

Mont Saint-Michel

Twee alchemistische/
spirituele wandelingen

Inhoud

Vooraf.....	1
Wat is een alchemistische wandeling?.....	2
Wandeling 1 Het aardse pad / op ontdekkingsreis	3
1. De toegang	3
2. De poort en de ophaalbrug	4
3. Het oorspronkelijke graniet.....	4
4. De plein voor de abdij	5
5. Toren van Claudine.....	5
6. Tour Nord	6
Wandeling 2 Het wilde pad / de ontdekking van de tuinen.....	8
7. Tussen Tour Gabriel en Chapelle Saint Aubert.....	8
8. Het activeren van de steen.....	9
9. De rots voor de kapel	10
10. De oude route naar boven	10
11. Het park met de bomen	11
12. Het verhaal van Christoffel.....	12
13. Plein der angsten.....	12

Vooraf...

Er zijn een paar dingen waar je rekening mee moet houden als je Mont Saint-Michel bezoekt en deze wandelingen wilt maken.

- Voor het tweede deel van de buitenwandeling moet het bij voorkeur eb zijn. Voor een indicatie van de getijden kun je hier terecht: [WISUKI – tides](#).
- De abdij bezoek je het beste als deze opent (om 9.00 of 9.30 afhankelijk van het seizoen) of een uur voor sluitingstijd (ook dit is afhankelijk van het seizoen). Plan de wandelingen zo dat je de abdij op een rustig ogenblik bezoekt.

Burensteinas heeft in zijn boek vier wandelingen beschreven. Ik heb daar twee van uitgewerkt. Voor de andere twee moet ik nog een keer terugkeren naar deze mysterieuze plaats. Zijn derde wandeling is een tocht door de abdij en de vierde wandeling is een herhaling van de eerste wandeling, maar met andere ervaringen.

Mijn advies is dan ook om eerst de twee wandelingen te maken en daarna pas de abdij te bezoeken. Je kunt het best vooraf een ticket te kopen via [deze link](#). Je hoeft dan niet in een rij te staan en je krijgt er zelfs een audiotour bij zodat je niets mist.

Als je twee dagen in Mont Saint-Michel bent, doe je de wandelingen op de eerste dag en vroeg je de abdij de volgende dag zo vroeg mogelijk.

France > Normandy > Mont Saint-Michel

ENTRY TICKET

Mont-Saint-Michel Abbey Ticket & Self-Guided Tour

★★★★☆ 4.6 / 5 2658 reviews Activity provider: GetYourGuide Tours & Tickets GmbH



Discover Mont-Saint-Michel abbey, one of the first UNESCO World Heritage Sites. Explore this spectacular historical site at your own pace and take advantage of an information booklet to learn about the rich history of the site.

Likely to sell out

From
€ 11
per person

Book now

Wat is een alchemistische wandeling?

Alchemie is een oude geheime wetenschap, waarin de alchemist zich ten doel had gesteld om onedele metalen om te zetten naar goud en de Steen der Wijzen te vinden.

Dit proces wordt gesymboliseerd door de aartsengel Michael. Deze engel bedwingt het onedele element (de draak), maar doodt deze niet. Zijn zwaard verbindt het vuur van de draak met het goddelijke licht. Daarmee zorgt hij eerder voor een transformatie dan voor een overwinning.

De alchemistische weg van de mens kun je vergelijken met dit proces, waarbij we de dingen die we liever verborgen houden naar het licht toebrengen. Dit kan alleen als we ons onderwerpen aan het werkelijke Licht, zoals de draak zich onderwerpt aan St. Michael.

Het pad van de alchemist start dan ook altijd in de duisternis en er is moed en overgave voor nodig de duisternis te verlichten.

