

## Leven op reis (12)

Door Cynthia van Asten

Ik realiseer me dat het ongeveer half januari zal zijn als je dit leest.

Misschien heb je het wel helemaal gehad met al die beste wensen en zit je zeker niet te wachten op nog meer van hetzelfde...

Maar terwijl ik dit schrijf, is het nieuwe jaar nog niet begonnen en is het nog helemaal het moment voor terugblikken en overpeinzingen.

Vol inspiratie voor het komende jaar wil ik je dus het meest prachtige wensen wat jij je maar bedenken kunt!

Durf je te dromen? En durf je deze dromen uit te spreken, vorm te geven en misschien zelfs wel concreet te maken?

Dan wens ik je toe dat deze dromen onverminderd uit zullen komen en jij versteld zult staan van jezelf!

Onze reis heeft ons de feestdagen door laten brengen op het feeërieke landgoed L'Assaladou, in de bossen achter Nèbias in Zuid-Frankrijk, midden in het Katharengedebied.

Nèbias ligt op een plateau van ongeveer 600 meter hoogte, met Quillan in de vallei en de Pyreneeën op een steenworp afstand.

Binnen een half uurtje rijden zit je volop in de sneeuw en we hebben dan ook een prachtig uitzicht op de besneeuwde bergen.

Terwijl een zonnetje het mogelijk maakt om buiten te zitten, zien we wolkenpartijen als een verstilde waterval over de bergrug naar beneden stromen. Niet dat het hier altijd prachtig weer is...

Ten opzichte van Quillan, zitten wij in de bergen en dus valt hier ook genoeg neerslag.

Alle paden zijn erg modderig en meestal stranden onze wandelingen dan ook in de modder.

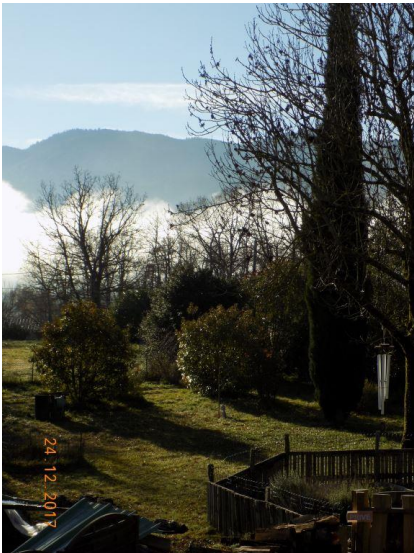
Jammer, maar het geeft wel meer tijd om letterlijk naar binnen te gaan en de donkere dagen te ervaren. Al is het wel een groot voordeel dat de dagen minder lang donker zijn dan in

Nederland. De zonsondergang scheelt zo'n anderhalf uur met Nederland en dat is best heel veel. Pas rond kwart voor zes wordt het echt donker.

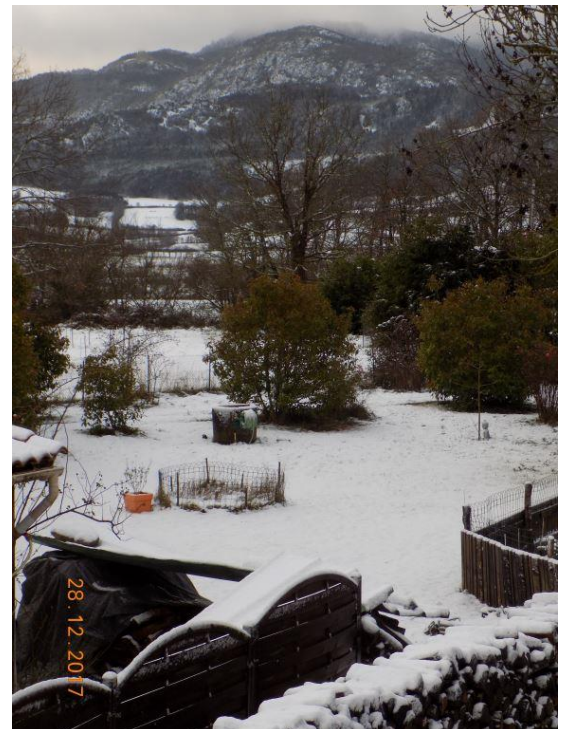
In L'Assaladou (wat zoiets betekent als 'plek waar zout naartoe gebracht wordt'), wonen we in een appartement op de uitgestorven camping.

