



Sufi Trail
Magazine

Abdulwahid van Bommel
Met brandende liefde
over brandend zand

Linda Pijl
Van Istanbul naar Yalova

Theo Szarzynski
Mijn deelname aan
de Sufi Trail 2023

Edith Slop Zentveld
Mijmeringen

Terugblik 2023
Illustraties Clara Petri

VEERTIG

Winter editie 2024 € 5.95

I hope you have a wonderful time together
and will experience many more unforgettable
moments on your way to Konya - moments, that can
never be planned!...

I am very, very happy and deeply grateful to have
met you all !!



Voorwoord

Wij zijn geluksvogels. Dat we de vrijheid hebben om gewapend met een kwast met een paar potten verf, dwars door Anatolië, een route te mogen maken. En ook thuis kunnen we wandelen. Op de heilige grond van de Drie Bronnen Pelgrimsroute. Deze houdt ons niet alleen fit, maar ook gezond. De filosofie achter de Drie Bronnen Pelgrimsroute is om herhaling uit te diepen. En dat daar bijzondere ervaringen uitkomen, hebben we gezien. Enkele daarvan zijn op video opgenomen. Wat dan heel mooi naar voren komt is de simpliciteit van de wandeling, de omgeving en de wandelaar zelf. Je loopt de Drie Bronnen Pelgrimsroute, zo eenvoudig is dat. Bij elke nieuwe wandelaar maakt ons hart een sprongetje. Keer op keer zien we hoe de route de wandelaar omarmt en meeneemt naar nieuwe vriendschappen en een rijker leven.

Ook op de Sufi Trail merken we hoe waardevol die vriendschappen zijn en hoe ze een inspirerende invloed hebben op ons bestaan. Elk jaar weer verheugen we ons weer op de wandel- en fietskaravaan die ons leven kleurt met nieuwe avonturen en ervaringen. De mensen die we dan mogen ontmoeten zijn voor ons van onschatbare waarde. Graag laten we ze met hun ervaringen schitteren in het tijdschrift. De mooiste ervaringen deel je immers met de mensen waar je om geeft.

In dit huidige digitale tijdperk is het alleen maar gezond om zo nu en dan terug te gaan naar de basis. Gezamenlijk buiten zijn en genieten van wat de natuur ons biedt. Wandelen of fietsen is dan ook een ideale manier om elkaar op een ongecompliceerde manier te leren kennen. Mensen ontmoeten is een van de belangrijkste ingrediënten van het leven. Als eenmaal op een vreedzame manier de verbinding is gelegd, zal het samenzijn niet wezenlijk meer veranderen. De vreemde is een vreemde, totdat ze elkaar ontmoeten.

Het tijdschrift Veertig is een publicatie om te laten zien hoe blij we zijn met iedereen die meewerkt. Dat we, ondanks dat we sommigen van jullie elkaar vaak niet eens kennen, een grote groep zijn. Het is immers niet niks, om op grote afstand toch alles en iedereen bij elkaar te houden. Daarom willen we, iedereen die meewerkt, laten zien dat we samen zijn. Dank jullie allemaal. Elk van jullie zit stuk voor stuk in mijn hart. En weten jullie wat zo mooi is? Op stille momenten in het leven voel ik een glimlach komen, denkend aan al die mooie mensen die we al hebben mogen ontmoeten.



Colofon

Titel Veertig, 2024 nummer 3 wintereditie
Eind redacteur Diane Bömers
Redactie team Iris Bezuijen, Sedat Çakır

Met medewerking van: Iris Bezuijen, Abdulwahid van Bommel, Sedat Çakır,
Renee van Dooren, Linda Pijl, Theo Szarzynski, Edith Slop Zentveld

Coverfoto:

Foto's Iris Bezuijen, Sedat Çakır
Ontwerp logo Merel van Essen
Illustraties: Clara Petri
Vormgeving Merel van Essen en Kees Reniers
Kaartenmaker Rob Polko

Uitgever Stichting Sufi Trail Friends of Rumi and Khorasan Saints
ISSN 2949-950X
E-mail sufitrail@gmail.com
Websites www.sufitrail.com, www.sufitrail.nl, www.driebronnenpelgrimsroute.nl

Abonnementen en losse verkoop

Deelnemers en donateurs van de Sufi Trail krijgen het Sufi Trail tijdschrift Veertig 2x per jaar gratis. Losse nummers kosten € 5.95 (exclusief portokosten)

Sufi Trail tijdschrift Veertig verschijnt 2x per jaar.

Het volgende nummer verschijnt in juni 2024

Kopijdatum 15 april 2024

Correspondentie adres

Stichting Sufi Trail, Friends of Rumi and Khorasan Saints
Nieuwe Gracht 108-A, 2011 NM Haarlem. Tel. 06 44 04 47 90

© 2024 Sufi Trail

Alle artikelen mogen met bronvermelding gepubliceerd worden. Indien gewenst kunnen ook de originele opgemaakte bestanden worden opgestuurd.

QR-code (website: sufitrail.nl)

FSC-logo:

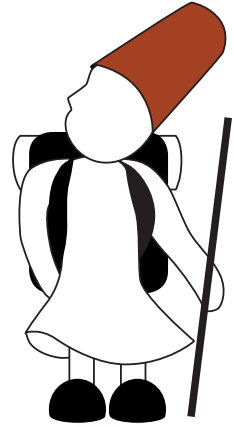
Gedrukt op duurzaam gerecycled papier.

FSC Recycled Credit, CU-COC-819940



Inhoud

- 3 Voorwoord Iris Bezuijen
- 7 Met brandende liefde over brandend zand
Auteur: Abdulwahid van Bommel
- 10 Mijn deelname aan de Sufitrail 2023
Auteur: Theo Szarzynski
- 13 De Sufi Trail van Nederland
Auteur: Renee van Dooren
- 14 Van Istanbul naar Yalova
Auteur: Linda Pijl
- 18 Mijmeringen
Auteur: Edith Slop Zentveld
- 22 Terugblik 2023, Stichting Sufi Trail
Auteur:
- 32 Boeken
- 35 Agenda
- 36 Nawoord Sedat Çakır



Met brandende liefde over brandend zand

Abdulwahid van Bommel

Omdat het profetisch ideaal wat hoog gegrepen is, nemen veel moslims Uwayis al-Qarnî (القرنى انيس بن اويس) (Turks: Veysel Karani) (594- 657) als voorbeeld. Hij was de eerste die een onvoorwaardelijke liefde voor de profeet Mohammed voelde. En vanuit het zuiden het halve Arabische schiereiland overtrok om de profeet te ontmoeten. De profeet zei over hem: 'Ik neem vanuit Jemen de geur van de barmhartige waar.' 'De geur van de barmhartige' – in het Arabisch: Rîh ar-Rahmân, werd daarmee een uitdrukking voor de eerste op Allah en Zijn profeet verliefde soefi, Uwayis al-Qarnî. Die simpele herder uit de woestijn

die de profeet van de islam liefhad en erkende zonder dat ze elkaar ooit hadden ontmoet.