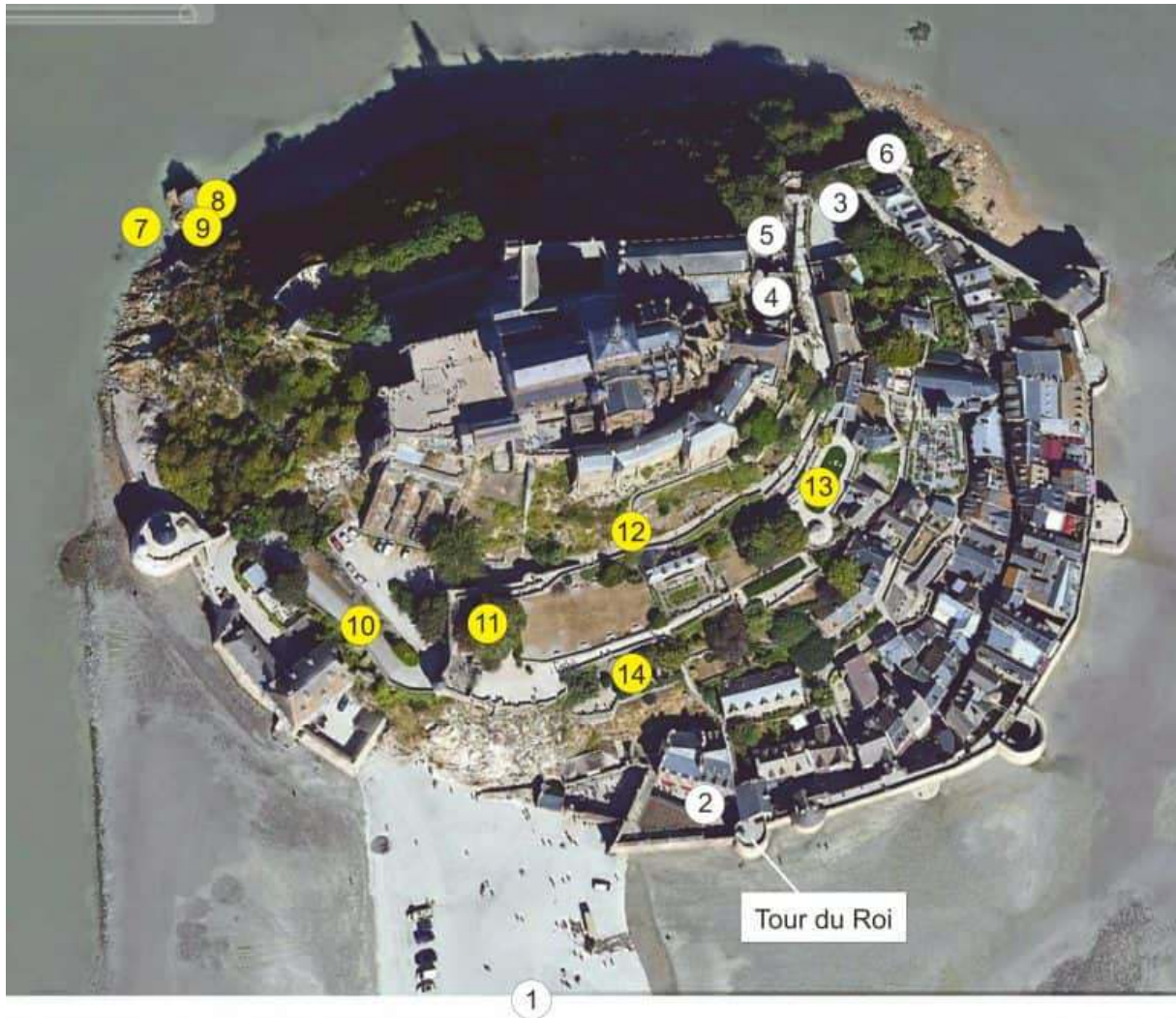
De alchemistische wandeling is daarom een spirituele weg waarbij we afdalen in onszelf en Mont Saint-Michel als een medium gebruiken om de weg naar het licht te vinden. Daarbij gaat het vooral om de ervaring. Het resultaat zal niet altijd direct merkbaar zijn.

Mocht dit allemaal een beetje vaag klinken, dan is de eerste stap om je er gewoon aan over te geven. Maak de wandeling en geniet van dit fantastische eiland.

Wandeling 1

Het aardse pad / op ontdekkingsreis

De nummers komen overeen met de witte nummers op de kaart



Je start de wandeling op wat men nu de dijk of brug noemt. Deze verbindt Mont Saint-Michel met het vaste land. Deze dijk is 1830 meter lang en is in 1878/1879 gebouwd. Een paar jaar geleden is er een voetgangersbrug bijgekomen. Voor die tijd was het eiland alleen bij eb te bereiken.

