

VERWONDERSYMBOLLEN

TRAIN JE VERWONDERKRACHT TIJDENS HET WANDELEN



*Wie met verwondering om zich heen kijkt,
ontdekt de meest bijzondere dingen*

Dat is ook de insteek van de Verwonderwandeling. Uit je hoofd stappen en je zintuigen het werk laten doen. Van je gebaande paden afwijken.

Wanneer je de route van de Verwonderwandeling loopt, merk je dat bepaalde dingen je opvallen. Dat je aandacht wordt getrokken naar symbolen, kleuren of voorwerpen. Dan is je onderbewuste wijsheid aan het woord.

Het is niet voor niets dat bepaalde voorwerpen opeens in het oog springen en andere niet. Stilstaan bij de betekenis van wat je ziet of voelt, geeft je interessante inzichten.

In dit document leggen we een aantal van de meest voorkomende symbolen voor je uitgelegd. Om je te helpen. Voel je zelf bij een symbool een andere uitleg? Dan is jouw gevoel leidend. De vraag die je jezelf kunt stellen: wat wil dit symbool mij vertellen? En dan gewoon luisteren naar wat in je opkomt.

Vertrouw vooral op je intuïtie.

NATUUR

Boom: Groeimogelijkheid, stabiliteit, stevigheid. Symbool van de cyclus van leven. Met de wortels in de aarde en de kruin in de wind, is de boom een verbinding tussen hemel en aarde.

Eik: Levenskracht en duurzaamheid. Het sterke hout van zijn stam geeft een gevoel van veiligheid en wijsheid. Eiken geven bescherming aan alles wat er in hun directe omgeving groeit en bloeit. De oude, grote en wijze eik beschermt en stimuleert nieuw leven. De eik is moedig, standvastig en trots.

Den: De energie van de den helpt bij het relativeren van te veel zelfkritiek en te hoge verwachtingen. Mensen die depressief of boos zijn kunnen baat hebben bij de energie van de den.

Berk: Als symbool van het nieuwe begin, staat zij voor het licht van de lente, groei in alle opzichten: mentaal, fysiek en persoonlijk. Het is ook een vriendelijke boom, symbool van fijnheid en bekoorlijkheid.



Beuk: De beuk symboliseert wijsheid, voorspelling, voorspoed, warmte, geborgenheid, troost, creativiteit en bloei.

Eikel: Symbool van onsterfelijkheid en eeuwig leven

Kastanje: Symbool voor totale harmonie. Aards, geborgenheid, vertrouwenwekkend, eerlijk, eenvoudig, bescheiden, nobel, levendig en warmte.

Dennenappel: Symbool voor het verruimen van je bewustzijn, verlichtte geest. Universele kennis.

Stenen: Onvergankelijke kracht, rust, steun, steunpunt.

DIEREN

Merel: De boodschap die deze vogel ons geeft is voeden en zogen... een moederfiguur. De merel vertelt je dat je wat liefdevolle zorg aan jezelf mag geven.

Vlaamse gaai: Deze vogel is een boodschapper tussen hemel en aarde en kan jou helpen om in je ware kracht te gaan staan. Je niet langer te verstoppert, maar juist te gaan staan voor wie je bent.

Specht: De specht heeft een scherpe, brede blik, waardoor hij veel details kan zien en vaker door illusies heen kan prikken. De specht heeft een intuïtieve logica en deelt deze graag.

Roodborstje: Het roodborstje steekt trots en moedig zijn roodkleurige borst vooruit, zodat iedereen hem kan zien. Wat je van het roodborstje kunt leren, heeft vooral met liefde en kwetsbaarheid te maken. Het roodborstje leert je groeien, veranderen en vol wilskracht en passie te leven vanuit je hart.

Eekhoorn: Rust tussen tijden van bewegen en niet bewegen, vermogen om gemakkelijk puzzels op te lossen. Ook staat de eekhoorn voor onderzoekend.

Hij verzamelt voor de toekomst, verandert snel van richting, balans in geven en nemen.



Hert: De boodschap die het hert ons brengt, is er een van liefde en vriendschap. Zijn gevlekte vacht laat ons zien dat er geen onderscheid wordt gemaakt tussen licht en donker of goed en slecht. De kracht van de liefde geneest de wonden van anderen.

Konijn: Het konijn wordt meestal in verband gebracht met angst, omdat het bij het minste of geringste al op de vlucht slaat. Maar juist door zijn constante angst trekt hij het ongeluk naar zich toe. Zie je angsten onder ogen en hou ermee op ze te voeren.

Vlinder: De vlinder is een van de weinige totemdieren die de persoonlijke transformatie vertegenwoordigen. Wanneer je een vlinder ziet, denk dan aan op wat er in je leven of in je gedrag nodig is om te veranderen of te transformeren naar wat je behoefte is en waar je verlangen ligt.

