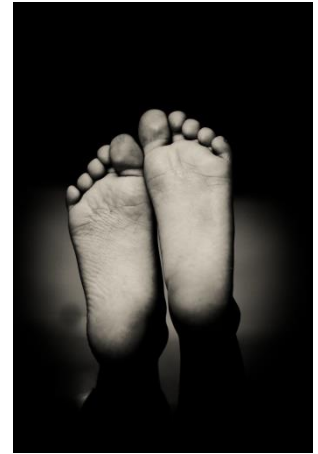


Reflectiewandeling van De Pelgrimstocht

1 De voet

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

Lees Psalm 121 [klik hier](#) of luister naar 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 zijn plagen op je weg. Het coronavirus is zo'n concrete plaag op je levensweg. Hoe ervaar je dit? Op welke wijze belemmert het jouw leven? Wat maakt dat het een belasting wordt, wat geeft openingen, lichtpunten?

3 Het geslacht

Het geslacht staat symbool voor verleidingen, die je moet overwinnen. Adam en Eva vielen voor de verleidingen, zagen dat zij naakt waren en bedekten zich met vijgenbladeren. De verleidingen zijn dus niet alleen lichamelijk. Verleidingen 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?



4 De navel

Je zou denken: een onooglijk deel van je lichaam. Het is een restant 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 blaadje, een bloem een insect. Wat zie je? Zie hoe wonderlijk mooi de details zijn.



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: liefkozen en pijn doen, bouwen en breken, strelen en slaan, verbinden en afstand aangeven,

De opdracht als Pelgrim is om je handen goed te gebruiken, uitstrekken naar de ander, delen van je brood. Hoe doe jij dat? Hoe zou je het kunnen doen?



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.*

7 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"

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

