

VRUCHT BARE AARDE

Vruchtbare Aarde

Een uitnodiging tot blikverruiming. Vier keer per jaar zoekt *Vruchtbare Aarde* de dwarsverbanden en de samenhangen. Of we nu schrijven over kunst, reizen, architectuur, gezondheid, licht, water of de relatie mens - natuur. Op dat punt zijn we grenzeloos nieuwsgierig. Misschien willen we het onmogelijke en misschien lukt het ons niet altijd, maar we streven ernaar, elke drie maanden weer: op een leesbare wijze door proberen te dringen tot 'de binnenkant' der dingen. *Vruchtbare Aarde* als een driemaandelijke inspiratiebron voor levenskunstenaars.

Zie ook: vruchtbareaarde.nl

uitgever/hoofdreducteur

Bart Hommersen

aan Vruchtbare Aarde werken mee

Han van den Boogaard, Emmy Fons, Herman Heijstek, Jaap Huibers, Elske Huisling, Els Maasson, Marjet Maks, Frans Olofsen, Hapé Smeele (fotografie), Simone Thomasse, Wil Uitgeest, Patricia Wessels en Jos van Wunnik

vormgeving

Albert Hennipman

omslag

Siemen Dijkstra: *Everlasting journey no. 4, Elyzeese Velden* | 2015 | houtsnede | oplage 25 | 18 x 10 cm

correctie

Ineke Vlug

druk

Veldhuis Media B.V.

abonnements

België € 24 | Overig buitenland € 36
Een abonnementsjaar wordt stilzwijgend verlengd, tenzij (brief, email of telefoon) wordt opgezegd voor 1 december.

redactie & advertenties

WG Plein 380, 1054 SG Amsterdam;
tel 020 6898468; va@xs4all.nl

advertenties

BMC-Metropolis, Bart Boudewijn Baudoin,
tel 020-4194438; bmc@bartobar.nl

abonnements-administratie

Ellen Snel, Tegalstraat 47, 7541 ZC Enschede;
tel 06 360 97 876 (ma - vrij, 12:00 - 17:00 uur);
abo@vruchtbareaarde.nl

website

vruchtbareaarde.nl

webwinkel boeken en dvd's

vruchtbareaarde.nl/webwinkel



INHOUD EDITIE 3 • 2021

6 De Goede Voorouder

In de aanloop naar de theatertour van Nynke Lavermans nieuwe album *Plant* – gewijd aan de verstoorde relatie mens-natuur – publiceert VA een drietal van haar podcast-interviews. Aflevering 3: de Britse filosoof Roman Krznaric die haar lied *Je Voorouder* van tevoren toegestuurd heeft gekregen. Hierin gaat Nynke in gesprek met toekomstige bewoners van onze planeet. Te beluisteren via internet of straks in de theaters. Hier is haar interview met Roman Krznaric over goed voorouderschap.

EDITIE 3



32 Walk of Wisdom

Een wandeling in de natuur is gezond. Maar wie de verslagen leest van traditionele pelgrimstochten beseft dat zo'n meerdaagse pelgrimage nog wel wat meer in beweging kan brengen. Sommigen spreken over bezinningstochten. Niet altijd even gemakkelijk, zo'n blik in de eigen spiegel. Menig pelgrim komt zichzelf tegen. Voor wie de uitdaging aan wil gaan, is er sinds kort ook een mogelijkheid dichterbij huis: de *Walk of Wisdom* rond Nijmegen.

2021

20 Worden wie je bent

Alles van waarde begint met passie. Of ontroering – wat dichtbij elkaar ligt. Het tweede interview in deze editie opent met de verwijzing naar een 21 jaar oud geboortekaartje. Daarin wordt de komst gemeld van een wolk van een meisje. Het betreffende meisje is inmiddels een jongvolwassen man. Een openhartig dubbelinterview met moeder en zoon over de invloed van zijn ingrijpende keuze op hen beiden en de emotionele achtbaan die volgde.



