

## WANDELEN IN FRAGMENTEN

### Zorgeloos en onbeperkt genieten

*Nog steeds leidt door Frankrijk een aantal oude pelgrimswegen langs een reeks kloosters en heiligdommen naar het Spaanse Santiago de Compostella. Tegenwoordig wordt de route weer door velen gelopen, weliswaar eerder uit toeristisch, cultuurhistorisch of sportief dan uit devoot oogpunt. Twee collega's zijn op weg naar Compostella. Niet in één keer, want zoveel overgebleven vakantiedagen hadden ze nou ook weer niet op te maken dit jaar. Weliswaar zonder Jacobsschelp op hun hoed en zonder palster (de traditionele pelgrimsstaf), maar wel gewapend met kaart of kompas. En te voet, ieder jaar de weg naar Compostella stukje bij beetje veroverend. Ook collega Jan heeft er al heel wat wandelkilometers op zitten, met als bestemming: Nice, aan de Franse Côte d'Azur. Vandaaruit hoeft zijn stappenteller nog maar ongeveer 750 kilometer naar het 'achterliggende' doel te registreren: Rome. Wat beweegt hen, welke wegen gingen zij tot nu toe, hoe bereiden ze zich voor, met welke indrukken komen ze terug? Een impressie van hun ervaringen.*

Pelgrims uit de noordelijke en oostelijke streken van Europa volgden van oudsher een drietal routes: een route vanaf Parijs over Orléans, Cléry, Tours, Poitiers, Saintes en Bordeaux; een route vanaf Vézelay over Bourges, Saint-Léonard, Périgueux en Saint-Séver; en tenslotte een route vanaf Cluny over Le Puy, Conques en Moissac. Waren ze Col-de-Size bij Ostabat in Frans Baskenland en de pas van Roncesvalles in de Pyreneeën eenmaal overgestoken, dan volgden de pelgrims de weg via Pamplona en Leon die als 'Camino de Santiago' (met Puerta de la Reina als beginpunt) de geschiedenis is ingegaan. Pelgrims uit zuidelijke streken volgden vanaf Arles een route over Saint-Gilles, Saint-Guilhem-le-Désert, Toulouse en Saint-Gaudens en trokken de Pyreneeën over bij Port-de-Jaca.

Kees is drie jaar geleden met zijn broer in Chartres begonnen en liep toen tot Tours. Het jaar daarop volgde Tours-Poitiers en afgelopen zomer bereikten zij Saintes. De volgende etappeplaats is Bordeaux en daarna liggen de eindeloze bosgebieden van Les Landes vóór hen.

Jacques startte dit jaar met zijn vrouw en diens vriendin in 's-Hertogenbosch en bereikten in het weekend na de personeelsdag het Zuid-Limburgse Eijs (bij Maastricht). In het najaar lopen zij verder richting Visé/Luik, om vervolgens tijdens het kerstreces dieper België en waarschijnlijk Frankrijk in te duiken, op weg naar Vézelay.

Jan en zijn vrouw hebben gedurende de afgelopen jaren al vele kilometers afgelegd in eigen land: behalve een aantal rondwandelingen in Brabant liepen ze het *Pelgrimspad* (264 km.) naar Visé en de Brabantse Kempen- en Vennenroute (van 's-Hertogenbosch naar Valkenswaard). Op zondagen 'doen' ze momenteel het 480 km. lange Pieterpad (van Pietersberg naar Pieterburen) en hebben op deze route inmiddels Ommen bereikt. Deze zomer liepen ze vanuit Visé verder langs de Ourthe-vallei naar La Roche-en-Ardenne en vandaaruit naar de Frans-Belgische grens. Nice is (althans voorlopig) hun einddoel. Jan: "Eigenlijk zagen

we een beetje op tegen een route, die door vele anderen gelopen wordt. Zeker het laatste stuk naar Santiago de Compostella betekent: lopen in processie. Dat willen we liever niet; daarom doen we bijvoorbeeld ook niet mee aan de Nijmeegse Vierdaagse. Wij lopen om samen te genieten van de natuur en het landschap." De wonderlijke pelgrimstocht van Herman Vuijsje (hij liep de route in omgekeerde richting, van Santiago naar Nederland) spreekt Jan wel aan, maar zou toch wel op een aantal praktische bezwaren stuiten...

