ervaren. „Om bewuster te worden van de natuur en de verbinding ermee te stimuleren”, zegt Den Broeder. Weersinvloeden spelen geen rol, ook bij regen gaan de wandelingen gewoon door. Geen 'Natuurontmoeting' is hetzelfde, er is altijd een andere sfeer. „Het is altijd weer leuk.”

De eerste wandelingen werden geoefend met bekenden van de initiatiefnemers. Zij wandelden mee en gaven tips. Inmiddels zijn er al zo'n zes wandelingen de revue gepasseerd. Tijdens een wandeling, die zo'n twee uur duurt, wordt een afstand van ruim tweeënhalve kilometer afgelegd. Er wordt vooral langzaam gelopen en vaak stilgestaan. Met als reden de deelnemers zo intensief mogelijk de natuur te laten ervaren. De opname van stoffen die bomen afscheiden, fytonciden genaamd schijnt bovendien een positief effect op het zenuwstelsel te hebben.

Van der Zwan volgde een cursus

Nu gaat ze ieder jaar terug naar de beuk en weet dat hij haar herkent

bij Maja Kooistra over de energiekraft van bomen. De energie die bomen uitstralen wordt door de vriendinnen ervaren. Van der Zwan heeft een lievelingsboom, een beuk die staat in Duitsland. Vijftien jaar terug zag ze hem staan en voelde zich tot de boom aangetrokken. Dat gevoel bracht een bepaalde sfeer met zich mee. Nu gaat ze ieder jaar terug naar de beuk en weet dat hij haar herkent.

Berk

De berk met haar luchtig bladerdek is de voorkeursboom van Den Broeder. Zij is gevoelig voor de energie van bomen en voelt de wisselwerking zoals bij het schuilen onder een boom, of bij het voelen van de sapstromen in de stam. Het communiceren met bomen komt steeds meer in de belangstelling te staan. Onderzoek heeft aangetoond dat planten communiceren met hun omgeving, bijvoorbeeld als ze belaagd worden door insecten. Ze produceren dan bepaalde stoffen die hun vijanden afschrikken. Er is geen wetenschappelijk bewijs dat bomen communiceren met mensen. Voor Saskia en Anja is dat nauwelijks van belang. Het is het contact met de bomen dat voor hen belangrijk is en hen dichterbij de kern, de natuur.

De wandelingen hebben een ge-

structureerde opbouw. Er wordt begonnen met een begroeting van het bos, in woord of gedachte. Gevolgd door een denkbeeldige kapstok waar mensen hun rugzakje met problemen aan kunnen hangen. Onbelast kunnen deelnemers al wandelend contact met de aarde maken (wortelen). De pauze neemt Den Broeder deels voor haar rekening met het natuurverhaal. Deelnemers krijgen ruimte om te vertellen over wat ze hebben ervaren, bijvoorbeeld een mooie lichtinval of een bijzondere boom. „Door rust te nemen kijk je met andere ogen en neem je meer waar”, aldus Den Broeder. Met het leggen van een kunstwerkje van onderweg gevonden voorwerpen komt het einde van de wandeling in zicht. Het bos wordt bedankt. Terugkerend bij de kapstok klinkt dan dikwijls: 'Laat maar hangen'.

Voor de komende vijf jaar gaan Saskia en Anja verder met 'Natuurontmoeting'. Het is een groeimodel en ze hopen meer mensen te bereiken. Vanuit de gedachte om meer mensen te leren houden en waarderen van de natuur. Wie een begeleid bosbad wil nemen met een kleine groep kan bij 'Natuurontmoeting' altijd terecht.

Rijk zullen ze er niet van worden, want de - vrijwillige - bijdrage van de deelnemers gaat in de pot van 'Trees for all'.

Ervaren

De initiatiefnemers hebben geen nadrukkelijke missie, maar hopen de mensen iets te laten ervaren. „Natuur is niet van ons, wij zijn zelf ook natuur!”



„Natuur is niet van ons, wij zijn zelf ook natuur!” FOTO: ANNE WESTERHOF