Toen Umar ibn al-Chattâb, leider van de moslimgemeenschap in Medina was, vertelde hij, als er een delegatie uit Jemen kwam die de profeet Mohammed had gezegd: 'Een man uit Jemen zal u bezoeken, en zijn naam is Uwayis. Hij heeft alleen een moeder en lijdt aan leukodermie. 'Ga naar hem toe en vraag hem voor je om vergiffenis te bidden.'

Toen Umar Uwayis eindelijk ontmoette vroeg hij hem:

'Ben jij Uwayis ibn Amir?'



‘Ja’.

‘Van de stam van de Murad en onder hen van de Qarn?’

‘Ja’.

‘Heb je aan leukodermie geleden en ben je ervan hersteld op een plekje ter grootte van een munt na?’

‘Ja’.

‘Heb je geen familie behalve je moeder?’

‘Ja’.

Waarop Umar zei:

‘Ik heb de profeet horen zeggen:

‘Uways ibn Amir zal jullie bezoeken. Als hij een smeekbede verricht, dan zal Allah zijn gebed verhoren. Als je hem kunt bewegen om voor jou om vergiffenis te bidden, doe dat dan. Daarom vraag ik je voor mij om vergiffenis te bidden.’

En Uways bad om vergiffenis voor hem.

Toen vroeg Umar hem: ‘Waarheen ben je onderweg?’

Hij zei: ‘Naar Kufa’.

Umar vroeg hem: ‘Zal ik een aanbevelingsbrief voor je schrijven, gericht aan de gouverneur van Kufa?’

Uways zei: ‘Ik wil liever anoniem



blijven en met eenvoudige mensen leven.’

Vanwege zijn bijzondere relatie met de profeet Mohammed, zonder hem ooit te hebben gezien, is zijn naam een term geworden voor soefi's die een sjeik volgen zonder hem persoonlijk te hebben ontmoet.

Uways werd bekend en mensen gingen hem bezoeken. Daarom vertrok hij uit Kufa en ging reizen. Hij werd een wandelende derwisj. Sommigen zeggen dat het “bedelaar” betekent. Het woord is afgeleid van dar, voor deur, en wisj, voor zitten. Een derwisj wil aan de deur van de goddelijke Geliefde aankloppen en net zo lang blijven zitten tot de deur opengaat. Maar derwisjen zitten niet veel en trekken, net als Uways, vrij door de wereld. Hun leven is een voorbeeld dat je al wandelend ook tot het licht van de waarheid kunt komen. Dat alsmaar op doorreis en in beweging zijn, werd ook bekritiseerd. Maar een derwisj zei: ‘Alles draait in de kosmos en alles is in beweging. De wereld draait in 24 uur om z'n as en draait in een jaar om de





zon. De zon komt op en gaat onder. Alle dieren zijn voortdurend in beweging. Er is storm, regen en wind. Hoe zouden wij dan stil kunnen staan?’ Daarom zijn wervelen en wandelen onderdelen van spirituele beleving. Wandelen en zikr, of godgedachtenis, kunnen elkaar versterken. En door wandelen en zikr kun je je lichaam en geest laten bewegen. Wandelen is bewegen van het lichaam en zikr is het bewegen van de geest.

Door de hele kosmos wordt Allah gekend. En daar alles tot de schepping behoort, schenkt al het geschapene ons kennis van de verborgen schat. Alle dingen in het universum weerspiegelen

de schone namen en kwaliteiten van Allah. In Hem zijn deze kwaliteiten aanwezig in een niet te onderscheiden eenheid. In de kosmos zijn ze aanwezig in een los van elkaar bestaande veelheid. Het is een goede oefening om plat op je rug te voelen dat de gehele kosmos zich in liefde over jou buigt. Terwijl je probeert elke porie van je huid en elke cel en atoom in je lichaam dit te laten ervaren. Op de vloer van de tempel van de natuur liggen, die aarde heet.



Mijn deelname aan de Sufitrail 2023

Theo Szarzynski

Na een aantal jaren mooie ritten gemaakt te hebben door West-Europa, vond ik het tijd om nu eens wat verder te gaan met mijn fietsje. Hoewel ik de meeste tochten alleen gemaakt had en me dit uitstekend beviel, hield iets me toch tegen om alleen door verder gelegen landen te fietsen. Ik was op internet al de Sultans trail en de Sufi trail tegengekomen, maar blijkbaar was het nog niet de tijd om deze op te pakken, mede gezien de coronaperikelen.

Eind 2022 hakte ik de knoop door en gaf me op bij Sedat en Iris voor de groepstocht van de Sufi trail eind 2023. Op de fietsbeurs in februari ontmoette ik Iris en mijn enthousiasme werd alleen maar groter. Ik was benieuwd naar de ervaringen en belevenissen, maar ook wel een beetje huiverig om vier weken in een groep te fietsen. Ik viel met mijn neus in de boter.

Op Schiphol ontmoette ik Lennie, een vrouw van 73 die in een rolstoel het vliegtuig in moest. Dat beloofde wat met fietsen! Na de landing in Istanbul ontmoette ik Oliver, die compleet uit zijn dak ging omdat zijn voorvork bij de vlucht flink verbogen was. Hij was blind met zijn fiets aan de gang en was niet bereikbaar. Dat was slikken. Drie "eigenheimers" die samen met Sedat, Iris en Mehmet vier weken moesten optrekken. De tocht leerde echter dat ook drie "eigenheimers" het prima met elkaar kunnen vinden en



elkaar kunnen waarderen en ook dat de eerste indruk niet altijd de beste is. Lennie fietste alle bergen op, als een jonge hinde, in haar eigen tempo en soms ook via haar eigen routes, of via de door haar geritselde liften. Maar ze kwam altijd boven en eenmaal boven, gelijk weer door, zonder pauzes.

Iris, Sedat en Mehmet waren de rustige en lieve mensen die alles relaxed begeleidden en regelden. Sedat kon ons alles vertellen over Turkije en de soefi's, Mehmet was super bij de benodigde fietsreparaties, vertelde alles over de





natuur, leerde ons de hele weg door wat we konden plukken en eten en hoe. Bij elke verse vijg en cactus die ik nu nog in de winkel zie liggen, moet ik aan Mehmet denken.

De fietstocht was werkelijk fantastisch en onwerkelijk tegelijk. Deze wereld was zo anders dan onze eigen wereld. Bij elk dorp waar we doorheen reden moesten we stoppen om in de theehuizen “çay” te drinken en werden we vriendelijk onthaald door de bezoekers. Ze waren altijd benieuwd waar we vandaan kwamen en heen gingen. Steevast werd er na een uitgebreide theepauze uitbundig afscheid genomen met een uitgebreide fotosessie. Tijdens lunchtijd werd er in de winkeltjes tegenover het theehuis brood, yoghurt, kaas, helwa en meer lekkers





gekocht en werd de theepauze een nog langere lunchpauze.

Diverse malen werden we in het theehuis door een van de bezoekers uitgenodigd om bij hem thuis te komen lunchen. Hier werden we dan onthaald op een uitgebreide lunch met verse producten uit eigen tuin. Verrukkelijk.