### **Enthousiast op pad**

Het wandelen zit Jacques al van jongsafaan in het bloed: er gaat ook nu geen dag voorbij dat hij geen wandeling maakt. "Je kunt het zien als een soort basisbehoefte, zoiets als een noodzakelijke zuurstoftoevoer, een automatisme. Zelfs in mijn studententijd ging ik na de kroeg nog altijd even een wandelingetje maken", zegt hij met een lichte twinkeling in zijn ogen. Gouden tijden, flipt het ondeugend door me heen, en met relatief weinig alcoholcontroles toen nog goed te doen ook.

Een jaar of twee geleden - na een aantal wandeldagtochten - groeide het plan om een lange-afstands-wandeling te gaan maken. In de bibliotheek viel Jacques's oog op het onlangs geopende *Pelgrimspad*, met startplaats 's-Hertogenbosch. "Zo begonnen we dus op een warme zomerse dag 's morgens om acht uur aan onze tocht. Rugzakje mee met wat proviand, en zonder al te veel planning op pad. Het was een fantastische en verrassende ervaring om te ontdekken hoe je vanaf het station in 's-Hertogenbosch via onverharde wegen en onverwachte plekjes het Brabantse land met heel andere ogen kunt bekijken. Dat was echt een Aha-Erlebnis, en al die eerste dag kregen we de smaak goed te pakken en merkten we dat we het écht leuk vonden." De dagmarsen werden geleidelijkaan wat langer, mede vanwege het professionele schoeisel waarmee zonder al te veel moeite 20-25 kilometers worden afgelegd. Spontane gedachten aan Santiago de Compostella als reisdoel, min of meer als grapje bedoeld, namen steeds vastere vorm aan. En nu ze inmiddels gedrieën in Eijs zijn aangekomen, weten ze het zeker: ze gáán er voor!

### **Richting Compostella**

Ook Kees (49) en zijn broer (61) gáán er voor. "Richting Compostella", is het antwoord wanneer ik hem vraag wat hun reisdoel is. *Richting Compostella?* "We begonnen vanuit de romantische gedachte: we gaan door tot we er zijn! Maar op de manier zoals wij - ouwe kerels - dat doen, halen we dat natuurlijk nooit. Waarom niet? Omdat de afstand thuis-startplaats uiteraard steeds groter wordt, neemt zo'n tocht in zijn geheel teveel (vakantie)dagen in beslag; en dat kan ik ten opzichte van het 'thuisfront' niet maken. Romantiek moet dus plaats maken voor realisme, en daar hebben we vrede mee. Doorgaans lopen we 5 à 6 dagen, 30 tot 35 kilometer per dag. Dat vinden we voldoende en dat kunnen we ook gemakkelijk aan. Het is goed mogelijk dat we slechts totaan de voet van de Pyreneeën lopen, en in de komende jaren weer een andere pelgrimsroute oppikken. We lopen immers voor God en het vaderland, en op de allereerste plaats voor ons eigen plezier."

### **Pendelen tussen begin- en eindpunt**

Jan en zijn vrouw lopen per dag zo'n vijf à zes uur, 25 à 30 kilometer. Ondanks een viertal varianten voor de 'aan- en afvoerroute' zijn ze nog steeds op zoek naar een goede methode: "De eerste mogelijkheid is rijden met twee auto's, maar dat vinden we eigenlijk een beetje a-sociaal en niet zo milieu-vriendelijk.

Mogelijkheid twee: de fietsen meenemen op de auto (voor geïnteresseerden: bij aankomst auto parkeren bij eindpunt, terugfietsen naar beginpunt, lopen, met auto terug). Derde scenario: auto stallen bij beginpunt en met openbaar vervoer terug. Zeker op zondagen is dat wel eens lastig, omdat de busdiensten dan niet zo frequent zijn. Heel aantrekkelijk, zeker als je enkele dagen achtereen wilt wandelen, is de vierde manier: samen met een bevriend echtpaar, ieder met eigen auto en caravan. Mogelijkheden genoeg dus, maar overal zitten haken en ogen aan. We hebben dan ook nog geen methode gevonden, die als 'de beste' kan worden aangemerkt."

