

Reflectie- wandeling 1 De Pelgrimstocht



De HEERE zal genade en eer geven, Hij zal het goede niet onthouden aan wie in oprechtheid zijn weg gaat. (Psalm 84: 12b)



1 De voet
Je gaat op pad, je zet een eerste stap. Gelyke moet je een keuze maken, welke kant gaat mijn voet? Wardoor laat ik mij inspiëren? Probeer jezelf bewust te zijn wat er allemaal gebeurt als je gaat lopen... Heb je er zin in? Is het een (nellig) moeten? Waar ga je naartoe? Waar is je leven op gericht?



Lees Psalm 121
[Klik hier](#) of luister Psalmen voor nu 121
[Klik hier](#)

2 De knie
De knie is een kwetsbaar deel bij wandelen. Ook in je leven kan je kwetsbaar zijn. Het zij n plagen op je weg. Het coronavirus is zo'n concrete plaag op je levensweg. Hoe vermaer je dit? Op welke wijze beleument het jouw leven? Wat maakt dat het een belasting wordt wat geeft openingen, lichtpunten?



3 Het hoofd
Met je hoofd bedenk je allerlei zaken. Je maakt met je verstand keuzes. Daarbij is wijsheid nodig. Sta stil en bid tot God om wijsheid op je pad, wijsheid in je verlangens, wijsheid om te dealen met de hobbels op je pad. Wijsheid om te genieten van de kleine dingen en je niet te laten overweldigen door de "grote dingen van de dag"

4 De navel
Je zou denken: een onooglijke deel van je lichaam. Het is een restaurant van de verbinding met je moeder, die je voedsel gaf, zodat je in haar buik kon leven. Je bent een schepping van God. Je mag ook verbinding met Hem, de Schepper hebben. Hij is te zien in het kleinste en het grootste. Kijk om je heen, kijk naar de schepping. Kijk naar een blaasje, een bloem, een insect. Wat zie je? Zie hoe wonderlijk mooi de details zijn.



3 Het geslacht

Het geslacht staat symbool voor verledingen, die je moet overwinnen. Adam en Eva aten van de verboden vruchten, zagen dat zij naakt waren en bedekten zich met vijgenbladeren. De verzoeken zijn dus niet alleen lichamelijk. Het zijn zaken in het leven die je van God weghouden. Je kan je laten meeslepen door angst, door zorgen, door... Wat houdt jou weg van God in deze tijd, wat is zijn plaats in jouw leven?

6 De borst, het hart
Waar is je schat, waar is je hart? Luister naar Iona: Treasure [klik hier](#)



Consider the flowers of the field in their beauty
More lovely than even the clothes of a king
Consider the birds of the air flying high, flying free
You are precious to me

Where your treasure is there is your heart

If a son asks his father on earth for fish or for bread, who among you would give him a snake or a stone? How much more does the Father above have a heart full of love for the children that He calls His own



5 De handen
Kijk naar de handen in het detail van het schilderij van de Verloren Zoon van Rembrandt of kijk naar je eigen handen. Wat kan je er allemaal mee doen: liefkosen en pijn doen, bouwen en breken, strelen en slaan, verbinden en afstand aangeven, De opdracht als Pelgrim is om je handen goed te gebruiken, uitstreken naar de ander, delen van je brood. Hoe doe jij dat? Hoe zou je het kunnen doen?