Overnachten deden we waar mogelijk in een tentje. Soms in de speeltuin of een parkje of bij de moskee. Maar wel altijd na toestemming van de Muhtar, het dorpshoofd. Vaak kwamen we in hele kleine dorpjes waar geen plaats was voor vijf tentjes. In de meeste gevallen konden we terecht bij een adres van een van de vrienden van de Sufi trail,

maar soms hadden we geen slaapplek. Geen nood: tijdens een bezoek aan een theehuis en na een uitgebreide kennismaking met alle bezoekers kwam er altijd wel een oplossing. We konden dan slapen bij mensen in de woonkamer of slaapkamer. Zelfs sliepen we een keer op het platte dak bij 18 graden in de nacht. Matrasje, slaapzak en heerlijk geslapen. Altijd stond er 's morgens een fantastisch uitgebreid Turks ontbijt met van alles en nog wat, inclusief patat. Het afscheid was altijd innig en met de onoverkomelijke foto's. Sedat en Iris konden weer een vriend van de Sufi trail noteren.

De Sufi trail route voerde ons door prachtige afwisselende landschappen met als hoogtepunt, zowel letterlijk als figuurlijk,



het Taurusgebergte. Gefietst over droge steppes met schaapskuddes en hun herders (met geweer) en (zo nu en dan agressieve) honden. Maar gelukkig was Mehmet, de hondenfluisteraar, altijd aanwezig. Over en langs groene heuvels en rotsachtige bergen, tussen boomgaarden van alle soorten, door landbouwgebieden en dat alles over prachtige onverharde paden, rustige binnenweggetjes en zo nu en dan over drukke autowegen.

Maar de ontmoetingen met een aantal mensen is me het meest bijgebleven. Een geweldige dame die ons samen met vriendin en hun mannen ontvingen in hun boerderij. Zij was de Muhtar en was druk bezig met kaas en brood te maken van eigen producten. Het was een levendige, actieve, kwebbelende, vrolijke dame die non-stop in een razend tempo praatte. Hoewel ik er geen woord van verstond, maakte ze een overweldigende indruk op me en moest ik net zo hard lachen als de mensen deden die het wel verstonden. Bijzondere dame.

Een andere keer werden we ontvangen door twee zussen in hun mooie huis. Ook vrienden van de Sufi Trail. We hadden net gegeten en kwamen alleen voor een kopje thee. Dat hadden we mooi mis. Sedat en Iris probeerden ze te vertellen dat we al gegeten hadden, maar met een vriendelijke glimlach werd het een na het andere eten op de lage tafel gezet. Of we wilden of niet, we moesten er toch wat van eten.

Ook de bijeenkomst van een grote groep vrouwen was iets om nooit te vergeten. Allereerst werd ons de toekomst voorspeld met het kopje koffie waaruit we ge-

dronken hadden. En vreemd genoeg was hetgeen de voorspelster tegen me zei, direct raak. Was er ondersteboven van. De overige vrouwen waren bezig met het maken van mooie armbandjes. Ik kreeg een prachtig armbandje voor mijn vrouw en later van nog een andere vrouw een voor mijn dochter. Als ik een volgende keer weer kom, dan zouden mijn kleindochters aan de beurt zijn, beloofden ze.

De ontmoetingen en belevenissen zijn te veel om op te noemen. Mocht je ze toch graag lezen, ga dan naar deze link. Je kunt daar per dag mijn belevenissen volgen van deze onvergetelijke en prachtige fietstocht met al onze ontmoetingen, met de zo vriendelijke, gastvrije en vrijgevigige mensen in een omgeving waarbij we ons in de middeleeuwen waanden.



De Sufi Trail van Nederland

Renee van Dooren

“Al enige tijd terug ontdekte ik de sticker van de Sufi Trail. Een groene ronde sticker met een schattige pelgrim (ja, ik vind ‘m schattig).

Ik ben daar toen niet direct naar op zoek gegaan, maar het had wel een bepaalde aantrekkingskracht. Komt dat door het schattige ventje? Of misschien toch door de 3 heilige bronnen?

Want daar legt deze Pelgrimsroute een verbinding. De Sufi Trail van Nederland, ontstaan als het oefenrondje van de Sufi Trail Turkije (van Istanbul naar Konya). Ook de langste Pelgrimsroute van Nederland, 40 dagen Pelgrimeren, totaal 816 km. De route is een ronde van 20,4 km die je start in Heiloo of op een ander punt op de route.

De route heeft de meeste Leylijnen en krachtplekken van heel Nederland zegt men. Een mindful wandeling ten top.

Ik was gezegend om afgelopen zaterdag voor het eerst mee te mogen wandelen. De eerste van 40, want dat is wel mijn doel.

Ondanks dat ik al veel wandel in Heiloo en de Egmondse, kwam ik door straatjes en plekken waar ik nog niet eerder ben geweest. Althans niet bewust.

De route heeft wel een bepaalde uitwerking op mij gehad. Al tijdens de wandeling kwam ik helemaal tot rust en tegelijkertijd kreeg ik een energie-boost. Ik heb mij dan ook volledig overgegeven aan de natuur, de plaatsen en de tijd.

Ondanks dat je met een groepje mede

Pelgrims bent, is er de gelegenheid om je terug te trekken en ‘alleen’ te wandelen. Je moet ook niks.

Op de helft van de route kom je bij de Adelbertus Akker in Egmond Binnen aan, waar je kunt pauzeren en je lunch kunt eten onder het genot van thee & koffie en....een oase van rust.



Tijdens de route kom je langs de 3 Heilige Bronnen; De Runxput, De Adelbertusput en De Willibrordusput. Met ieder hun eigen verhaal, maar dat is te veel om hier allemaal te schrijven. Je kunt dit teruglezen op de website van De Drie Bronnen Pelgrimsroute.

Nu zul je misschien denken....waarom ga je 40 keer (of vaker) dezelfde route lopen. Die vraag snap ik en krijg hem dan ook vaak te horen. Maar de wandeling is niet 40 keer hetzelfde. Het mag dan dezelfde route zijn, maar de wandeling is telkens anders.

Van Istanbul naar Yalova

In mijn eerdere artikelen heb ik mijn persoonlijke ervaringen beschreven van de Sufi Trail. Deze keer heb ik gekozen voor wat praktische reisinformatie voor de Sufi Pelgrim die van Istanbul naar Yalova reist.

Voor wie nog niet bekend is met Turkije: het is een land vol verrassingen. Het is een land van Go with the flow. Ik vind dat wel wat hebben. Ik woon er nu zo'n 24 jaar en zou nooit meer in Nederland

kunnen wennen. We constateren dat de reis van Istanbul naar Yalova soms onverwachte gebeurtenissen met zich meebrengt. Gelukkig heeft het Sufi Trail team altijd een oplossing. Gaat het niet volgens Plan A, dan maar B, C, D ... Hierbij citeer ik graag Rumi: "Travel, to find yourself on the edge".

