

Dit is jouw gids met tips voor
geschikte wandelingen voor
de Alice Experience



Jouw Experience begint hier. Eerst wat achtergrond over hoe de Alice Experience is ontstaan. Het inspireert je mogelijk om jouw plek te vinden waar jij jouw wandeling in jouw nieuwe identiteit wil laten plaatsvinden.

In april 2023 overleed mijn vader. Om mijn verdriet de ruimte te geven, ging ik dagelijks wandelen in een natuurgebied bij mij in de buurt. Ik wandelde er al bijna twee maanden, toen ik ineens een 'ontwaak'-moment had. Ineens zag ik de natuur met andere ogen, en leek het alsof ik letterlijk door scènes in Wonderland liep.

De wandeling begon voor mij elke dag in de Helsestraat, die uitmondt in de Kuilen. Ik verwonderde me erover, dat ik de symboliek nooit eerder had gezien!

Want hoe spannend is het om 'down the rabbithole' te gaan? Veel mensen ervaren dat als hels. Maar als je volledig op jezelf vertrouwt, dan is het zeker mogelijk om 'de Kuilen' in te lopen, en vol verwondering en verwachting rond te kijken wat er verder mag ontstaan.

Het Broek is een natuurgebied dat moerasachtig is, waardoor je regelmatig voor onverwachte obstakels wordt gesteld.

Tegelijkertijd is het prachtig overvloedig rijk en groen, waardoor je je instant in Wonderland waant.

Toen ik verder keek dan de symboliek van de straatnamen, merkte ik, dat bepaalde plekken letterlijk overeen kwamen met belangrijke scènes in het verhaal.

Ik zag een laantje, waar je letterlijk het idee kreeg een portaal door te gaan, en een andere tijdlijn op te stappen.



Ik kwam in een strak gemaaid veld terecht, dat precies leek op het croquetveld van de Hartenkoningin...



Ik liep over kronkelige en modderige paadjes, niet wetend waar ik uit zou komen. Het was er allemaal zo rijk begroeid en sprookjesachtig, dat ik me in Wonderland waande, zonder er veel voor te hoeven te doen.



Ik zag de omgeving waar ik dagelijks wandelde, ineens met heel andere ogen. Maar het was zeker niet alleen maar rozengeur en maneschijn. Door de grote hoeveelheid water in het gebied, hebben grote insecten het er enorm naar hun zin. Muggenbeten gegarandeerd. Het gebied had naast de juiste hoeveelheid natuurschoon, waar je met een beetje fantasie het hele verhaal van Alice in terug kon zien, ook een grillig randje, precies zoals in Wonderland zelf!

Een paar dagen lang liep ik verwonderd rond: hoe kon het dat ik nu pas zag, dat ik bijna in Wonderland woonde, de hele tijd?

En zo ontstond de live Alice Experience. Een wandeling door het Broek in Nuenen, waar je als vanzelf naar belangrijke scènes uit het verhaal wordt geleid. Een wandeling van ongeveer 5 km. Iets meer wellicht, als je jezelf daarna nog op een heerlijke high tea trakteert in het dorp. Een high tea bestellen bij Le Souris is een absolute aanrader!



Wandeling Het Nuenens Broek

Wil je dezelfde wandeling maken als ik eerder deed met de deelnemers aan de Alice Experience? Kom je met de auto? Stel dan je navigatie in op de Helsestraat in Nuenen, en rij door totdat je bij een open plek komt. Hier parkeer je. Daarna staat er ook een bord verboden voor verkeer.

Je loopt linksaf de Kuilen in, een lang recht pad, wat zich uitstekend leent voor het luisteren van de tweede audio. Je volgt het pad langs water, prikkeldraad en slaat dan rechtsaf (linksaf is een stiltegebied). Je komt daar ook een bankje tegen, waar je op kunt zitten om wat inzichten te noteren die je hebt opgedaan onderweg. Je hebt hierna twee keuzes, die een beetje afhankelijk zijn van de weersomstandigheden en de begaanbaarheid.

Ga je na de bocht linksaf het natuurgebied dieper in, dan kom je in de meest sprookjesachtige natuur terecht. Dit gebied kan na vele regenval totaal onbegaanbaar zijn, en de hoeveelheid muggen is er intens. Maar mocht het je lukken, volg dit pad!

Kies je liever een makkelijkere weg? Loop dan rechts de laan door, totdat je weer op verharde weg uitkomt. Je steekt over naar de overkant van de straat, en loopt verder, totdat je aan je rechterhand een waterplas ziet, waar een voetpad langs loopt naar twee grote stenen banken.

Dit is een ideale plek om tijd te maken voor audio 3: de Quantum Hypnose.

Nadat je de Quantum Hypnose hebt geluisterd en je inzichten genoteerd, loop je terug naar de asfaltweg, en terug naar het bospad waar je eerder uitgekomen bent. Je gaat niet terug het bos in, maar slaat rechtsaf, en volgt de asfaltweg.

Als je volledig door bomen wordt omringd, is dat een fijn moment voor het luisteren van de vierde audio, de power prayer. Maar.....sla de opdrachten in het journal niet over! Luister de power prayer pas, als het journal je daar instructies voor geeft.

Zodra je op een kruising met een fietspad komt, hou je rechtsaan, en vervolg je jouw weg over het fietspad. Na ongeveer 150 meter sla je rechtsaf, het eerstvolgende wandelpad in. Dit is een laan met bomen, waar je luistert naar audio 5, de walking meditation. Na wat kruip/door/sluip/door tussen dichte bossages, kom je opnieuw bij een splitsing.