### **Smokkelen of niet?**

Kees en zijn broer lopen niet elke meter van hun weg. Het binnenkomen en uitlopen van een stad is vaak niet alleen een hele klus, maar neemt ook veel tijd in beslag. Daarom nemen ze wel eens een stukje de bus. Saaie stukken slaan ze bij voorbaat over. Les Landes bijvoorbeeld: het is bekend dat pelgrims in deze dunbevolkte streken in vroeger tijden nogal eens de hongerdood te wachten stond of er door rovers werden overvallen en uitgeschud... "Het moet wel leuk blijven", vindt Kees. Jacques daarentegen 'smokkelt' nooit: "We beschouwen het als een soort erecode om de gehele route te lopen, daar zijn we heel star in!" Omdat ze ook wel eens een bergetappe wilden lopen, sloegen Corrie en Jan dit jaar een stuk van de route over en verorberden een stukje Vogezen. "Maar we zijn vast van plan het ontbrekende stuk nog in te halen", voegt Jan er gewetensvol aan toe. In de bergen merkte hij overigens, dat zijn stappenteller - normaal perfect afgesteld - van slag raakte: tijdens het klimmen worden je passen immers veel kleiner! De Fransen hebben daar al lang wat op gevonden: ze geven de loopafstanden gewoon in uren aan... Simple, n'est pas?

### **Goede voorbereiding**

Kees en zijn broer bereiden hun wandeletappes altijd goed voor. "In de vroege lente bekijken we eerst óf we gaan, waar we de draad weer opnemen en waar we ons op richten. Als we besloten hebben te gaan, kopen we een aantal kaarten en stippelen we in grote lijnen het traject uit. Verder lezen we in allerlei reisgidsen nogal wat over het traject dat we willen afleggen. We vinden het immers jammer achteraf te moeten constateren dat we een interessante bezienswaardigheid op de route hebben gemist. De belangrijkste zaken die we in ieder geval vooraf willen weten, zijn: kunnen we in de vertrekplaats onze auto fatsoenlijk stallen en is er een station, en in welke plaatsen kunnen we overnachten."

Wat ze meenemen? "Ieder jaar steeds minder", zegt Kees heel beslist. "Het belangrijkste is een gemakkelijke rugzak, goede wandelschoenen en schone sokken. En verder: ondergoed, wat reservekleding, toiletpullen en pleisters. Je hebt feitelijk heel weinig nodig en we stellen daaraan ook niet veel eisen." Ook Jan en Corrie weten precies wat ze moeten meenemen in hun rugzak: heel

weinig. "Afhankelijk van het weer - we luisteren altijd goed naar de weersvoorspellingen - trekken we aangepaste kleding aan en nemen wat reservekleding mee. En verder: enkele boterhammen en een stukje fruit, muggenspul en zo."

### **Wandelen over historische wegen**

Wat beweegt deze wandelaars om zo'n lange afstandswandeling te ondernemen? Is het de sportieve prestatie, het avontuur en de uitdaging, verlangen naar rust een eenvoud, of...?

Jacques: "Welbeschouwd is er voor mij geen directe aanleiding geweest om zo'n tocht te beginnen. Het heeft eerder te maken met het terug willen gaan naar de basis, een sobere levensstijl, aandacht voor de simpele dingen in het leven, terug naar het menselijke tempo. Ik zie het dan ook zeker niet als een sportieve prestatie of meegaan met een modetrend. Op zich is het wandelen doelloos, maar je moet wel een doel hebben waar je op kunt richten. Santiago - en dat had bijvoorbeeld ook Rome kunnen zijn, of een oord in Scandinavië - zal wellicht een afknapper zijn, en misschien stoppen we daarom ook wel met het einddoel in zicht... Daarnaast is er het magische, dat van de geschiedenis uitgaat: je loopt op een route waarop miljoenen mensen je zijn voorgegaan en wier blaren je als het ware nog voelt. Daardoor krijgt zo'n route een zekere 'heiligheid'. 'Heilig' dan niet in de vrome betekenis van het woord, maar in de authentieke betekenis van het Latijnse 'religare': 'je verbonden weten met'. En dan loop je nét ietsje anders dan door de Flevopolder." Waarmee Jacques overigens het wandelen in eigen land op geen enkele manier wil onderwaarderen: Nederland is, naar zijn stellige overtuiging, een schitterend en bijzonder afwisselend land, waar heel wat moois te ontdekken valt als je er oog voor wilt hebben. Iedere route is in elk seizoen weer anders, en daarvan kun je eigenlijk onbeperkt genieten.

