

Op pelgrimage voor meer geluk

Het Gelukkigerwijspad is een moderne, niet-religieuze bedevaartstocht door Midden-Nederland. Van alleen al de route kun je blij worden. En voor wie meer wil, heeft bedenker Wilco Kruijswijk de nodige verdieping in petto.

TEKST SARAH-MIE LUYCKX

De Nieuwe Stad, het gefacelifte terrein van Amersfoorts oude Prodentfabriek, is een aanrader. Maar daarvoor ben ik deze wisselvallige winterdag niet gekomen. Op het complex huist in getransformeerde fabrieksloodsen streeksupermarkt Het Lokaal: officieus startpunt van de moderne bedevaartsroute Het Gelukkigerwijspad, dat sociaal-wetenschapper Wilco Kruijswijk onlangs heeft ontwikkeld.

Voor de pelgrim die begint aan de 125 kilometer tellende tocht door de provincie Utrecht, heeft Kruijswijk een van de 'Meldpunten Geluksmomenten' neergelegd: een notitieboek waar je voor de andere lopers een blijde boodschap mag achterlaten. "Die kan tegenwicht bieden aan de neiging van ons brein om vooral op het negatieve te focussen", zegt de Amersfoorter. Bij het boek liggen ook zogeheten Gelukkigwijzers: flyers met een wenk om onderweg over na te denken. In Het Lokaal luidt die: 'proef en ruik met aandacht van wat er wordt geboden, dan smaakt alles beter'.

Omdat buiten de hagelstenen op het plaveisel dansen, volgen we het devies op en nemen nog maar een bakkie. Het zit de pelgrim lang niet altijd mee, weet Kruijswijk. Blaren, sjokken door de regen, zware bepaking. Maar de uiteindelijke voldoening is groot. Elf jaar geleden ondernam hij zijn eerste bedevaartstocht, de populaire pelgrimsroute naar Santiago de Compostela, omdat hij in een 'pechperiode' zat. "Ik dacht: wat zal er nou weer op mijn pad komen?" Veel



Boven de skyline van Wijk bij Duurstede aan de Nederrijn. FOTO'S: WILCO KRUIJSWIJK

goeds, zo bleek. Elke avond een prima slaap-plek, en een bont, internationaal gezelschap met wie je verbonden raakt, omdat je allemaal hetzelfde doel hebt. Dat gaf vertrouwen. Sindsdien loopt Kruijswijk elk jaar een pelgrimspad. "Voor een gevoel van bevrijding; om even uit het supergeorganiseerde bestaan te stappen dat wij westerlingen ons-

zelf hebben opgelegd." De laatste was de 88-tempelroute op het Japanse eiland Shikoku, waar het ook almaar drukker wordt. Want pelgrimeren is in zwang. "Juist omdat de kerken leeglopen hebben we op een andere manier behoefte aan zingeving", zegt de dertiger, die vindt dat je ook best dicht bij huis op bedevaart kunt gaan. Zo ontstond het Gelukkigerwijspad: zes



etappes door Midden-Nederland van minimaal 13 en maximaal 27 kilometer. Een route waar je sowieso blij van wordt, vindt de Amersfoorter, die de streek als zijn broekzak kent. Vanuit zijn woonplaats gaat die via Doorn naar Rhenen door heidevelden en de beschutte bossen van de Utrechtse Heuvelrug. Vervolgens voert ze naar Wijk bij Duurstede en Odijk; langs de



Modern pelgrimeren

Het pelgrimspakket is voor €27,50 te koop via: gelukkigerwijspad.nl. De route is nog in ontwikkeling: het is de bedoeling dat op de site meer adressen komen voor een paar uur vrijwilligerswerk, en mogelijkheden om aan het eind van de dag yoga of tai-chi te doen. De routegids voor het Geertje Arendspad kost €7,50.



Meer moderne pelgrimroutes:

- Walk of wisdom: 136 km rondom Nijmegen. Info: walkofwisdom.org
- Stichting pelgrimeren in Groningen: 62 routes van elk circa 21 km. Info: spig.nl
- Het Hilligenpad: 100 km lange bezinningsroute in Twente. Info: landschapoverijssel.nl/hilligenpad

oevers van de Neder- en Kromme Rijn. Het laatste traject, Utrecht-Amersfoort, biedt wederom bos maar dan in combinatie met stuifzanden. En onderweg wordt de wandelaar ook nog getraakteerd op een keur aan dorpjes. "Bizar hoe gevarieerd Nederland is", vindt Kruijswijk.

Natuurlijk zou je daarmee genoeg kunnen nemen; de mens wordt alleen al van lopen stukken optimistischer. "Maar gun jezelf wat extra's", zegt de man achter het 'Ministerie van geluk, welbevinden en plezier' zoals hij zijn pelgrims-imperiumpje heeft gedoopt. Hij doelt daarbij op het pakket dat hij zorgvuldig samenstelde voor de bedevaartganger die net even wat meer verdieping wil. Daarin zit onder andere een routeboekje met de nodige deviezen, bedoeld als ruggesteun en inspiratiebron. Zo wordt de pelgrim aangemoedigd tijdens de tocht positieve ontmoetingen met anderen aan te gaan en kortstondig wat vrijwilligerswerk te doen, 'omdat geluk groter wordt als je het deelt'. Ook bevat de kartonnen doos een handgemaakte tinnen Geluksmunt om iemand met veel sores cadeau te kunnen doen, en – wat praktischer van aard – een biologisch afbreekbare vuilniszak om onderweg zwerfvuil te verzamelen, en zo ook de wereld een beetje mooier te maken. Wanneer de hagelbui weer tot bedaren is gekomen, wandelen we alsnog naar het officiële vertrekpunt: de Onze Lieve Vrouwetoren in het hart van het historische centrum. Kruijswijk wijst op de zoge-

noemde Pelgrimsdeur van de bijna 100 meter hoge Lange Jan. Daarop prijkt een fraai bronzen reliëf van de Mantelmadonna; zij die mensen onder haar hoede neemt. De Maria blijkt de beschermer van de stad, die in de 15de eeuw een befaamd bedevaartsoord was.

We belanden vervolgens bij de Scheltussingel, de oorsprong van de bedevaartstatus. In 1444 keilde ene Geertje Arends, die vanuit Nijkerk naar Amersfoort was gekomen om in te treden in het Sint Agnietenklooster, hier een Mariabeeldje in het water dat ze bij nader inzien te min vond om cadeau te doen aan het klooster. Nadat een dienstmeisje – gedreven door drie visioenen – het uit de buitengracht had gevist, zou het kleinood goed zijn geweest voor honderden wonderen. Dat verhaal inspireerde Kruijswijk tot nog een bedevaartsroute: het 18 kilometer lange Geertje Arendspad, dat een beetje pelgrim in een uur of vijf kan behappen.

Maar 'volg vooral jouw eigen ritme' benadrukt de bedenker in de routegids van het Gelukkigerwijspad. Dat doen we die dag, waarop we ons beperken tot de eerste etappe van het traject Amersfoort-Doorn. Die voert langs de Heiligenbergerbeek en door het prettige park Randenbroek, waar de eerste krokussen 'shinen' in wat winterzon. Eenmaal bij de bushalte is het wederom ouderwets takkeweer. Dat kan een baby in een buggy niet deren. Ik krijg een grote tandeloze glimlach. Ook geluk.