

Forest bathing Haiku's

Bij de opleiding tot forest bathing gids maak je haiku om je uitnodiging zowel gedetailleerd als beknopt mogelijk te maken. Het kader dat een haiku je geeft helpt bij het terugbrengen van je woorden tot de essentie.

Je mag wat ons betreft een andere poëzie vorm gebruiken, mits deze uit een beperkend kader bestaat.

Haiku (俳句; meervoud: *haiku* of *haiku's*) is een [vorm](#) van [Japanse dichtkunst](#), geschreven in drie [regels](#) waarvan de eerste regel 5, de tweede regel 7 en de derde regel weer 5 lettergrepen telt. De haiku drukt, in de klassieke vorm, een ogenblik ervaring uit, soms gelinkt aan en geïnspireerd door [zen](#). De haiku is een vingerhoed vol emotie, waarin weinig ruimte is voor ontledingen en benaderende omschrijvingen.

Maak je een haiku - Opdracht

Stel je hebt een bosbad en het waait en er zijn laaghangende regenwolken. Je wilt een uitnodiging maken die hier aandacht aan geeft.

De wind drijft de zware wolken vooruit. je voelt de nattigheid op je huid, maar regen is het niet, jouw richting is die van de wind. Je wilt je deelnemers uitnodigen om deze ervaring te verkennen. Dat vat in een haiku.

Maak een voorstel voor deze haiku.

Forest bathing Haiku's

Bij de opleiding tot forest bathing gids maak je haiku om je uitnodiging zowel gedetailleerd als beknopt mogelijk te maken. Het kader dat een haiku je geeft helpt bij het terugbrengen van je woorden tot de essentie. Je mag wat ons betreft een andere poëzie vorm gebruiken, mits deze uit een beperkend kader bestaat.



Ida Gerhardt (1905 - 1997):

Verwaaide wolken,
boven het stille woud,
schuift het licht voorbij.

M. Vasalis (1909 - 1998):

Takken zonder blad,
spreiden hun armen wijd uit,
dragen de stilte.

Hanny Michaelis (1922 - 2007):

De wind ruist zachtjes,
door de herfstige kruinen,
laatst vergulde blad.

Neeltje Maria Min (1944 - heden):

De regen tikt zacht,
op de bladeren van de boom,
de aarde ruikt fris.

Elly de Waard (1940 - heden):

Langzaam vallen blaadjes,
een tapijt van goud en rood,
onder oude eik.

Judith Herzberg (1934 - heden):

Bomen in de nacht,
hun schaduwen als fluister,
verstillen de tijd.

Hester Knibbe (1946 - heden):

Onder naakte tak,
rust het bladerkleed van goud,
de winter wacht stil.

Maria van Daalen (1950 - heden):

Bomen wiegen zacht,
in de ochtendgloren licht,
dag breekt in stilte.

Anneke Brassinga (1948 - heden):

De nacht komt stilaan,
bomen fluisteren in wind,
de maan slaat hen gade.

Miriam Van hee (1952 - heden):

De bomen reiken,
tot in de grijze wolken,
hun armen verlangen.

Ester Naomi Perquin (1980 - heden):

In de vroege mist,
staan de bomen roerloos stil,
fluisteren verhalen.

J. Slauerhoff (1898 - 1936):

De hoge bomen,
staand in de avondstilte,
fluisteren zachtjes.

J. Bernlef (1937 - 2012):

Een roestige spijker,
in een stuk afgebroken,
boomscherf: de herfst nadert.

Na de regenbui,
blad voor blad schuift het groen weer,
in zijn oude vorm.

Cees Nooteboom (1933 - heden):

Een boom zonder blad,
stilstaand in het witte veld,
de wind zoekt zijn stem.

Hans Lodeizen (1924 - 1950):

In de avondval,
zwarte bomen aan de rand,
vangen het licht vast.

Tonnus Oosterhoff (1953 - heden):

Een blad valt traag neer,
dwarrelend langs de stam,
rust op natte grond.