### **Wegdromen met je gedachten**

"Soms denken we wel eens: waarom doen we dit allemaal?" zucht Jan. "Als je moe bent en blij dat je dagmars erop zit, wil je dit soort gedachten wel eens hebben. Maar altijd overheerst eigenlijk het weldadige gevoel: we hebben het toch maar weer voor mekaar, kijk eens wat 'n eind we vandaag hebben gelopen!" De kick van het wandelen, zou je het misschien kunnen noemen. Een klein 'dagboekje' houdt de herinneringen vast: enkele impressies, hoeveel kilometers en uren gelopen, wat voor het weer het was, en... voor iedere wandeling geven ze een cijfer. Jan's kwaliteitszorg kent geen grenzen en strekt zich tot ver buiten onderwijsland uit.

Voor Jan zit het aantrekkelijke van lopen vooral in het feit, dat je heerlijk met je gedachten alleen kunt zijn. Lekker wat wegfilosoferen, over van alles en nog wat. "Dat werkt heel bevrijdend. Je bent weg uit de jachtige sfeer van alledag en op menselijke maat bezig. Je voelt je één met de natuur. De mensheid heeft zich miljoenen jaren lopend voortbewogen en zeg nou zelf: we zijn toch eigenlijk niet gemaakt om met een snelheid van 120 kilometer voort te razen? Bovendien heb je samen uitgebreid tijd om te babbelen en te genieten van de natuur, ieder op eigen wijze. Soms lijkt het net, alsof je een heel stuk hebt overgeslagen, zó

intensief kun je soms wegdromen, terwijl de automatische piloot gewoon zijn werk doet. Tijdens het wandelen beleven we de wereld héél anders en staan we er niet zelden versteld van, hoe mooi Nederland eigenlijk is: schitterende dorpjes, landerige zandweggetjes met karresporen, oneindig veel groen..."

### **Lopen... en genieten**

Kees noemt twee motieven van heel verschillende aard. "Het eerste motief heeft te maken met het verlangen om eens in je leven zo'n tocht te maken. En niet vanwege de sportieve prestatie, want we hoeven onszelf of anderen niets te bewijzen. Wat mij vooral aanspreekt, zijn de verhalen en reisbeschrijvingen die je er over leest en hoort, de interesse voor het verleden en de belevenis om over een eeuwenoude route te lopen, het avontuurlijke, het ongewisse, genieten van de kleine en eenvoudige dingen... We beseffen dat we een route lopen, die een historische betekenis heeft en waarop veel interessante dingen te bekijken vallen. Het gaat ons niet om het doel, maar vooral om de tocht erheen." Het tweede motief is van geheel andere aard. Twee jaar geleden overleed Kees' oudste broer. "Mijn op een na oudste broer (met wie ik dus wandel) en ik zijn heel intensief bij dit overlijdensproces betrokken geweest. Dat schept een speciale band; het overlijden van mijn oudste broer vormde een soort omslagpunt, een moment waarop we uiteindelijk beslisten om op weg naar Santiago te gaan. Vooral het eerste jaar hebben we onderweg heel veel over mijn overleden broer gesproken. Dat had iets louterends, iets bevrijdends. En verder praten we tijdens onze wandeltochten honderd-uit over onze gemeenschappelijke interesses: geschiedenis en cultuur, ons werk, thuis en familie, actualiteit, de dingen die je bezighouden, de vragen van het leven. Stof genoeg dus en alle tijd, want je hoeft maar één ding te doen: lopen!" En móchten ze eens uitgepraat zijn - hetgeen niet vaak voorkomt - en honger hebben gekregen, zijn ze niet te beroerd om als een stel kwajongens enkele fruitbomen te ontdoen van enkele sappige vruchten, want het is toch "goddelijke zonde om al dat lekkers te laten hangen!" Een kleine Augustinus, zo lijkt het wel; want stond niet in het tweede boek van diens *Belijdenissen* al het vermakelijke verhaal over de perendiefstal? Maar dat verhaal leidt ons wel erg ver af van het pad naar Compostella. Trouwens, over eten gesproken. Tijdens het wandelen leven ze sober: 's morgens een eenvoudig ontbijt, overdag zeker geen bier, maar hooguit een koel glas witte wijn met mineraalwater en een stokbroodje. Na gedane arbeid mogen ze 's avonds graag genieten van een goede maaltijd en een stevig glas wijn. En ademloos luister ik op mijn beurt, hoe ze er met z'n tweeën in slagen moeiteloos vier (4) verschillende pizza's te verorberen. Maar ook dit verhaal leidt ons opnieuw te ver van het pad naar Compostella af. Evenals trouwens Kees' vurige wens, het allermooiste om nog eens te doen, de ultieme pelgrimstocht: naar Mekka!