Bij deze splitsing hou je links aan, en je loopt ongeveer 50 meter verder, totdat je op een veld komt, dat doet denken aan het croquetveld van de Hartenkoningin. Als je rechts aanhoudt op het pad, kom je opnieuw in een Wondere Wereld terecht, met bloemen die ver boven je hoofd uittorenen, en paadjes waarin je helemaal door donker takkenbos wordt opgeslokt. Ga hier op ontdekkingsstocht!

Als je het hele speelveld rondgelopen hebt, en alle opdrachten hebt gedaan, loop je weer terug naar het pad, wat je nu in de richting van het dorp vervolgt. Je blijft rechtdoor lopen over het gras, totdat je bij de weg uitkomt. Links tegenover je zie je nu de molen. Je gaat rechtsaf, richting het dorp. Blijf nu zo'n 1200 meter de weg vervolgen, totdat je aan je linkerhand het restaurant Le Souris ziet, waar je kunt genieten van een heerlijke high tea.

Mocht je ooit in de buurt van Nuenen zijn, en daar jouw Alice Experience willen beleven: laat het me weten, ik wandel graag met je mee, en daag je graag nog wat verder uit op jouw ontdekkingsstocht!

En nu is het jouw beurt!

Wil jij het maximale halen uit jouw Alice Experience? Daag jezelf dan om te beginnen uit, om in natuurgebieden bij jou om de hoek ook de magie te kunnen zien. Hoe meer je jouw fantasie prikkelt, hoe meer je je voor magische dimensies openstelt.

Er zijn helemaal niet zoveel kenmerken waaraan een natuurgebied moet voldoen, om er een geslaagde Experience van te maken.

Je hebt in elk geval, op ongeveer 2/3 van je wandeling een laantje nodig, of het idee dat je ergens door een poort of portaal heen gaat. Het mag een gebied zijn waar je moederziel alleen ronddwaalt, maar het is wel fijn als je onderweg ook mensen tegenkomt. (Die ga je nodig hebben tijdens je reis om alle opdrachten te kunnen vervullen!).

Zoek een plek uit om te wandelen waarbij het mogelijk is om buiten de gebaande paden te gaan, en waar je soms ook bankjes tegenkomt. Je kunt natuurlijk als je een kleedje bij je hebt, overall gaan zitten voor reflectie of het luisteren van een audio, maar dat hangt ook af van het seizoen waarin jij de Alice Experience besluit te gaan doen.

Kies een wandeling uit, die je nog zo goed kent, zodat je onderweg door onverwacht natuurschoon kan worden verrast. En als je aan het einde bij een natuurcafé of herberg jezelf met iets lekkers kunt verwennen, is dat helemaal geweldig!

Jouw eigen Experience wandelen?

Zoek een wandeling uit van ongeveer 5 km. Langer mag ook, maar waarschijnlijk ben je met alle opdrachten wel even bezig.

Aanbevelingen: ik woon in Brabant, dus wandel veel in Brabant en Limburg. Dit zijn een aantal van mijn favoriete wandelstekjes.

- [wandelroute Belversven](#) bij Oisterwijk
- [wandelroute de Huisvennen](#) bij Boxtel
- [wandelroute Banisveld](#) bij Boxtel
- wandelen in het [Jammerdal](#) in Venlo
- wandelen op het [Boswachterspad in de Groote Peel](#) bij Ospel
- wandelen bij het [Oud Meer in Son](#) en Breugel
- wandelen bij de [Loonse en Drunense Duinen](#) bijvoorbeeld
- bij uitkijkpunt Bosch en Duin
- [wandelroute Beuven](#) bij Someren

In Zeeland:

- Wandelroutes in [natuurgebied Oranjezon](#) op Walcheren
- wandelroute van Zoutelande naar Dishoek

Ga vooral op zoek naar jouw favoriete plek. Het Nuenens Broek staat in vrijwel geen enkele wandelgids vermeld, en blijkt schitterend te zijn.

Ga op zoek naar verborgen pareltjes bij jou in de buurt en manifesteer meteen je eerste wonder!

Tof als je met me deelt welke plaatsen jij gevonden hebt, om te wandelen, en welke synchroniciteiten je tegenkwam die je deden denken aan Wonderland.

Het belangrijkste: zoek een plek uit, waar jij je even helemaal kunt terugtrekken uit het dagelijkse leven, en waar jouw gevoel voor wonderen en magie volledig wordt geactiveerd.

Wie weet ontdek jij jouw favoriete wandelgebied wel opnieuw en ontdek je dingen die je niet eerder hebt gezien.

Extra tips voor onderweg

Let tijdens je wandeling op welke tekens dieren of planten je geven onderweg. Trekken vogels of andere dieren jouw aandacht onderweg? Grote kans dat ze een boodschap voor je hebben. Je hebt je telefoon bij je, dus Google vooral naar spirituele betekenissen!

Ben gewaar van de lichamelijke sensaties in je lichaam tijdens de wandeling. Hoe voel je je als een pad redelijk onbegaanbaar is? Roept het frustratie op? Zie je het juist als uitdaging? Zie je in je reactie overeenkomsten met je dagelijkse leven? Wat wil de natuur je hier laten zien?

Als alles een spiegel is, dan is het geen toeval, als je tijdens je wandeling op obstakels of uitdagingen stuit. Zie ze als cadeau!

Wees je ook gewaar van de invloed van de weersomstandigheden op jouw vastberadenheid de reis te voltooien.

En het allerbelangrijkste: GENIET VAN DE REIS!