



Moge de weg oprijzen om je te begroeten.  
Moge de zon warm op je gezicht schijnen.  
Moge de regen zacht op je akkers vallen.  
Moge je de wind altijd in je rug hebben.  
Moge je onderweg altijd gezelschap vinden.  
En totdat wij elkaar weer ontmoeten,  
Moge God je bewaren in de palm van zijn hand.

---

Waarheen je ook gaat, ga met je hele hart.

---

De echte ontdekkingsreis  
is geen speurtocht naar nieuwe landschappen  
maar het kijken met nieuwe ogen.

---

Loslaten betekent tijdelijk houvast verliezen.  
Niet loslaten betekent voor altijd het houvast verliezen.

## **Aan de pelgrim**

Ga op weg!  
Je bent voor de weg geboren.

Ga op weg!  
Je hebt zo dadelijk een afspraak.  
Waar? Met wie?  
Misschien wel met jezelf.

Ga op weg!  
Je stappen zullen je woorden zijn -  
De weg je lied,  
de vermoeidheid je gebeden.  
En aan het eind  
zal je stilte tot je spreken.

Ga op weg!  
Alleen, of met anderen -  
Maar treedt buiten jezelf!  
Je hebt rivalen gecreëerd -  
Je zult metgezellen vinden.  
Je zag vijanden voor je -  
Je zult broeders en zusters vinden.

Ga op we!  
Je hoofd weet niet  
waar je voeten je hart brengen.

Ga op weg!  
Je bent voor de weg geboren -  
de weg van de pelgrim.  
Iemand komt je tegemoet -  
Is naar jou op zoek  
in het schijn aan het eind van de weg -  
In het schijn op de bodem van je hart.  
Hij is je vrede.  
Hij is je vreugde!

Ga!  
God gaat allang met je mee!

## Langzaam sterft wie niet reist

Langzaam sterft wie niet reist,  
wie niet leest, wie geen muziek beluistert,  
wie geen charme in zichzelf vindt.  
Langzaam sterft wie zijn gevoel van eigenwaarde vernietigt,  
en wie zich niet laat helpen.  
Langzaam sterft wie slaaf wordt der gewoonte,  
elke dag dezelfde wegen herhaalt,  
wie niet verandert van routine,  
wie zich niet eens durft kleden in een nieuwe kleur,  
of niet praat tegen onbekenden.  
Langzaam sterft wie passie mijdt,  
met haar wervelende emoties,  
juist die welke de redding zijn voor de glans in de ogen,  
en voor harten in verval.  
Langzaam sterft wie niet verandert als hij ontevreden is over werk of liefde,  
wie het zekere voor het onzekere neemt  
en niet riskeert om een droom achterna te gaan,  
wie zich niet toestaat om minstens één maal in zijn leven  
te vluchten van alle goede en verstandige raad.  
Leef vandaag! Handel vandaag! Durf vandaag!  
Laat je niet langzaam sterven,  
en vergeet niet om gelukkig te zijn.

*(Pablo Neruda)*

---

## Pelgrimeren

Here God,  
in het geraas van ons bestaan  
en de drang tot leven  
spreken we U aan;  
bezweet en vermoeid,  
gespannen en onzeker.  
Ons leven is als pelgrimeren:  
als gaan over een dijk,  
met regen in 't gezicht  
met striemende, dwarrelende winden,  
met naast ons het kolkende water,  
dat zich omhoogstuwt tegen de boorden van gras en klei.  
Here, reis mee met ons,  
pelgrims door laagland.  
Geef adem om voort te gaan.

## **Naar buiten geroepen**

Ik trek mijn wandelschoenen aan,  
pak mijn rugzak  
maak thee en brood klaar,  
neem afscheid van thuis,  
van wat me lief is geworden

Ik ben bang voor het onbekende  
schrik terug voor de uitdaging  
twijfel aan de weg  
ik mis landkaarten en wegwijzers.

Zomaar op pad gaan op uw woord  
de stad achter mij laten  
bereid zijn de weg met U te gaan

Angst, onmacht, wanhoop  
en toch ook vertrouwen  
een heel groot vertrouwen  
en protest en overgave

Ik geef mij aan U, ik ga met U  
ik laat los en hou me vast aan U  
ik doe mee en laat los

Ik ben bereid omdat Gij me vasthoudt  
Ik ben bereid omdat Gij me roept.

*(Anselm Grün )*

## **Wees niet bang**

wees niet bang, je mag opnieuw beginnen  
vastberaden, doelgericht of aarzelend op de tast  
houd je aan regels, volg je eigen zinnen  
laat die hand maar los of pak er juist een vast

wees niet bang voor al te grote dromen  
ga als je het zeker weet en als je aarzelt wacht  
hoe ijdel zijn de dingen die je je hebt voorgenomen  
het mooiste overkomt je, het minste is bedacht

wees niet bang voor wat ze van je vinden  
wat weet je van een ander als je jezelf niet kent  
verlies je oorsprong niet door je te snel te binden  
het leven lijkt afwisselend maar zelfs de liefde went

wees niet bang, je bent een van de velen  
tegelijk is er maar een als jij  
dat betekent dat je vaak zult moeten delen  
en soms zal moeten zeggen; laat me vrij

*(Freek de Jonge)*

## **In de vastentijd**

Slechts het water dat wij te drinken geven  
zal ons verkwikken.

Slechts het brood dat wij te eten geven  
zal onze honger stillen.