### **Voor iedereen bestemd?**

Lange-afstands-wandelingen zijn, meent Jacques, niet exclusief voorbehouden aan sportieve types met een grenzenloos uithoudingsvermogen: "Als je gezond bent en in een goede fysieke conditie kan iedereen zo'n lange-afstands-wandeling aan. Als je er niet aan wilt beginnen, zit dat tussen de oren en niet in de benen!"

Voor ieder die overweegt een dergelijke lange-afstands-wandeling te gaan maken, hebben de collega's een aantal praktische tips:

- Als je niet regelmatig wandelt, begin dan tijdig 'in te lopen'. Bijvoorbeeld: vanaf juni iedere dag anderhalf uur in behoorlijk tempo lopen. Je voorkomt er later blaren mee en je benen zitten 'los'.
- Denk goed na over wat je meeneemt: niet teveel, niet te weinig.
- Koop goede wandelschoenen, bijvoorbeeld Nikes Air: een fantastische wandelschoen met luchtkussens. "Alsof je over het wegdek zweeft".
- Neem een assortiment pleisters mee, goede en gedetailleerde wandelkaarten en (als je ermee kunt omgaan) een kompas.
- Als je in bergachtig gebied gaat wandelen: luister van te voren naar de weersvoorspellingen en laat weten waar je heen gaat.
- Hoewel de routes meestal overal goed bewegwijzerd zijn, is het verstandig zo nu en dan de kaart of routebeschrijving te raadplegen, om je ervan te verzekeren dat je 'goed zit'.
- Haast je nooit! Als je gaat jagen, gaat alles fout. Je raakt geïrriteerd, voelt je snel moe en het wandelplezier is dan gauw over.

### **Alleen?**

Geen van de collega's heeft, zo bleek, ervaring met alleen-op-pad-gaan. Jacques, zijn vrouw en haar vriendin lopen met z'n drieën, maar laten elkaar grote stukken de ruimte zodat ieder met zijn of haar eigen gedachten en belangstelling bezig kan zijn, en blijven wel met drieën op pad. Jan: "Het is niet altijd gemakkelijk om met z'n tweeën het goede looptempo te vinden. Dat moet je leren. Daarom lopen we ook wel eens stukken gewoon achter elkaar." Kees: "Als je alleen gaat en de hele route aan één stuk loopt, ga je de confrontatie met jezelf aan en kom je waarschijnlijk anders terug. Twee dingen lijken me toch wel lastig: je hebt niemand om je gevoelens en belevingen mee te delen én er is niemand die je kan corrigeren, aanmoedigen of afremmen. Misschien dat dat op den duur toch wel opbreekt." "En", voegt hij er snaaks aan toe, "hoe moet het trouwens met het jatten van die nectarines, als je niemand op de uitkijk kunt zetten?"