Lieveheersbeestje: Het lieveheersbeestje staat voor spirituele verlichting, dood en wedergeboorte. Het is ook een geluksbrenger die je vertelt dat je op het goede pad staat.

Mier: Mieren zijn waanzinnig plichtsgetroouwen en werken zeer geconcentreerd. Een mier is een teamspeler, hij weet als geen ander dat als elk teamlid de aan hem toevertrouwde taak volbrengt het team zal slagen. Als er een obstakel is zal de mier niet stoppen.

Rups: Het prille stadium voorafgaand aan de transformatie, geduld, een voorbereidingsperiode. Wat ligt er te wachten op veranderkracht?

Hond: De hond staat bekend om zijn trouw en zijn rol als beschermer. Hij geeft ons kameraadschap en zelfs genezende energieën. Kameraadschap, trouw, veiligheid, begrijpen en gebruiken van lichaamstaal

Kat: Mysterie, magie, onafhankelijkheid, nieuwsgierigheid, onvoorspelbaarheid en genezende krachten.

Egel: Natuurlijke nieuwsgierigheid onderzoeken en volgen. Symbool voor zelfbescherming en het herkennen van (weer)patronen.

Duif: De duif bezit helende krachten en komt vaak tevoorschijn wanneer je oude zorgen, pijn of haat met je meedraagt. De duif moedigt je aan om je emotionele ballast los te laten en ruimte te maken voor het helingsproces. Het is nu tijd om te vergeven en los te laten en vooruit te kijken.

Kraai: Met veel kabaal waarschuwen kraaien elkaar als er onraad dreigt, en er ontgaat maar weinig aan zijn scherpe blik. In veel culturen wordt de kraai

gezien als de hoeder van Kennis. Als de kraai verschijnt moet je opmerkzaam zijn: weet je zeker dat je begrijpt wat er om je heen plaatsvindt?

Ekster: Eksters worden van oudsher in verband gebracht met fortuinlijk geluk. Toch wordt dit geluk de ekster niet in de schoot geworpen, hij heeft er gewoon een goed oog voor en ziet de edelsteen schitteren in de mesthoop. Sta open voor voortekens, jouw geluk ligt verborgen in deze subtiele berichten.

Reiger: Een reiger kan uren starend naar het water doorbrengen, mediterend en geduldig wachtend. Hij staat zelfs op één poot in balans. Neem ook de tijd om te zijn zoals de reiger: stil en rustig, kijkend in je eigen innerlijke wereld waarin het antwoord al ligt te wachten om ontdekt te worden.

Ooievaar: De ooievaar staat voor een nieuw begin. De ooievaar zou je willen vertellen dat je de vicieuze cirkel kunt doorbreken. Leer negatieve gedachten los te laten. Ga je hart achterna en laat je niet verleiden door excuses. Volg je hart, want die weet de weg!

Valk: De valk is de boodschapper van het dierenrijk, zijn kreet kondigt altijd een bijzondere gebeurtenis aan. De valk is ook een scherpe waarnemer aan wie het kleinste detail niet ontgaat terwijl hij toch het overzicht houdt. Het is belangrijk je huidige situatie van alle kanten te bekijken en dapper tegemoet te treden.

Muis: De muis onderzoekt levenslessen, is verlegen, heeft kennis van details en

ziet de dubbele betekenis van dingen. De muis geeft begeleiding bij het afsluiten van contracten, kan ongezien werken en staat voor stilte, onzichtbaarheden en is onderzoekend.

Bij: De honingbij staat symbool voor onsterfelijkheid, wedergeboorte, vlijt, ordening en organisatie, reinheid en zuiverheid, de ziel, maagdelijkheid en kuisheid.

Libelle: Speelsheid en verandering, maar ook geluk, welvaart en harmonie. Zie je een libelle, dan zit er transformatie in de lucht.

Paard: Het paard is het symbool voor energie, actie, vitaliteit, levenskracht. Paarden zijn van oudsher onze helpers als het er om gaat ons op een snelle manier te verplaatsen. Het paard brengt de boodschap dat je op moet staan, dat je uit de sleur moet stappen die je zelf hebt gecreëerd en andere plaatsen moet bezoeken.



Uil: Een uil staat voor (oer)oude wijsheid, geheimhouding, de magie van de maan en vrijheid. Ook kun je een uil verbinden met stille en gecontroleerde bewegingen en heeft de uil het vermogen om door maskers heen te zien. Uilen hebben de link en verbinding tussen de onzichtbare

(donkere) wereld en de wereld van het licht. Een uil is comfortabel met zijn eigen schaduw.