Slechts het gewaad dat wij wegschenken  
zal ons bekleden.

Slechts het woord dat leed verzacht  
zal ons troosten.

Slechts de zieke die wij bezoeken  
zal ons genezen.

Slechts de gevangene die wij verlossen  
zal ons bevrijden.

## **Leren van de natuur**

we leren van de zon om te verwarmen,  
van de wolken om te zweven,  
van de wind om leeg te waaien  
van de regen om te stromen

we leren van bloemen om te stralen  
van bomen om standvastig te zijn  
van bladeren in de herfst om los te laten  
van struiken om in de lente te vernieuwen

we leren van de stenen om stil te liggen  
van de aarde om moeder te zijn  
van de maan om te veranderen  
van de sterren dat we met velen zijn

we leren van de seizoenen  
dat we steeds opnieuw mogen beginnen

*(Sietske Visser, vrij hertaald naar een gedicht van Ute Latendorf)*

## **Ik hoop op**

Ik hoop op mensen die bergen verzetten,  
die door blijven gaan met hun kop in de wind.  
Ik bid om mensen die risico's nemen,  
die vol blijven houden met het geloof van een kind.

Ik bid om mensen die dingen beginnen  
waar niemand van weet wat de afloop zal zijn.  
Ik bid om mensen die met vallen en opstaan  
niet willen weten van water in de wijn.

Ik hoop op mensen die blijven vertrouwen,  
die van tevoren niet vragen voor hoeveel en waarom.  
Ik bid om mensen die door blijven douwen:  
van doe het maar wel, en kijk maar niet om.

Ik bid om het beste van vandaag ,en van morgen,  
ik bid om het mooiste waar ik van hou.  
Ik zoek naar het maximum wat er nog in zit,  
in vandaag en in morgen, in mij en in jou .

*(Paul van Vliet. Gebruikt door Henk Kroes als groet aan de Nijkleaster gemeenschap tijdens  
zijn pelgrimage naar Santiago de Compostela)*

## **Het ga je goed**

Het ga je goed  
Moge wat op je weg komt  
jou tot zegen zijn:  
de vreugde van de ontmoeting,  
de pijn van de ontbering,  
de tijd van de verwachting,  
het genot van de volheid,  
de kaalte van het gemis.

Moge jouw leven anderen tot zegen zijn,  
dat je ogen met mildheid kijken,  
dat je handen open zijn en opbouwen,  
dat je luistert tot in je zwijgen,  
dat je woorden oprecht zijn,  
en dat je in hart en nieren bewogen bent  
voor de mens op je weg.

## **Het verschil tussen toeristen en pelgrims**

Toeristen gaan op reis om het genot,  
pelgrims om de diepgang.  
Toeristen zoeken iets om te zien,  
pelgrims zoeken zin.  
Toeristen willen iets hebben,  
pelgrims willen iets zijn.  
Toeristen verzamelen,  
pelgrims laten los.  
Een toerist is op zoek naar het andere,  
een pelgrim naar zichzelf.  
Een toerist wil zoveel mogelijk raadsels oplossen,  
een pelgrim zoekt naar het geheim.

*(uit 'Reisvaardig' van Thijs Weerstra )*

## **Wandelen**

Wie wandelt, wandelt nooit alleen.  
altijd zijn er wel vogels, altijd de wind  
of de waterstromen,  
de bronnetjes soms  
of passanten.  
Altijd zijn er de bomen  
en de wolken die je groeten  
of de strakke blauwe hemel.  
En de zijwegen en kruispunten  
die vragen om een keuze.  
Altijd zijn er je gedachten  
die meetrekken als engelen  
of als duivels, die je plagen.  
Alleen wandelen bestaat niet.  
Wandelen brengt je ook altijd weer  
op je innerlijke weg  
en brengt je thuis

*(Marinus van den Berg)*

## **Ik ben op weg gegaan**

Ik ben op weg gegaan  
om de wereld te ontdekken  
en de mensen.  
Om stil te staan  
bij de dingen  
en om stil te zijn,  
om het zonder woorden uit te zingen.  
Ik ben op weg gegaan  
om te ontdekken wie ik ben,  
geweest ben,  
worden zal,  
om te roepen in de woestijn.  
Om de stem van God te horen  
en alleen te zijn.  
Ik ben op weg gegaan  
verzonken in gedachten.  
Zonder te vragen  
naar de weg  
en naar de stad, volgde ik mijn dromen.  
Weg in mijzelf,  
ben ik eindelijk aangekomen.

*(Freek van der Veen)*



## **Ontmoeten**

Ontmoeten is meer dan iemand tegenkomen of bij elkaar zijn.

Je ontmoet niet zo veel mensen.

Ontmoeten heeft iets van verwonderen en herkenning.

De ander is een antwoord op een vraag, op iets van jou.

Een echte ontmoeting raakt je.

Ze vraagt om openheid van jou.

Ontmoeten is de ander binnenlaten in het huis van jezelf.

Met het risico dat hij of zij ontdekt

dat niet alles echt is in je huis,

dat je je soms anders voordoet,

dat je kwetsbaar bent.

Iemand ontmoeten is iemand binnenlaten

in de binnenste cirkel van je leven.

Hij of zij zal vragen naar je ervaringen

gewoontes, gevoelens en opvattingen.

Pas als je de ander zo diep laat binnendringen

kun je van een ontmoeting spreken.

Een echte ontmoeting laat sporen na.