Heerlijk, wat een rust na het hectische Nederland!

Het duurt wel een week voor we echt de stilte kunnen ervaren.



Lampjes, geknutseld met wol en lijm, om ballonnen gewikkeld.



De winter kwam tot in de tuin...

De eigenaren houden ook een soort winterretraite en om met de woorden van een van hen te spreken: "Het is hier nu net een klooster, zo'n rust hangt er...".

Elke avond zit ik met de kinderen stil bij kaarslicht en overdenken we de dag.

We nemen de tijd om de levenslessen van vandaag door te spreken, we trommelen of lezen een inspirerend verhaal voor.

We vinden het zo fijn dat we besluiten om er na de adventstijd mee door te gaan.

Het is heerlijk om weer wat bewegingsruimte in huis te hebben... De stacaravan in Nederland is niet heel klein, maar voor een heel gezin blijft het toch schipperen met de ruimte.

De hele dag doe je een soort dansje om elkaar heen en je blijft maar opruimen! Op de laatste dag dat we in Nederland waren, is er eindelijk een pellet kachel geïnstalleerd.

Ik heb nu goede hoop dat als we in januari weer in Nederland zijn, dat we dan in een aangename temperatuur kunnen leven.

De afgelopen maand zaten we letterlijk flink in de kou.

Pas halverwege de middag kwam de temperatuur boven de 15 graden uit en dat terwijl de elektrische kacheltjes geregeld de hele camping zonder stroom lieten zitten...

Ook al is het overal kerstvakantie, de meiden gaan gewoon door met hun thuisonderwijs projecten. Christel legt de laatste hand aan haar kristalkaartjes en perfectioneert haar foto's. Lindsay is begonnen aan een project over het heelal.

Ze gaat een spannend stripverhaal schrijven over een buitenaardse student die op ontdekkings- tocht gaat in het heelal. Ik hoor haar mompelen over clusters en supernova's, dus die leert er heel wat van...

Het water wat uit de kranen in Nèbias stroomt, is helaas zwaar gechloreerd.

Na een douche ruikt je huid alsof je net uit een zwembad komt.

Op zulke momenten ben ik zó blij met onze oliën die we in de zomer gemaakt hebben! Heerlijk verwarmende en sterk geurende rozemarijnolie maakt je huid al snel weer zacht en soepel.

En het verwarmt je hele lichaam ook nog eens! De lavendelolie haalt ook de chloorlucht weg en is heerlijk rustgevend.

De Sintjansolie gebruik ik vooral bij pijnlijke spieren. De bloedrode olie trekt snel diep in en verwarmt van binnen uit.

De tijmolie verzacht de luchtwegen en verhoogt de weerstand. Dit is mijn favoriet om de romp mee in te smeren. De verwarmende oliën gebruik ik vooral voor de ledematen.

En tot slot de mint olie: die blijft nog even in de kast tot het warmer weer is. Als verfrissende en opwekkende olie trekt deze me nog niet aan.

Maar als we eind februari weer naar Portugal gaan, zal ik 'm waarschijnlijk wel gaan aanspreken...

Omdat het leidingwater zo vies is, zijn we direct gaan zoeken naar een goede waterbron.

Logisch om daarvoor de bergen in te trekken.

En ja hoor, zonder al te veel zoeken vinden we er drie achter elkaar in het plaatsje Camurac, op zo'n duizend meter hoogte.

Er ligt al een flink pak sneeuw hier en de ijskoude lucht overviel ons wel een beetje.



Water halen bij de bron voor alle bewoners van L'Assaladou



Christel maakt overal foto's van kristallen voor haar kaartenset



De tweede keer dat we water gingen halen, hebben we ons sneeuwkleiding aangedaan en hebben de meiden heerlijk gesleed.



Normaal gesproken doe ik daar graag aan mee, maar helaas heb ik al een tijdje flinke last van mijn knie en laat ik het nu even voorbij gaan.

Iedere avond masseert Christel me heel toegewijd met triggerpoint therapie om de overbelaste spieren te ontspannen.

Het gaat al echt een stuk beter dan een maand geleden en ik heb goede hoop dat mijn knieklachten volledig gaan genezen.

Wij blijven nog ruim twee weken in 'winter retraite' en zullen rond 20 januari weer naar Nederland komen.

Daar zijn we maar voor drie weken, om dan snel de Portugese zon weer op te zoeken.

Maar daarover volgende maand meer.

Tot dan!

Cynthia