Of je nu vanuit Istanbul de boot neemt of met een transfer vanaf de luchthaven komt, als je net gearriveerd bent, is het eventjes wennen aan de Turkse hectiek. De aankomst in Yalova kent voor de

Sufi Trail drie trajecten:

- Met de ferry vanuit Istanbul
- Met de fiets vanaf SAW-airport

- Met een bus shuttledienst vanaf SAW-airport

Wanneer je de Sufi Trail volgt, kom je vanuit Istanbul met de ferry vanaf Yenikapi. Vanaf 's morgens tot 's avonds vaart er elke twee uur een boot. Met een creditcard kun je van tevoren via de IDO-app je ticket kopen. Je krijgt dan een QR-code waarmee je zo door kan lopen. Tevens kan je aan de kassa in de terminal een ticket kopen. Goed om te weten, zeker als je tegen de vertrektijd van de boot aankomt, is dat je in de terminal eerst een nummertje moet trekken. In de terminal staat rechts in de kassahal een klein zuiltje met een touchscreen waarop je aangeeft waar je naartoe wilt en hoe laat.

De Yalovaboot is namelijk niet de enige veerdienst. De ferry geeft over het algemeen geen verrassingen.

Stel, je komt om de Sufi Trail te fietsen. Zolang je vliegtuig geen vertraging heeft, gaat alles mooi volgens Plan A. Maar chartervluchten vanuit Nederland komen op SAW-airport pas rond de klok van 17:00 uur aan. Een uurtje vertraging kan dan zomaar betekenen dat je met de fiets de laatste boot naar Yalova om 20:00 uur net wel, of net niet haalt. Dat is best wel spannend. Zie je dat je het niet

gaat halen, is het tijd voor Plan B. Je moet immers je fiets nog in elkaar zetten, geld wisselen, een Turkse telefoonkaart kopen én de weg naar de boot zien te vinden. Googlekaarten geven prima de route weer, alleen de wirwar van Turkse wegen, die matig tot niet zijn ingericht op fietsverkeer, liggen niet zoals je verwacht. Tevens is het hier veel eerder donker dan in Nederland, waardoor je meer afhankelijk bent van je gps. Zit echt alles tegen en dat kan gebeuren, dat overkwam een





van onze fietsers in september, toen zijn voorvork dusdanig verbogen was dat hij niet kon fietsen, staan er (vip) taxi's met grotere bagageruimte klaar. Dan komt Rumi's uitspraak: "Focus and staying in the moment", goed van pas.

Gelukkig rijdt er van SAW-airport elk uur een directe shuttlebus naar Yalova. Deze neem ik zelf ook altijd en adviseer ik we ook onze wandelaars. Klein detail is, dat er op het vliegveld geen duidelijk zichtbare Yalova-bussen staan. Kontur, de vervoersmaatschappij die de shuttledienst verzorgt, heeft geen overeenkomst met het vliegveld om passagiers op te pikken vanaf de shuttlehalte.

Hoe kom je dan aan een shuttle naar Yalova?

Je gaat door de uitgang naar buiten, steekt de taxibaan over en neemt de loopbrug. Aan het eind kies je niet voor de uitgang naar de parking, maar ga je met de trap naar beneden. Je komt dan op het perron dat vóór de bussen ligt. Daar lopen mannetjes rond die YALOVA, YALOVA, YALOVA roepen. Zie je ze niet, dan roep je zelf luid YALOVA!? Er komt dan altijd wel

iemand naar je toe die je naar de loketten brengt, waar je een ticket kunt betalen. En nu komt het ...

De man die je begeleidt bij het kopen van je ticket, brengt je naar een bus, maar daar staat géén Yalova op. Niks aan de hand, je kunt gewoon instappen. Je wordt niet ontvoerd of zo ... Wanneer het tijd is, gaat de bus rijden en brengt je naar een terreintje van Kontur buiten het vliegveld. Daar staat de Yalova

bus te wachten. Je stapt over en in een uurtje ben je in de busterminal van Yalova. Deze ligt 6 km buiten de stad. Je kunt er een taxi nemen naar je hotel of achter op het parkeerterrein in een minibusje stappen. Je betaalt in het busje met Turks contant geld aan de chauffeur. Wanneer je een hotel in het centrum hebt, blijf je zitten tot het eindstation van het busje. Je bent dan op amper 100m van je hotel.

Ik sluit af met wederom een Rumi gezegde: "Nobody can walk your road" en voeg daaraan toe: "Waarheen die je ook leidt."

Liefs Linda.



Mijmeringen

Volgen wat gevolgd wil worden. Mijn gedichtenbundel van vorig jaar kreeg deze titel. Al wandelend als leven in beweging, volgend wat gevolgd wil worden. In het moment.

Als vanzelf omdat het gebeurd. Soms is er denken van niet.

Een poosje geleden hoorde ik mensen met elkaar afspreken, om vroeg in de morgen buiten te gaan zwemmen. “Brrrrr koud” dacht ik, “daar moet ik niet aan denken zei ik”. Om vervolgens een dag later “ja” te zeggen op de uitnodiging: ga

je mee? Een persoon herinnerde mij aan de nee van de vorige dag. “Daar moest je toch niet aan denken”? “Dat gebeurde nu ook niet”, zei ik. Zo kan het bewegen en volgen gaan.

Zoals ik ook wel ga lopen zonder een vooraf bedachte route. Zonder op te merken dat ik plots rechtsaf was gegaan of thee sta te drinken met een Sufi-Trail wandelgroep op de zaterdag. Volgen van dat wat voorafgaat aan het denken, bedenken en analyseren. Gewoon komen opdagen. Daar ben je, lekker levendig.

Niets te doen, wel iets te zien. Zo aan het einde van het jaar, onderweg naar het begin van een nieuw jaar. Het niet weten welke vorm je leven zal





aannemen. Dat elk beeld, geluid, geur, kleur, gevoel, wat ervaren wordt een teken van leven is: Joehoe, je leeft!

Levenskracht is dat wat je bent. Oneindige levensintelligentie die via vorm ervaren kan worden. Boom, weg, pad, mens, dier, voedsel, irritatie of harmonie. Goed of slecht, positief of negatief, licht of zwaar, moeilijk of makkelijk enz. Dat kunnen herkennen. Zonder er nog meer betekenis aan te geven, te geloven of te herkennen dat er iets geloofd wordt. Geeft niks omdat het allemaal verschijnt en verdwijnt in en door de oneindigheid

Hoe veerkrachtig, met alles wat voorbij

komt. Daar hoef je niks voor te doen. Het gebeurt als vanzelf.

Nergens vanaf

Nergens naar toe
Je bent er al

Dan kan er bewegen zijn.

Bioscoop Ik zat in de bioscoop waar een trailer voorbij kwam waarin iets gezegd werd dat mij opviel

“Wij verstikken in het web dat wij weven” Heb jij toch ook wel eens dat je plots iets opvalt in wat er gezien of





gezegd wordt? Ik mijmerde er nog wat over na.

Psychisch verstikken we in het persoonlijk bedachte web dat wij weven.

Nu is er niks mis met weven

Ik ken een buurvrouw die de mooiste patronen weeft tot lappen stof.

Ik bedoel vooral het bedenken (weven) van allerlei activiteiten, oplossingen, doelen, trainingen, therapieën, labels enz. Een web prachtig om naar te kunnen kijken en het laten voor wat het is Een beetje vrieskou geeft er nog een tintje magie aan

Puur kijken

Laat het voor wat het is

Genieten of rouwen erom gebeurd al of niet, als vanzelf. Een web zal ook weer verdwijnen, zonder bemoeienis. Net zoals in het leven met een bedacht en persoonlijk geweven web. Of maak er heel praktisch kleding van, zoals mijn buurvrouw.