Eend: Emotionele rust, luisteren naar je instinct, bescherming, gratie op wateren: water energie, doorziet emoties, spirituele helper bij mystiek, zoekt emotionele troost, alertheid.

Spin: De spin is een meesterwever en weeft het web van het lot. De spin staat voor wijsheid, creativiteit, Goddelijke inspiratie en vormverandering. Verder staat de spin voor kennis van illusie en voor de creatieve kracht van het leven.

BLOEMEN

Rozen: In het algemeen staat de roos symbool voor liefde, vreugde, geluk en genegenheid.

Margriet: De margriet staat symbool voor liefde en onschuld, bescherming en waarheid. Als je de margriet aan iemand geeft staat het symbool voor: Je maakt me gelukkig.

Vergeet-me-nietjes: De bloem staat voor trouw en oneindige liefde.

Sneeuwkllokje: Sneeuwkllokje staat symbool voor hoop, (opnieuw) ontwaken en lenteverwachting.

Paardenbloem: De paardenbloem wordt soms beschouwd als het symbool, dat er aan herinnert dat alles uit één universum voortkomt en alles met alles samenhangt. En dat ieder zijn eigen belangrijke, onmisbare functie heeft in het geheel.



STRAATBEELD

Stoplicht: Houd iets je tegen of heb je juist groen licht om door te gaan?

Rotonde: Loop je in cirkels? Of steeds in hetzelfde rondje? Wat heb je nodig om een weg in te slaan?

Auto: Snelheid, richting, op weg zijn. Welke richting ga je op? En met welke snelheid?

Verkeersborden: Wie of wat wijst je de weg? Wat voor gevoel krijg je bij het bord dat je ziet? Welke boodschap heeft het?

Weg: Een weg staat symbool voor je gevoel van richting in je leven en het najaan van je dromen. Is de weg hobbelig en vol bochten, dan verloopt je leven niet gemakkelijk op dit moment. Een vlakke weg met groene bomen en bloemen ernaast symboliseert een rustige tijd in je leven zonder al te veel moeilijkheden. Een doodlopende weg, dan ben je in een periode in je leven waarin je niet weet wat je met jezelf en je leven aan moet.

Prullenbak: Loslaten van ongewenste gewoontes en negativiteit. Wat laat je los?

Deur/poort: Een deur betekent vaak het openen van nieuwe mogelijkheden en uitdagingen in de toekomst. Deuren worden geassocieerd met het scheiden

van twee paden. Ze staan ook symbool voor bescherming en beschutting.

Bankje: Mag je even uitrusten van jezelf? Neem even de tijd om stil te staan en te kijken naar wat hebt bereikt. Vanuit rust kun je weer verder.

Brug: Een belangrijke overgangperiode in je leven waarin je naar een nieuwe fase gaat. Kan ook aangeven dat je iets probeert te overbruggen of twee dingen met elkaar wilt verbinden.

Drempel: Ga je te snel? Moet je het misschien wat rustiger aan doen? Drempel kan ook staan voor een drempel die je over wilt/ moet gaan. Wat vind je moeilijk. Wat houdt je tegen? Welke drempel ga je over?



Hek/blokkade: Wat staat er tussen jou en je wens/ ideaal? Hoe ga je om met deze blokkade? Ga je erlangs, eroverheen, draai je om of blijf je stilstaan?

Lamp/lantaarnpaal: Wat moet of mag in de spotlight staan? Waar wil je licht op laten schijnen? Wat heeft prioriteit? Wat mag gezien worden?

Huis: Je eigen plek, rust en veiligheid. Waar voel jij je thuis. Een huis staat ook symbool voor je eigen persoonlijkheid. Dus hoe ziet het huis dat je opvalt eruit?

DIVERS

Ballon: Een ballon staat voor creatieve vrijheid. Het gaat over loslaten en vasthouden. Welk 'ballonnetje' laat jij op? Wat wil je vieren? Waar word je blij van?

Draad: De draad (niet meer) volgen. Wat is de (rode) draad in jouw leven op dit moment? Draad staat ook voor samenhang en bij elkaar houden.

Elastiek: Rek, veerkracht, weerbaarheid. Maar ook flexibiliteit en verbindingen.

Veren: Veren worden gezien als symbool voor bescherming, spiritualiteit, snelheid, liefde, licht en waarheid. Ook staan ze voor de capaciteit om je vrij te bewegen door het leven en het element lucht.

Sleutel: Welke deuren opent deze sleutel? Heb jij zelf de sleutel in handen om de volgende stap te zetten of om het antwoord te vinden? Een sleutel symboliseert toegang, kansen, controle, geheimen of verantwoordelijkheden.

Spiegel: Reflectie. Wat zie je? Wat wil je zien? Wat is zichtbaar en mag gezien worden. Zelfreflectie. Focus op jezelf. Wie ben jij? Wat wil jij?