40 Werelderfgoed



Kostelijk vond Wil Uitgeest het verhaal dat haar ter ore kwam over de ludieke eenmansactie van Henry Mentink. Kostelijk, inspirerend en ontroerend. Met een kruiwagen vol Betuwse aarde toog hij naar de Amsterdamse beurs om onze Aarde 'van de beurs te halen' en diezelfde kruiwagen vervolgens naar het pand van Unesco te rijden. Want is het niet vreemd dat de Aarde als geheel nog niet op de Werelderfgoedlijst prijkt? Kennismaking met een even gedreven als origineel vrijdenker.

40 Zoeken naar inspiratie

Er was een probleem, legde onze columnist Marjet Maks uit in de aanloop naar dit herfstnummer. Ze voelde geen inspiratie! Tja, wat doe je als je wereld in coronatijden wat klein is geworden? Marjet pakte een vel papier en schreef het woord 'inspiratie' in de stam van een denkbeeldige boom – benieuwd wat er aan de takken van haar inspiratieboom zou komen te hangen. Het resultaat is even 'klein' als 'aantrekkelijk'. Gewone, maar mooie dingen beseft je immers pas als je erbij stilstaat.

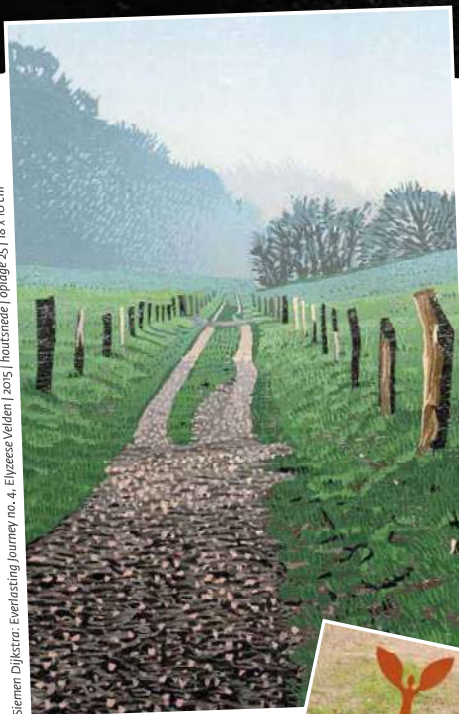
en verder:

- 15 Han van den Boogaard: Wandeltochten
- 18 Frans Olofsen: Vijand of vriendin?
- 29 Emmy Fons: Keukentafereel
- 28 Jos van Wunnik: Viriditas
- 35 Els Maasson: Kracht van de aarde
- 43 Jaap Huibers: Valeriaan
- 44 VA archief: Geheim van een glimlach
- 45 Elske Huisling: Helende stilte
- 46 Columnist Wil Uitgeest: Fietsen in Groningen

Vertragen



© Thomas Hontelaer



Siemen Dijkstra: Everlasting Journey no. 4, Elyzeese Velden | 2015 | houtsnede | opafte 25 | 18 x 10 cm

© Manja Halkaer



Steeds meer mensen volgen oude pelgrimsroutes, denk aan de Jacobsweg naar Santiago de Compostella en de Henro in Japan. De hedendaagse pelgrims roemen de verbondenheid van het onderweg zijn; het wegvallen van verschillen tussen mensen en de verbinding met natuur en lijf. Geïnspireerd door deze ontwikkeling ontstond rond Nijmegen de *Walk of Wisdom*. De eerste zaterdag van elke maand vindt even na zonsopgang een vertrekceremonie plaats. Herman Heijstek beschrijft zijn ervaringen onderweg.

Een nieuwe pelgrimsroute: de *Walk of Wisdom* rond Nijmegen

is het toverwoord



H. Heijstek: Stevenskerk



Een interessante gedachte, vond ik het om de *Walk of Wisdom* te lopen. Eerlijk gezegd had ik er al een tijd mee rondgelopen. Een aantal jaren geleden op het idee gebracht door een vriendin uit Limburg – eigenlijk zouden we hem samen lopen – alleen is het daar nooit van gekomen.