1. De toegang

De alchemistische wandeling begint op de brug.

Blijf stilstaan voordat je de brug naar Mont Saint-Michel opgaat. Probeer aan niets bijzonders te denken. Voel de energie van de plek. Het zal een energie zijn die je naar de grond trekt. Neem een paar passen om te ervaren wat dit

inhoudt. Als je heel gevoelig bent, voelt het alsof je door een rivier waadt. Loop over de brug, richting de ingangspoort van Mont Saint-Michel en blijf je bewust van de energie.

Bij de poort zie je twee kanonnen staan (bij mijn laatste bezoek stond er maar één kanon). Bekijk ook het plakkaat dat naast de poort hangt. Ze zijn voorzien van twee wapenschilden. Op het ene schild zie je twee zilverkleurige vissen. Dit is het wapen van de gemeenschap van Mont Saint-Michel. Op de ander zie je 3x de Franse lelie met daaronder 9 schelpen. De schelpen verwijzen naar de pelgrimsroute van Santiago de Compostella.

2. De poort en de ophaalbrug

Voordat je de hoofdstraat ingaat, blijf je op het plein met de ophaalbrug staan. Hier kun je een sensatie krijgen van golven die je omringen. Je voelt hoe ze vanaf de berg naar beneden kolken.

Als je de energie van deze golven hebt gevoeld, betreed je de hoofdstraat. Op de hoofdstraat kun je overmand worden door de vele winkeltjes en restaurantjes. Dit is niets bijzonders. De vroegere pelgrims moeten hetzelfde ervaren hebben. Als je vroeg bent, heb je nog niet zoveel last van de vele mensen. Volg de straat en de bocht richting de abdij.

3. Het oorspronkelijke graniet

Als je bijna boven bent, blijf je bij een stenen muur staan. Alhoewel alle stenen goede geleiders zijn, voel je de meeste kracht als je op een plek staat, waar het oorspronkelijke graniet nog aanwezig is. Concentreer je op de golven van de energie die langs de stenen naar beneden kolken. Leg je handen op de muur en probeer de trilling te voelen die vanuit het hart van de steen stroomt. Mogelijk moet je geeuwen of boeren. Je lichaam gebruikt dit om spanning los te laten.

*Je kunt het gevoel krijgen alsof je hoofd zich vult met watten. Misschien word je zelfs een beetje duizelig. **Let op wat je voelt, zonder er woorden aan te geven.***

Observeer jezelf. Het helpt als je niet beweegt, innerlijk verstillt en de verbinding aangaat met deze magische plek. Als je rusteloos bent, kun je niet ontvangen. Als je je verveelt, kun je niet observeren.

Concentreer je op je neusvleugels. Door ze om de beurt dicht te houden, ontdek je welke neusvleugel het beste werkt. Als je linker neusvleugel beter werkt, ben je in een toestand van ontvangen. Werkt je rechter neusvleugel beter dan ben je klaar om in actie te komen. Het één is niet beter dan het ander. Het enige doel is om het waar te nemen.

Wees stil. Voel hoe alles met elkaar verbonden is. Blijf minstens 15 minuten staan om de energie te voelen.

4. De plein voor de abdij

Als je er klaar voor bent, loop je door naar de ingang van de abdij.

Op het pleintje ga je onder de achthoekige toren staan. Het fundament van deze toren bevindt zich naast een stenen trapje (naast een regenpijp). Je moet het niet verwarren met de torens die de ingang naar de abdij markeren. Het fundament van de toren is van oude stenen en heeft een ronde vorm. Als je omhoog kijkt, zie de overgang naar een achthoekige toren.

*Bij het fundament van deze toren komen de **energiestromen** van de Mont Tombe en Tombelaine samen. Sluit je ogen en probeer je evenwicht te bewaren. Sommige mensen kunnen de stromingen onder deze toren zo goed voelen dat ze uit balans raken.*

Open je ogen en kijk langzaam omhoog. Volg met je ogen de toren. Als je naar de top van de toren kijkt, krijg je het gevoel naar achteren geduwd te worden. Concentreer je op je ademhaling. Hier voel je warmte uit de aarde opstijgen.