Ademen

Zo was ik laatst aan het oppassen en bracht mijn kleinzoon naar bed

Las hem een verhaal voor (idyllisch hè?)



Toen het verhaal af was begon hij nog wat te vertellen, naar aanleiding van de geur van mijn adem (had net soep op waar knoflook in verwerkt was) die hij niet zo lekker vond ruiken. Kon mij er wel iets bij voorstellen. Toen zei hij "Daar denk ik altijd over" Waarover? Vroeg ik Ademen (Mmmmmm) "Heel soms niet, maar heel vaak wel", zei hij. "En als er dan niet aan gedacht wordt is er dan nog steeds ademen", vroeg ik. Hij keek mij aan en zei "jaaaaa"! Grappig hè, dat gaat gewoon vanzelf. Net als met je haren en nagels die groeien gewoon. "Jaaaaa" zei hij, "dat kun je alleen niet zien". Daar hoeven we ons niet mee te bemoeien reageerde ik. Fijn hè? Ik wenste hem welterusten. Hij viel in slaap en ik zag hoe zijn ademen in alle rust doorging. Leven doet precies wat het moet doen. Erover nadenken en er een betekenis aangeven, kan je de adem ontnemen.

Leven (s) (energie) werkt

Zonder bemoeienis

Levenswerk

Vormloos

Oneindig intelligent

Veerkrachtig

Niet iemand uitgezonderd.

Waar ik zo graag naar wil verwijzen in het schrijven.

Neutrale essentie, (vormloos en

oneindig, dat wat vooraf gaat aan persoonlijke vorm)

Naar compleetheid en heel zijn.

Dat wat je bent en altijd zal zijn.

Tot nu toe alles overleefd

Vrezen voor leven

Vrezen voor dood

Wie of wat leeft

Wie of wat kan dood

Is het leven of het vrezen

Je was/bent er al

Vooraf aan persoonlijk nood

Volgen van wat gevolgd wil worden
Zo is dit onbeschreven blad nu beschreven

Vanuit niet weten

Wat werd gevolgd was dat wat er op kwam

En daar ben je dan

Lekker levendig en aanwezig.

Iris en Sedat die mij zagen en deze ruimte om te uiten gaven.

Liefs Edith







Terugblik 2023, Stichting Sufi Trail



Onze nieuwsgierigheid daagt ons keer op keer uit dieper op allerlei zaken in te gaan. Groei is niet altijd vooruitgang. Dit is goed te zien aan het effect van de herhaling. Het leven is uiteindelijk een anticlimax in fysieke zin. Onze geest groeit en bloeit juist dankzij datgeen wat niet zichtbaar is. Dit jaar hebben we getracht plaatsen en publicaties te creëren die ons samenbrengen. Gemeenschappelijke plekken waar we onze voetstappen kunnen delen die we mogen zetten op de aarde, onze gastvrouw. Dit resulteerde in de geboorte van het tijdschrift Veertig. We hebben er voorlopig twee: een eerste en tweede editie. En geloof me, we zijn er reuze trots op. Met eeuwig dank aan zoveel mensen.

Ondanks dat wijzelf ook werken als vrijwilligers, hebben wij er moeite mee te begrijpen waar andere vrijwilligers de toewijding, tijd en energie vandaan halen om alles te realiseren. Dit voelt voor ons als balsem op onze ziel. Een vereniging van zielen. Die en wie zal het zeggen, tot in het zielenrijk samen het pad zullen bewandelen.

Net als de rest van de wereld, waren we in het begin van het jaar in shock door de aardbeving in Turkije. Via film director Abdulshakoor van de documentaire Nur, hoorden we dat Şeyma AYTEMİR met haar resterende familieleden in haar auto bivakkeerde.



Dankzij Abdulshakoor die op sociaal gebied zo ontzettend goed onderlegd is, zijn we in actie gekomen. Met behulp van een geldinzameling hebben we

Şeyma de rust kunnen bieden om

haar eindschrijftie over de Sufi Trail af te maken. De thesis is in de Turkse taal, maar kan gelezen worden via een vertaalprogramma. Şeyma gaat in haar scriptie in op de

verbanden tussen het pelgrimeren en het hedendaags toerisme en waar deze elkaar op de route raken.

In Nederland ontbrak het ons ook niet aan inspiratie en kunst. Doordat we via de wandelsite wandelen op de Drie Bronnen Pelgrimsroute komen we veel leuke mensen tegen. Zo ook Geeske. Geeske betoverde ons zo met haar woorden dat we samen zijn gekomen in een studio om de voordracht van verschillende gedichten op te nemen. En



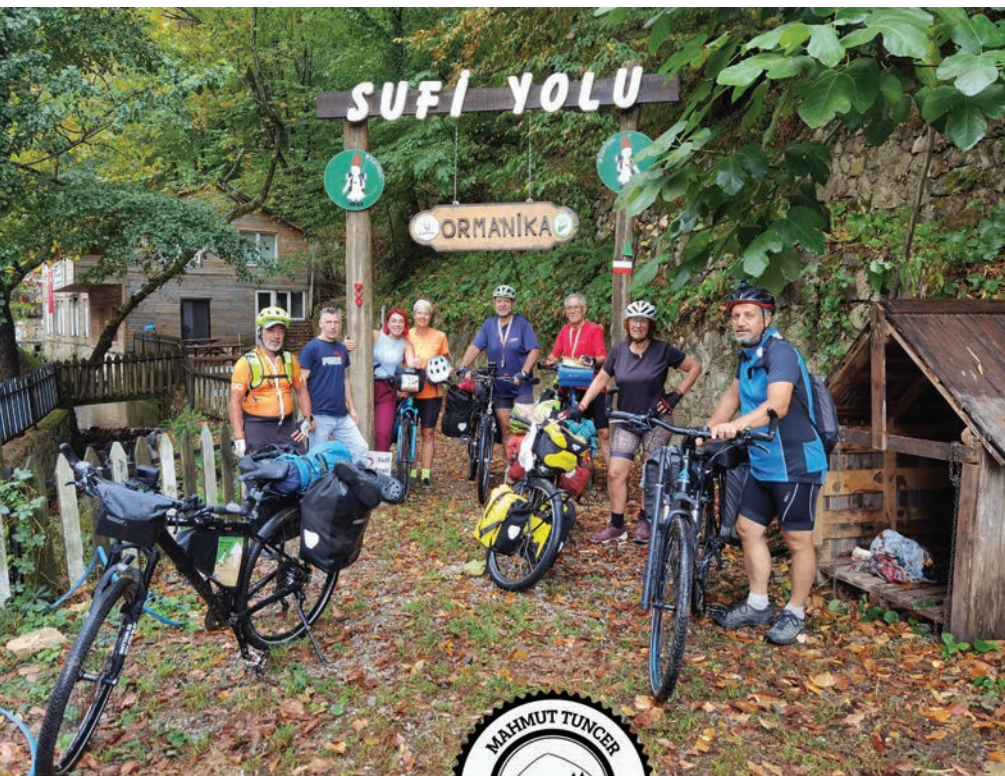


Onze nieuwsgierigheid daagt ons keer op keer uit dieper op allerlei zaken in te gaan. Groei is niet altijd vooruitgang. Dit is goed te zien aan het effect van de herhaling. Het leven is uiteindelijk een anticlimax in fysieke zin. Onze geest groeit en bloeit juist dankzij datgeen wat niet zichtbaar is. Dit jaar hebben we getracht plaatsen en publicaties te creëren die ons samenbrengen. Gemeenschappelijke plekken waar we onze voetstappen kunnen delen die we mogen zetten op de aarde, onze gastvrouw. Dit resulteerde in de geboorte van het tijdschrift Veertig. We hebben er voorlopig twee: een eerste en tweede editie. En geloof me, we zijn er reuze trots op. Met eeuwig dank aan zoveel mensen.