Zoals het vaker gaat in het leven: via wonderbaarlijke toevalligheden en samenlopen van omstandigheden kom je mensen tegen – soms de mooiste mensen. Het begon ermee toen ik een midweek op het fijne stilte- en retraitecentrum Katalpa Life Center in de buurt van het Belgische Namen onverwacht met een weekend besloot te verlengen. Onder de nieuwe lichtung gasten van die zaterdag zat een fietser, genaamd Manja Bente, die net uit Nijmegen was komen fietsen.

We raakten aan de praat. Een gezellig gesprek waarin ook de bekende pelgrimsroute naar Santiago de Compostella voorbijkwam. En toen bleek ze een van de initiatiefnemers te zijn van een betrekkelijk nieuw zevendaags Nederlands pelgrimspad rond Nijmegen: *Walk of Wisdom* geheten. Kletsend over van alles en nog wat kreeg ik de smaak te pakken, en raakte geïnspireerd om deze pelgrimstocht alsnog te gaan lopen.

Stevenskerk

Zo gezegd zo gedaan, op een mooie zaterdagmorgen in september is het zover: ik vertrek vanaf de Sint Stevenskerk naar de Valkhofkapel, alwaar een vertrekceremonie voor de deelnemers wordt gehouden – een mooi ritueel om de vertrekkende lopers uitgeleide te doen.

Knus, gezellig, intiem en integer is de ceremonie in het oude kapelletje. Een oud-deelnemer vertelt zijn verhaal; een echte troubadour zingt en speelt een

aantal liedjes op zijn luit en wij, aspirant-pelgrims, steken een kaarsje aan en delen onze intentie. Al gauw worden de voeten in de aarde geplant – met een open hart op weg.

Even later loop ik Nijmegen uit – langs de Waal, de uiterwaarden op, over het strand van de Bisonbaai (waar je heerlijk kunt zwemmen). In veel culturen en religies, lees ik, staat het wassen van het lijf symbool voor het zuiver maken van je intenties. Vervolgens de Ooijpolder door, richting Beek, waar de Duivelsberg wacht. Een echte kuitenbijter, die Duivelsberg – maar prachtig gelegen in een bosrijk gebied.

Intentie

Mijn bij de vertrekceremonie uitgesproken intentie luidde: 'Je loopt zoals je leeft en je leeft zoals je loopt'. Waarmee ik wil zeggen dat het tempo waarmee we zo'n tocht lopen niet los valt te zien van het tempo waarmee we als mens leven.

Ik denk terug aan de Sint Jacobsweg naar Santiago de Compostella die ik in 2019 in een behoorlijk straf tempo heb afgelegd, daarbij grote afstanden per dag afleggend. Al lopend op de Jacobsweg realiseerde ik me dat ik in mijn dagelijks leven en werk ook vaak een hoog tempo aanhoudt en daarbij nog eens lange dagen maak. De gelijkenis werd mij onderweg duidelijk, wat ook wel enigszins confronterend was, kan ik zeggen.

Op de *Walk of Wisdom* wil ik het nu eens anders doen. Vertragen is het toverwoord! Rustiger lopen en kortere afstanden per dag afleggen, luidt mijn nieuwe motto. Maar dat valt de eerste twee dagen behoorlijk tegen. Wat je gewend bent om te doen, verandert je niet zo maar even.

Vriend Tom die mij de eerste twee dagen vergezelt,



Marjoke Schulten: Constellatie | hoogdruk | oplage 15 | 22 x 15 cm



Foto: El Uti: Sint-Jansberg | 2009 | CC BY 3.0



Eigen foto's: H. Heijstek



is ook al niet erg behulpzaam. Hij houdt van lekker doorstappen, en zo komt er van zijn intentie mij af te remmen niet al te veel terecht. Leuk geprobeerd, maar niet echt gelukt!

De eerste dagen maken we veel meters in relatief korte tijd. En zo doe ik precies dát wat ik niet van plan was te doen. De volgende vier dagen schakel ik een tandje terug en dat loopt een stuk rustiger – een lager tempo en niet meer zo veel kilometers per dag. Nog meer genieten dan van wat zich onderweg aandient! Inclusief een gezellig gesprekje met een medepelgrim of een uitbater van een van de cafeetjes langs de route.