Je zult het getal acht vaker tegenkomen. Het symboliseert de boodschap van God.

5. Toren van Claudine



Vervolg de weg. Het eerste deel volgen we de stadsmuur. Volg de weg rechts naar de **Toren van Claudine** om daar van het uitzicht te genieten.

Als je noordelijk over de baai uitkijkt kun je **Tombelaine** zien liggen. Het is bijna niet voor te stellen hoeveel pelgrims en soldaten zijn omgekomen in de vlakte tussen Tombelaine en Mont Saint-Michel. Duizenden dapperen mannen raakten vastgezogen in het zand om later door de vloed overmeesterd te worden. Strijdend voor een doel waar ze in geloofden.

Vroeger stond er een kerk op Tombelaine. Dit eilandje was het domein van de witte madonna, terwijl de Mont Saint-Michel een zwarte madonna huisvestte. Pelgrims gingen eerst naar Tombelaine om vervolgens hun tocht op Mont Saint-Michel af te ronden. Later zouden de Engelsen Tomberlaine bezetten, terwijl ze proberen van daaruit Mont Saint-Michel te veroveren. Inmiddels weten we dat dit niet is gelukt.

Verbind je met het verleden van Mont Saint-Michel.

Probeer de rijke historie van deze plek te voelen. Laat je daarbij niet vervullen met afschuw, maar wees mild en liefdevol.

Vergeef de mensen die deze plek hebben gebruikt om machtig te worden en vergeef de soldaten die elkaar hier naar het leven stonden.

Denk vriendelijk over de mensen die deze plek gebruikten (en gebruiken) om rijk te worden. Vergeef de mensen die misbruik maken van de goddelijke energie die deze plek vervult.

6. Tour Nord

Loop verder terwijl je je een beeld vormt van de mensen die hier ooit eerder hebben gelopen. Mocht je onderweg op stenen vreemde tekens tegenkomen, dan zijn dit tekens van steenhouwers. Je hoeft er geen occulte of geheime betekenis achter te zoeken. Je komt ze vaker tegen in en rond kathedralen. Een steenhouwer werd per steen betaald en aan het teken kon men zien welke stenen door wie gehakt waren.

Op de Tour du Nord kijk je naar de abdij Mont Saint-Michel.

Ga met je gezicht naar Mont Saint-Michel staan en laat je armen langs je lichaam hangen. Strek je vingers en voel hoe de frisse wind je wiegt. Blijf zo een poosje staan en ervaar hoe je lichaam subtiel om zijn as schommelt.

Zodra je zover bent keer je terug naar de Tour de Roi. Door de stadswallen te volgen, krijg je steeds een ander uitzicht op de abdij. Sta telkens even stil om de energie op je in te laten werken.

Tussen de Tour de la Liberté en de Tour du Roi kun je genieten van de wapens die je ook al bij de ingang hebt gezien. Maar nu ook wapens van leeuwen, het symbool van Normandië en de Noormannen. Ondertussen kun je ook even naar de daken en muren kijken. Je kunt twee soorten pannen onderscheiden. De stenen dakpannen

worden Lauzes genoemd. De houten worden Bardeaux genoemd en zijn gemaakt van kastanjarahout.

De torenspits van Tour du Roi stelt een Zonnewiel of een Vuurwiel voor. Het moet Mont Saint-Michel tegen brand beschermen.

Je kunt nu de stadsmuren verlaten en terugkeren naar de hoofdstraat. Je hebt het eerste deel van de tocht nu achter de rug en als het goed is, heb je de magie al een beetje kunnen ervaren.

Wandeling 2

Het wilde pad / de ontdekking van de tuinen

7. Tussen Tour Gabriel en Chapelle Saint Aubert

Verlaat Mont Saint-Michel en ga naar rechts richting *Tour Gabriel*. Deze toren is vernoemd naar Gabriel du Puys, luitenant onder koning François 1, die de toren in 1524 liet oprichten. Een eeuw later werd boven op deze toren een molen gebouwd en aan het einde van de 19^e eeuw werd de toren als vuurtoren gebruikt. Bij deze toren zie je een poort, ga daar doorheen. Hier begint het oude pad naar de abdij en hier zouden de Kelten twee stenen rechtop hebben gezet.