Ondanks dat wijzelf ook werken als vrijwilligers, hebben wij er moeite mee te begrijpen waar andere vrijwilligers

de toewijding, tijd en energie vandaan halen om alles te realiseren. Dit voelt voor ons als balsem op onze ziel. Een





vereniging van zielen. Die en wie zal het zeggen, tot in het zielenrijk samen het pad zullen bewandelen.

Net als de rest van de wereld, waren we in het begin van het jaar in shock door de aardbeving in Turkije. Via film director Abdulshakoor van de documentaire Nur, hoorden we dat Şeyma AYTEMİR met haar resterende familieleden in haar auto bivakkeerde. Dankzij Abdulshakoor die op sociaal gebied zo ontzettend goed onderlegd is, zijn we in actie gekomen. Met behulp van een geldinzameling hebben we Şeyma de rust kunnen bieden om haar

eindschrijftie over de Sufi Trail af te maken. De thesīs is in de Turkse taal, maar kan gelezen worden via een vertaalprogramma. Şeyma gaat in haar scriptie in op de verbanden tussen het pelgrimeren en het hedendaags toerisme en waar deze elkaar op de route raken.

In Nederland ontbrak het ons ook niet aan inspiratie en kunst. Doordat we via de wandelsite wandelen op de Drie Bronnen Pelgrimsroute komen we veel leuke mensen tegen. Zo ook Geeske. Geeske betoverde ons zo met haar woorden dat we samen zijn gekomen in een studio om de voordracht van



verschillende gedichten op te nemen. En met succes. Geeske was tot in de puntjes voorbereid en las drie prachtige gedichten voor. Met haar prachtige stem nam ze ons mee in een tijdloze spiraal. Degenen die de link hebben naar onze gezamenlijke “zikr” map kunnen hier het gedicht wat we bij de Willibrordusput vaak lezen beluisteren. De herberg van Mevlana Rumi.

Net voor de aardbeving in Turkije plaatsvond, stonden wij op de fiets- en wandelbeurs in Utrecht. Een jaarlijks evenement waar we elk jaar weer een groot aantal van onze wandel- en fietsvrienden tegen het lijf lopen. Een memorabele beurs, waarop het rennen tussen de verschillende kraampjes, de lezingen en de overvolle kleinere beurs indruk heeft gemaakt. Natuurlijk stonden ook de ontmoetingen met onze idolen Frank van Rijn en Frans de Fietser, die onze buurman was bij de Sultans Trail wereldfietsers, weer centraal. De Sufi wandelkaravaan was bijna in zijn geheel aanwezig. Iets wat werkelijk mijn hart sneller doet kloppen als ik eraan terugdenk. Zoveel steun en gezelligheid. Niet alleen door de aanwezigheid van iedereen, maar ook dankzij het meedenken, financieren en promoten van onze droom: een gemarkeerde route voor fietsers en wandelaars.

Thuis in Heiloo, hebben we in 2023 met de stichting, eigenlijk met name Marcel en John, in totaal 52 wandelzaterdagen gehouden. Het mooie is dat er altijd samen gewandeld

wordt en dat is toch een hele goede stap. Wij voelen het als een rijkdom, om een plek op heilige grond te hebben, waar we mogen en kunnen wandelen. En niet te vergeten, iedere keer weer hartelijk verwelkomd te worden in de Willibrorduskerk, het Oesdom en bij Cor Butter op de Adelbertusakker. De Drie Bronnen Pelgrimsroute in Heiloo is een onuitputtelijke bron van verbinding en verbredening voor elke wandelaar.



We hebben met z'n allen in 52 weken van 2023 in totaal 21.424 kilometer gelopen. Laten we in 2024 proberen de omtrek van de aarde te lopen. Hoe mooi zou dat zijn.

Centraal staan uiteraard de reizen in Turkije. Hieronder een kleine opsomming van alle routeverbeteringen die we in 2023 hebben aangebracht. Niet in cijfers weer te geven, maar daar komen nog bij, het plezier, de ervaringen en de enorme verrijking die het ons gebracht heeft.





150 km extra bewegwijzerd,
Sufi Trail, Turkije

800 wandelstickers geplakt,
Sufi Trail, Turkije

1000 fietsstickers geplakt, Sufi
Trail, Turkije



Wandeljaar 2023 stond in het teken van het element water. Tijdens de Wandelkaravaan liepen we 38 dagen in de regen. Maar niet dat dit ons ook maar enigszins tegenhield. Er werden bruggen gebouwd, over wegen die rivieren waren geworden en de poncho was onze beste vriend. Zonder mokken hebben we 40 dagen onze nodeloze tenten tot aan Konya meegesleept. Je kunt er in de tweede uitgave van Veertig alles over lezen. Onze Jeannette heeft er prachtige verhalen over geschreven.

Na regen komt zonneschijn en dat was ook echt zo. In de herfst, tijdens onze fietskaravaan, hadden we

onafgebroken prachtig weer. Elke dag 20 graden, zon en een spectaculaire natuur. De Fietskaravaan, Sufi Trail, Turkije loopt eigenlijk verder dan Konya. Je kunt doorfietsen tot Hatay. Zodoende fietsten we met ons gezelschap na Konya nog een stuk op de Mecca Trail. Deze loopt door, zoals de naam al suggereert, tot aan Mecca. Inshallah komt er vrede na de crisis, net zoals er regen komt na zonneschijn.



We hadden weer het voorrecht om fietsers te ontmoeten en voor het eerst een fietsteam te hebben. Daarbij werd ons materiaal ook weer uitvoerig getest. Niet met regen zoals tijdens de wandelkaravaan, maar met materiaalpech. Een ploeggenoot heeft welgeteld 20 lekke banden gehad en een verbogen voorvork. Dit heeft ons als team echter alleen maar meer bij elkaar bedracht. Niet in het minst dankzij onze



held Mehmet, die geduldig blijft in alle omstandigheden.

Zoveel avontuur beleef je alleen, als je je comfortzone thuis opoffert. Dat doen we echter maar al te graag. In de comfortzone is het namelijk ook niet altijd even rustig. Vooral ook op onze dinsdagen zijn we druk. De OpenStreetMap moet worden bijgewerkt, er moeten kaarten worden gemaakt voor de boeken, terwijl het mediateam zich bezighoudt met promotieactiviteiten. Een enorme klus die zijn dankbaarheid toont door de prachtige resultaten. Het hart van de zaak kan je wel zeggen. Wij zijn dan ook onnoemelijk blij met het kaartenmakersteam en de vrijwilligers op kantoor. De donderdagdagen zijn mijn favoriet. Dan doen we de administratie voor beide stichtingen en zijn we gezellig samen op kantoor.