Dat voelt al een stuk beter.

Bak koffie

Er staan 136 kilometer beschreven in het – overigens héél duidelijke – pelgrimsboekje dat mij op mijn weg vergezelt. Zelf zal ik deze week uitkomen op zo'n 160 kilometer. Soms moet je immers wel eens van de route af voor een bak koffie, een lunch, een bezienswaardigheid of gewoon om je slaapplek te bereiken. Zes dagen lang blijft het prachtig weer, met volop zon – heerlijk gewoon.

Het struinen langs rivieren, het zwoegen over heuveltjes en het sloffen in het losse zand van bos- en heidepaden drukken het tempo geleidelijk verder omlaag. En dat is prima, met mijn vertrekintentie in de oren geknoopt. Een volgende keer trek ik er zelfs nog een dagje extra voor uit, om uit te komen op het door de meeste lopers aangehouden zevental dagen.

Serene plek

Ik geniet met volle teugen van de wonderschone omgeving. Een week volop in de natuur – van de frisse lucht van de oude bossen rondom Nijmegen en het Duitse Reichswald (dat glooiende bosgebied net over de Nederlandse grens) tot de prachtig in bloei staande Mookerheide.

Héél bijzonder, en misschien wel hét hoogtepunt

van de hele tocht, vind ik de Sint-Jansberg, met zijn beboste hellingen en beekjes. Een mystieke, verstillende, serene plek uit de voorlaatste ijstijd – omringd door oude bomen met veel wijsheid en sprankelende bronbeekjes. Een plek om nog eens te willen zien en naar terug te keren.

Heimwee

De route als geheel is werkelijk heel knap uitgezet door Manja Bente en Damiaan Messing, de geestelijke moeder en vader van het project. Alle lof voor deze pioniers.

Wat een vrijheid ervaar ik dezer dagen; wat voel ik me rijk – struinend over heuvels, langs dijken, door bossen en over de heide. Ik heb bij voorbaat al een enorme heimwee.

Wat mij betreft is deze tocht een *must* voor iedere wandelliefhebber én dan vooral diegenen die een aantal dagen in stilte met zichzelf willen zijn. Zij die niet in een klooster hoeven te mediteren, maar liever met zichzelf in de buitenlucht in de weer zijn.

Geslapen heb ik bij mensen thuis, in een hotelletje, in een B&B en zelfs in een blokhuut. Op een gegeven moment krijg ik van een loopster de tip om eens langs minicamping Zus en Zus van de tweeling-zussen Karen en Marlene te gaan, die op hun terrein een heuse pipowagen hebben staan om in te overnachten.

Wat een lieve meiden, wat een gastvrijheid en ook hoe leuk: slapen in zo'n pipowagen. Heeelerlijk in geslapen! De volgende morgen blijkt de gastvrije en overenthousiaste tweeling al weer druk in de weer om mijn volgende slaapplek op te zoeken. En dat wordt het oudste Kapucijnerklooster van Nederland, gelegen tussen Grave en Velp – een echt pelgrimsklooster.

Bezinningsmoment

Mooie dorpen als Grave, Ravenstein, Ewijk en Beuningen passer ik. Zelfs nog een stukje Duitsland.



Eigen foto's: H. Heijstek

Onderweg is er van alles te zien – veel kerken, kastelen, oude boerderijen met rieten daken, een kudde schapen met bijbehorende herder, wilde paarden en vriendelijke ossen.

Bij de ruïne van de Sint-Walrickkapel aan de rand van de Hatertse Vennen staat een populaire lapjesboom waar pelgrims een lapje kleding in ophangen, om bijvoorbeeld voor een ziek familielid genezing te vragen – de boom hangt vol.

Halverwege de tocht, ergens tussen Alverna en Nederassel, staat een Mariakapelletje om desgewenst een rust- of bezinningsmoment te pakken, een kaarsje aan te steken of iets te schrijven in het aanwezige pelgrimslogboek.