De stenen aan de kust zijn geel uitgeslagen van de korstmossen. Alchemistisch gezien lijkt dit op zwavel en deze stenen bevatten dan ook een hoge dosis energie.

Loop door tot je la Chapelle Saint-Aubert ziet liggen.



Kapel- Aubert Photo [212103803](#) © [Kateryna Levchenko](#) - [Dreamstime.com](#)

Op de plek net onderaan de kapel zijn er geen obstakels tussen jou en Tomberlaine. Neem de tijd om de energie op je in te laten werken. Gebruik hiervoor al je zintuigen.

Ruik de zilte zee,

luister naar de wind en het water,

voel wat het weer met je doet, de wind, de zon of eventueel de regen.

Kijk naar het noorden, waar Tomberlaine ligt. Als je zo ver mogelijk kijkt, voel je het licht meer dan dat je het ziet.

Je ervaart het als een wit licht dat overal vandaan lijkt te komen.

De oervolken noemen dit licht het ware licht. Het is aanwezig, maar je kunt het alleen in een toestand van meditatie waarnemen. Het gevoel dat erbij hoort, is rust, balans en verbinding. Het voelt uitermate prettig en is een eerste stapje op weg naar verlichting.

Als het niet zo werkt voor je is er niets aan de hand. Je hebt je ervoor opengesteld en misschien dat het zich op een ander moment aan je zal openbaren.

Vroeger stond er een kerk op Tombelaine. Dit eilandje was het domein van de **witte madonna**, terwijl de Mont Saint-Michel een zwarte madonna huisvestte. Pelgrims gingen eerst naar Tombelaine om vervolgens hun tocht op Mont Saint-Michel af te ronden. Later zouden de Engelsen Tomberlaine bezetten, terwijl ze proberen van daaruit Mont Saint-Michel te veroveren. Inmiddels weten we dat dit niet is gelukt.

Loop nu door naar de kapel van sint Aubert. Dit is de plek waarop de pelgrims van Tomberlain aankwamen. Deze kapel is in de 15^e eeuw opgericht en meestal gesloten voor het publiek. Wat ons echter interesseert is de steen voor de kapel.

8. Het activeren van de steen

Ga naar de zesde tree en verwijder het slib/zand met je hand. Je zult een plek vinden waar je hand perfect in past. Er is een holte voor elke vinger. Laat je hand een poosje op de steen rusten.



Deze actie activeert een andere steen, die je op het terras voor de kapel tegenkomt. Je hoeft deze steen niet aan te raken, de werking ervan is krachtiger als je dit niet doet. Deze steen heeft een reinigende werking. Het ontvangt de energie van Tomberlaine en de ouden gebruikten het om zich te zuiveren voordat ze op weg gingen naar de top van Mont Saint-Michel.

Ga naar het terras voor de kapel.

9. De rots voor de kapel

Strek je hand uit naar de steen zonder deze aan te raken. Maak met je hand knedende bewegingen. Span je vingers tot een vuist als je inademt en ontspan ze tijdens de uitademing. Herhaal dit tot je het gevoel krijgt dat de steen zacht wordt. Haal je hand weg en adem diep in. Je kunt de sterke energiegolf bijna ruiken. Houd je adem even in en laat het dan los. Blijf in contact met deze energie terwijl je weer normaal ademt. Herhaal de knedende bewegingen op het ritme van je ademhaling. Ga met je aandacht naar je handen. Voelen ze warm of koel?



De energie van deze steen is bijzonder. Als de energie vrijkomt voel je warmte, als de energie wordt geabsorbeerd, voel je de koelte. Het is dus mogelijk je ademhaling en de beweging van je hand hierop af te stemmen. Om het verschil beter te voelen kun je je ademhaling vertragen.

10. De oude route naar boven

We gaan nu terug naar Tour Gabriel en nemen de straat links, die omhoog gaat. Dit pad loop vlak langs het oorspronkelijke pad naar boven. Het kan je een gevoel geven alsof je tegen de stroom van een rivier ingaat. Hoe langzamer je klimt hoe intenser dit gevoel.