Terugblikkend op het jaar, viel er ook weleens wat in scherven. Vrijwel tegelijk met het nieuws over de aardbeving, ontvingen wij een pakket uit Konya met gebroken Sufi's. Kunstzinnig gegoten poppen van polygips. Verhaal halen bij de koerier liep op niets uit, repareren kwam er niet van en toen... kwam het engeltje Merel. Geduldig en artistiek als ze was, repareerde ze alle Sufies terwijl wij het





Taurusgebergte over fietsten. Hoe mooi is het om te zien dat tegen het eind van het jaar alle poppen weer hun ziel terug hadden. Merel, dankjewel. Onze blijdschap is met geen pen te beschrijven.

De inspiratie die Sufi brengt, wordt gevierd in vele vormen. Wat te denken van een gehaakte Sufi? Het was door het oog van de naald, maar dankzij Lucia hebben we er een neiuw Sufikindje bij. Het is een zeer exclusieve oplage van Sufi met een Heiloo kaartje in zijn knapzak. Het popje is slechts 10 cm hoog en superschattig. Een heus monnikenwerk, als je het mij vraagt. Nou, en als klap op de vuurpijl kwam Rob met een 3D Sufi. Ook zo superschattig en eveneens 10 cm hoog. Tot nu toe is er maar een exemplaar van. Exclusiever kan niet, alhoewel het natuurlijk wel al een grote broer had, die model voor hem heeft gestaan.

Ook dit jaar was er een reünie met deelnemers van de wandelkaravaan. Voor de gezelligheid natuurlijk, maar tevens een goed excuus om de Cay machine van Noëlle te testen. Noëlle is de dagvoorzitter en wat was het een prachtige samenkomst en met de meest heerlijke hapjes. Verder is er nog het schitterende boek van Hugo en Heleen en zoveel andere mooie dingen die niet met woorden te beschrijven zijn. Het samenkomen is een wonderlijk iets en heeft een prachtig rimpeleffect. De reünie voelt als een bron van veiligheid, vrolijkheid en liefde die je telkens weer even kunt bezoeken. Met groot dank ook aan al die Haute cuisine makers. Het was zo uitgebreid dat we geen tijd meer hadden voor een wandelingetje.

Naast de dagvoorzitter Noëlle en het superteam met Fikri en Leni, en natuurlijk Mehmet zijn er ook op de Sufi Trail in Turkije 3 nieuwe stempelposten,



Hakan Karabaşoğlu vlak voor Günüören, Kerem Er in Sarıcaılyas en Gülnaz Topak in Ağlarca,

Een groter cadeau dan elkaar tegenkomen, talent delen, kennis uitwisselen en samen met de vele vrijwilligers een nieuw geheel creëren. Ook afgelopen jaar hebben we het geluk gehad veel nieuwe vrijwilligers te mogen omarmen. Want zonder vrijwilligers is er geen stichting en is er geen pad. De essentie van ons bestaan, hangt toch echt af van jullie bijdragen.

Meer dan 200 wandelaars mochten wij ontmoeten via de Wandelsite, Het St.-Jacobs Genootschap en de Belgische kerk. Ook op de ledendag van het Genootschap in Deventer was het een feest om met zulke grote getale bij elkaar te zijn. Het was weer een mooi evenement om bij te wonen. Voor, door en met elkaar.

Het eerste kunstboek en de tentoonstelling van Roelant Meijer ging dit jaar over de Sufi Trail. Dit oversteeg echt onze droom. En wat voor een kunstenaar. Alle projecten van Roelant Meijer zijn even indrukwekkend, maar wat we dit jaar mochten meemaken is met geen pen te beschrijven. Ik zou zeggen neem een kijkje bij 'de stille kracht van de eeuwigheid'. Het is een ervaring op zich.

Ook verschenen we in dagblad Trouw. Dankzij de liefdevolle bijdrage van Mella Fuchs en onze wandelaars kwam de Drie Bronnen pelgrimsroute in een landelijk dagblad! Wie had dat ooit gedacht? Het werd een prachtige herfst. Niet alleen door het krantenartikel, maar mede ook dankzij de Academisch erkenning en onderzoek van de Universiteit van Malta en Pennsylvania voor onze routes.

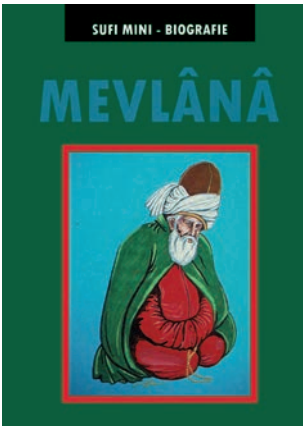
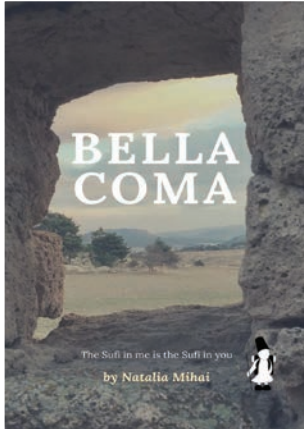
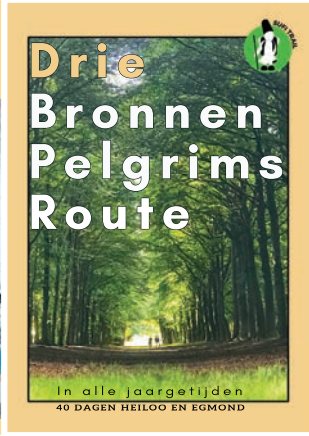
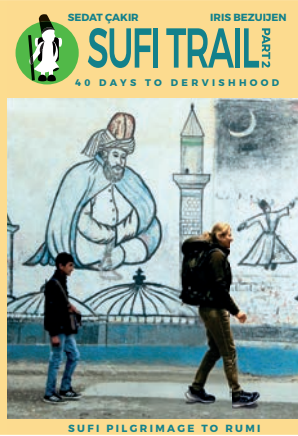
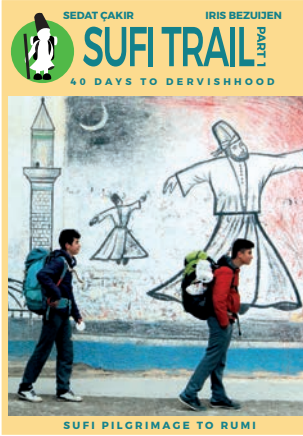
We zagen onze 40tigers groeien, voor nu en aankomend jaar. John zei het tactvol, "Marcel heeft ook dit jaar de 100 net niet gehaald".