Nog een bijzonderheid: het dijktempeltje op de dijk bij Winssen, ontworpen door het bevlogene kunstenaarsduo Huub en Adelheid Kortekaas die ook het *Walk of Wisdom* icoon hebben gemaakt. In de vloer van dit dijktempeltje valt hun credo te lezen: 'Ieder mens is een unieke zaailing van moeder aarde'. En zo is het! 'In ieder mens leeft het verlangen om te worden tot wie we in diepste wezen zijn.'

Labyrint

Inmiddels ben ik aanbeland bij het laatste stuk van de route – nog enkele bruggen over, om dan terug te keren in Nijmegen.

Nét voor de finish loop ik nog even het labyrint op de kade aan de Waal. Heel bijzonder en de moeite waard, ondanks de moede benen en zere voeten.

In de Stevenskerk wacht de pelgrim een warm welkom. Aldaar mag ik ook mijn pelgrimscertificaat in ontvangst nemen – bestempeld en ondertekend. Mijn *Walk*

column ELS MAASSON



Els Maasson woont en werkt in Rotterdam Duitsland. Ze heeft een praktijk voor Jungiaans analytische therapie en is beeldend kunstenaar en tarotist. Aan de hand van één of meerdere tarotkaarten beschrijft ze haar persoonlijk leven.



De kracht van de aarde

De weergave van de levenscyclus van de mens begint in de Tarot met Pentagrammen Eén. De kaart verbeeldt de goddelijke hand die uit de hemel komt en een pentagram aanreikt – symbool van een nieuw lichaam. In andere tarotspellen wordt een pentagram ook wel een munt of een talent genoemd. Ons lichaam als 'talent' vanwege de onmetelijke en talentvolle vermogens waarmee het is uitgerust.

De titel van die kaart is De kracht van de Aarde, hetgeen wijst naar het gegeven dat wij een lichaam nodig hebben om onze levenswandel op aarde te kunnen volbrengen. Ieder lichaam is uniek en tot in detail toegerust om het bewust-zijn dat in het lichaam woont onvoorwaardelijk te dienen. Tezamen met de wet van de dualiteit biedt ons menselijk lichaam ons oneindige mogelijkheden om ervaring op te doen. Tegelijkertijd geeft de vrije wil op aarde ons de vrijheid om met ons lichaam te doen en te laten wat we willen.

Op dit moment heb ik de buitengewone kans om iemand te begeleiden die burn-out is geraakt. Iemand die niet alleen maar moe is, maar zich aan het realiseren is dat haar lichaam even niet in staat is om ook maar de kleinste wens waar te maken. Tegelijkertijd ervaart deze vrouw een enorme verwijdering en vervreemding van haar lichaam – wat haar zeer angstig maakt. Ze is zodanig overprikkeld dat zelfs de ademhaling van een ander in haar omgeving niet te verdragen is. In de tijd die ons online gegund is, probeer ik bij ieder signaal van haar lichaam, bij iedere woordeloze uitdrukking van haar ziel stil te staan in de overtuiging dat ergens het aanknopingspunt tussen lichaam en geest weer begrepen kan worden.

Met verwondering, respect en eerbied herken ik een proces waarbij het lichaam het uitschreeuwt en de geest zijn grip probeert terug te vinden. Het lijkt bijna alsof de geest opnieuw in haar lichaam aan het indalen is. Echter, dit keer niet onbewust zoals bij de geboorte, maar in volle bewust-zijn, zoals dat kennelijk in de tweede levenshelft gebeurt.

Onze geest en onze gedachten zijn razendsnel. Ons lichaam (materie) heeft een veel tragere realiteit. Ik denk aan een vriendin in Australië, maar om haar te zien moet ik eerst koffers pakken en tientallen uren reizen. Misschien is het zo dat bij het indalen van de geest, het incarneren, de snelheid van de geest geconfronteerd wordt met de traagheid van het lichaam en dat we op deze logheid reageren met emoties van woede, teleurstelling, angst of frustratie. Hoe zou het zijn als we menselijke gevoelens en fysieke signalen leren verstaan als wegwijzers die ons helpen geest en lichaam beter te laten samenwerken?

Els Maasson