Stop bij een driehoekige gevel met een soort bal op de top.

Ga hier met je rug tegenaan staan en kijk naar boven. Doe een stap naar voren terwijl je naar de abdij blijft kijken. Veel mensen krijgen hier een bijzondere sensatie. Het houdt het midden tussen een zachte siddering over der rug en armen en het voelen van water terwijl je onder een douche staat.

11. Het park met de bomen

Vervolg de tocht naar boven. Na een paar stappen klimmen splitst het pad zich. Sla rechtsaf om naar een kleine plaatst te gaan die is omgeven door bomen. Nu ben je bij de oudste krachtplek van deze berg. Er staan een paar banken en bomen. Probeer je deze plek voor te stellen als een plek in een oud bos. Hier waart een oude kracht rond. Deze kracht is noch goed, noch slecht. Het is volkomen neutraal en voelt daarom bijna tijdloos. De invloed ervan geeft deze plek een bijzondere sfeer.



Stap naar het midden van de ruimte tussen de drie banken. Het voelt alsof je een oude tempel binnentreedt. Loop naar een plek waar het goed voelt en blijf daar enkele momenten onbeweeglijk staan. Het lijkt alsof de wind naar buiten waait. Luister naar de vogels, die steeds dichterbij lijken te komen. Doe niets, blijf alleen maar ademen.

Misschien kun je de muziek horen die door de trillingen van deze plek ontstaat.

Als je je ongemakkelijk voelt ga hier dan weg. Deze plek kan betoverend zijn.

Als je de open plek verlaat, lijkt het alsof je een gesloten ruimte verlaat. Vanaf nu is het alsof je de dingen anders ervaart.

Onderweg naar boven kun je in de natuurlijke rotsen de calcielijnen ontdekken. Deze lichtgekleurde aders kun je vergelijken met natuurlijke geleiders. Leg je hand er plat op om te ervaren of je de stroom ook door je hand voelt stromen.

Neem de trap naar rechts. Volg de rechterweg. Na een paar meter heb je uitzicht op een tuin. Midden in de tuin staat een standbeeld van Sint Christoffel.

12. Het verhaal van Christoffel

Christoffel was een reus die werkte als veerman door reizigers op zijn rug over de rivier te dragen. Op een dag roept een kind hem drie keer. Als hij het kind op zijn rug neemt, begint de rivier sneller te stromen. Het kind wordt steeds zwaarder en de reus komt maar moeizaam verder. Het lijkt alsof hij het gewicht van de hele wereld op zijn schouders torst. Het kind zegt dat hij niet het gewicht van de wereld torst, maar het gewicht van de schepper van de wereld. Hierdoor begrijpt Christoffel dat hij Christus draagt waardoor het gewicht verdwijnt. Christoffels naam betekent 'de drager van het Licht'. Het is goed te bedenken dat het Licht lichter wordt als je het (h)erkent.

13. Plein der angsten

Ga door de tuin van Sint Christoffel richting trap. Bij de kruising sla je rechtsaf naar de volgende trap. Na een stukje vind je de toegang tot een bijzonder plein. De energie op dit plein is een negatieve energie. Ondanks het feit dat negatieve energie op lange termijn schadelijk voor je is, moet je ook deze ervaren. Blijf lang genoeg op dit plein om de negatieve energie te kunnen onderscheiden, maar ga weg zodra deze beklemmend wordt.

Ga naar de plek waar de wortels van de bomen boven de grond steken. Ervaar hoe deze bomen voelen. Houd je handen naast je lichaam en spreid je vingers. Je kunt nu een onaangename kou en angst ervaren. Raak vervolgens de stenen en de bomen vluchtig aan. Het enige doel is herkenning en erkenning.

Nadat je het plein hebt verlaten, schud je de negatieve energie van je af. Je hebt je angsten gezien, maar je pad gaat nu verder.

Als je het plein verlaat, sla je rechts af tot je weer bij de Tour du Roi bent.

Drink een grote hoeveelheid water om de ervaring te neutraliseren en raak onderweg eventueel wat rotsen aan om je ervaringen terug te geven aan deze bijzondere plek.

Zo beëindig je de tweede alchemistische wandeling rond de abdij.