Dan nog een klein kijkje achter de schermen van technische aard. Onze websites en domeinen moesten verhuizen. Hierbij zijn we dan aangekomen bij ons volgende dankwoord. Dit gaat naar Ibrahim van IBO die sinds het begin van de stichtingen de hosting en domeinen heeft gesponsord. Dank jullie wel allemaal voor een prachtig jaar. Voor nu wil ik graag afsluiten met een kleine noot over de duistere tijden die hoogtij vieren. Er is geen eind, alleen oneindigheid.









Sufi Trail wandelkaravaan

Istanbul



2024 3 mei - 13 juni

2025 2 mei - 12 juni

www.sufitrail.com



"Pelgrimer mee naar Rumi"



Een unieke mogelijkheid om mee te wandelen met de route makers van de Sufi Trail in Turkije.

We starten in Istanbul en wandelen over de Sufi Trail naar Rumi in Konya.

Overnachtingen: Kleinschalige accommodaties, home-stays en (wild)kamperen, dus neem je eigen tentje mee. In overleg wordt accommodatie geregeld.

Bagagevervoer: wordt geregeld, dus je wandelt alleen met een dag rugzak. Minimale aantal dagen dat je mee kunt wandelen is 10 en maximaal 40.

Er kunnen dagen zijn waarop we markeringen zullen aanbrengen (wit-rood) om zo de route te markeren voor de pelgrims achter ons.

Laat het Westen thuis en geniet van de oude oosterse pelgrims traditie om samen te pelgrimeren.

Laat de lente in je bloeien door het bijzondere Turkije, Rumi wacht op je! wandelkaravaan data, noteer in je agenda

2024 3 mei - 13 juni

2025 2 mei - 12 juni

Tijdens onze wandelkaravaan draagt iedere deelnemer mede verantwoordelijkheid voor het goede verloop van de tocht. Heen- en terugreis boek je zelf.

Je bepaalt zelf hoe je wilt overnachten, wat en waar je wilt eten en betaalt naar evenredigheid mee aan gemeenschappelijk kosten, uiteraard allemaal in goed overleg.

Je krijgt de beschikking over de Sufi trail gpx voor zelfnavigatie en ervaren tochtgenoten maken je wegwijs in het gebruik ervan. Je zorgt zelf voor een goede reisverzekering.

Voor informatie en aanmelding:
www.sufitrail.nl & www.sufitrail.com
sufitrail@gmail.com
06 440 447 90
schroom niet om ons te bellen



Egmond
aan ZeeEgmond aan
den HoefYâ Nasieb!
Kijk nou
wat er
voor mij
is bedoeld!

Rinnegom



Adelbertusput

Loba
klooster

Abdi van Egmond

Egmond
BinnenWillibrorduskerk
LabyrintRunxput
GenadekapelJuliana
kloosterPaal
CirkelWitte Kerk
WillibrordusputKatten
bergOase van rust
LabyrintWillibrordusterrein
Cultuurkoepel

3

40 Dagen
Heiloo en
Egmond

Bronnen Pelgrimsroute



Veertig dagen pelgrimeren



In Heiloo is de Drie Bronnen Pelgrimsroute en deze is ontstaan doordat dit het oefenrondje was voor Turkije. Toen we in 2020 thuis moesten blijven is de Drie Bronnen Pelgrimsroute geïntensiveerd en kwam er het idee om herhaling uit te diepen en **40** keer dezelfde ronde te lopen zodat we toch aan de afstand kwamen van de Sufi Trail in Turkije. Sindsdien lopen we elke zaterdag vanuit het station Heiloo en genieten van de kracht van herhaling en uiteraard de gezelligheid die met elkaar en de mensen aan de route hebben opgebouwd. Er zijn heel wat bijzondere stempels te verzamelen in je belevingsdagboek, voor elke dag geven we affirmatie tekst mee en na elke 10 rondes tot aan 40 word je beloond met een bijbehorend embleem.

Elke zaterdag vertrekt om **9.58** een groep pelgrims vanuit station Heiloo om de Drie Bronnen Pelgrimsroute van de Sufi Trail te lopen.

52 zaterdagen per jaar alle seizoenen door weer en wind. De pelgrimswandeling gaat altijd door of het nou sneeuwt, regent, hagelt, stormt of heet is.

Er is altijd begeleiding vanuit de stichting of door ervaren mede pelgrims.

De wandeling is **gratis** net als de (oplos)koffie, thee en prachtige stempels. Optioneel kun je ook met je pelgrimsdagboek lopen om je stempels en 40 pelgrimsdagen mooi in te bundelen.

Meer informatie: www.sufitrail.nl
www.driebronnenpelgrimsroute.nl

Sufi Trail agenda

Loop & fiets met ons mee!

2024

Reizigers verhalen dag 20 april

Wandelkaravaan 3 mei - 13 juni

Fietskaravaan 27 september - 23 oktober

30 september Geboortedag van Mevlana Rumi

17 december Rumi herdenkingsdag

21 december Yalda Nacht van de geliefde, de kortste nacht

24/25 december Kerstmis

2025

Wandelkaravaan 2 mei - 12 juni

Fietskaravaan 26 september - 24 oktober

2026

Wandeling Heiloo

Elke zaterdag 9:58 op station Heiloo, gaat altijd door weer of geen weer

Meer informatie op sufitrail.nl of driebronnenpelgrimsroute.nl

Wandelen met Linda

Meerdere data.

Meerdere data. Meer informatie op www.wandelenmetlinda.nl

Contact

Iris Bezuijen: +31 6 440 447 90

Sedat Çakır: +31 6 508 90 696





De meeste mensen hebben moeite met het starten van nieuwe en innovatieve ideeën en stoppen daardoor voordat ze überhaupt begonnen zijn. Het is jammer, door vroegtijdig stoppen sneuvelen vele prachtige ideeën en idealen.

Hoor je bij de gelukkige die het wel aandurven om een idee uit te voeren dan opent zich een nieuwe dimensie voor je waardoor je instant een blij gevoel krijgt en dat alle zintuigen samenspannen om het tot een goed einde te brengen.

Een idee om een langeafstandsroute zoals de Sufi Trail te wandelen of te fietsen maakt je blij, maar pas op voor de valkuilen die er op je weg komen.

Je gaat op zoek naar informatie. Wat heb ik nodig? Hoe moet ik lopen/fietsen? Waar vind ik de informatie die ik nodig heb? Bezienswaardigheden onderweg, thema van de route die je wilt wandelen/fietsen. Is het veilig? Waar kan ik pinnen? En de lijst met de vragen wordt op een gegeven moment eindeloos en misschien ook niet meer te volgen.

Wat doe je dan? Je gaat eens vragen bij je vrienden, kennissen en op fora op internet. Je krijgt mooie verhalen te horen, maar ook horrorverhalen. Op een gegeven moment maak je een keuze wel of niet doen.

En als je kiest om te gaan en je hebt tegenslagen onderweg, hoe ga je ermee om. Je merkt onderweg dat er een oplossing is voor de tegenslagen die je ondervindt en je leert dat die eindeloze lijst met problemen die je thuis hebt bedacht er eigenlijk niet zijn.

Heb je een droom, ga ervoor. Wees creatief met het oplossen van de problemen onderweg. Wees lief voor jezelf en voor een ander. Maar vooral, blijf doorgaan.

Sedat











ISSN 2944-644X



9 772949 950005 >