

Gebedsgereedschap: Hoe doe je een pelgrimage?

Wat?

Op pelgrimage gaan kan ons gebedsleven meer diepte geven.
Dit gebedsgereedschap helpt je om pelgrimages in je levensritmes te verweven.

Waarom?

‘Solvitor ambulando’ (dingen worden opgelost door te lopen) St Augustinus

Bijbelgedeelte

‘Gelukkig wie bij u hun toevlucht zoeken, met in hun hart de wegen naar u. Trekken zij door een dal van dorheid, het verandert voor hen in een oase; rijke zegen daalt als regen neer. Steeds krachtiger gaan zij voort. [...] zijn weldaden weigert hij niet aan wie onbevangen op weg gaan’ Psalm 84:6-8a, 12b

Een korte inleiding op Pelgrimages

De grootste collectieve menselijke activiteit op aarde is bedevaart, of pelgrimage. Elk jaar gaan 300 miljoen mensen over de hele wereld op een spirituele zoektocht. Een kwart miljoen wandelt jaarlijks de Camino de Compostela.

Vanuit een christelijk wereldbeeld is dit niet zo verrassend. God is nooit statisch geweest. Hij is altijd in beweging en roept altijd mensen in beweging. Het lijkt erop dat onze Maker pelgrimage in de harten van zijn beelddraggers heeft gelegd en terwijl het God-verhaal zich ontvouwt, zien we Hem mensen roepen voor avonturen op de toppen van bergen en in de kloven van diepe dalen.

Onze Bijbelse voorouders leerden om pelgrimage te omarmen als zowel een kunst als een discipline. Dat zouden wij ook moeten doen - want dit is hoe we ‘steeds krachtiger voortgaan.’ We moeten actief, en vaak heel bewust kiezen, de ene voet voor de andere blijven zetten.

Sommige dingen moeten uitgebeden, uitgesproken, uitgelopen worden, want zoals de bekende Joodse theoloog Abraham Heschel zegt: ‘Geloof is niet het vastklampen aan een altaar maar de eindeloze pelgrimstocht van het hart.’

De letterlijke, fysieke, geografische verplaatsing tijdens een pelgrimage weerspiegelt de innerlijke reis van het hart, nauw verbonden met de interne verwerking van verandering, een nieuw begin, pijn of desoriëntatie.

Terwijl we ons fysiek voortbewegen kunnen we aandacht schenken aan onze emoties en langzaam aan het proces beginnen om ze te ontrafelen.

Doen: Hoe doe je een pelgrimage?

Er zijn veel manieren om te beginnen met pelgrimeren.

Je kunt bijvoorbeeld de gewoonte ontwikkelen om regelmatig door het plaatselijke park te wandelen, op je vrije dag naar een plaatselijk klooster te gaan, of een paar dagen naar een ander land te vliegen om vrienden te ontmoeten en wat bezienswaardigheden te bezoeken.

Maar op speciale kruispunten in het leven kun je ook een langere pelgrimstocht plannen.

Misschien sta je op het punt de middelbare school te verlaten en naar de universiteit te gaan: breng de zomer dan door met interrailen, niet alleen omdat je vrienden het doen, maar omdat je God op nieuwe manieren wilt ontdekken en met Hem wilt bedenken hoe je toekomst eruit zou kunnen zien.

Misschien komt er een grote verjaardag aan, ga je een nieuw decennium in, gaan de kinderen het huis verlaten of ga je juist met pensioen – zou het geen goed idee zijn om dit nieuwe levensseizoen biddend in te gaan door tijd vrij te maken om God te laten spreken?

Misschien wil je zelfs een pelgrimstocht maken met een paar vrienden – door bijvoorbeeld de Camino te doen of een paar grote bergen te beklimmen, het St. Patrick's pad in Ierland te lopen of op je motor door het land te rijden.

Wat het ook is, bedenk hoe je bewust tijd en ruimte vrij kunt maken en maak tijdens je tocht aantekeningen in een dagboek. Bespreek hardop met je vrienden waar je dankbaar voor bent en wat God onder je aandacht brengt.

Onthoud dat terwijl je loopt, zoals de twee op de weg naar Emmaus, Jezus met je mee wandelt - zijn aanwezigheid houdt je hart brandend, zelfs als je niet zeker weet of Hij het is.

Boeken over retraites

Engels

- The Way of the Lord – N. T. Wright
- The Sacred Year – Michael Yankoski