

a Wild One

Maak het écht jezelf!

En nu komt de leukste stap: ga aan de slag met wat je hebt gelezen. Maak het persoonlijk, maak het groot (of klein), maak het leuk! Het is allemaal oké. Dit is geen ingewikkeld recept, geen strikte regels, maar een uitnodiging om te experimenteren met de kruiden die de zomer je biedt.



Ga naar buiten: Zoek een fijn plekje in je tuin, op je balkon, of maak een wandeling in het bos of park. Het maakt niet uit waar je bent, zolang je maar je zintuigen opent voor wat de natuur je biedt. Kun je die citroen al bijna ruiken?

Probeer het: Maak die thee. Voeg citroenverbena toe aan je zomerse smoothie. Gebruik de olie in je diffuser. Laat je niet afleiden door “hoe het hoort” of “wat het zou moeten zijn.” Jij hebt je eigen ritueel, en dat mag je zelf invullen.

Het gaat niet om perfectie, maar om het gevoel. Is je thee niet helemaal zoals je dacht? Prima. Misschien is het zelfs beter dan je had verwacht! Het belangrijkste is dat je het doet, dat je je openstelt en die natuurkracht in jezelf laat stromen. En hé, als je ergens van geniet, dan is het goed.

Als je het leuk vindt om te experimenteren, doe het dan ook gewoon lekker. Alleen of samen. Het is altijd fijn om plezier te delen. Plus, je weet maar nooit... Misschien wordt jouw voetenbad wel de zomerhit van 2025.

Dit is dan dus écht de uitnodiging om aan de slag te gaan, met de nadruk op plezier en je eigen neus volgen. We zijn hier niet om alles perfect te doen, maar om te genieten van wat er al is en het op jouw manier te ervaren.

Laat je kruidenavontuur beginnen, en vergeet niet: de natuur heeft altijd iets te bieden, zelfs als je alleen maar achterover leunt en kijkt.

Lieve groet, Chantal