

A close-up, profile view of a woman's face, likely a religious figure, wearing a dark veil. The lighting is warm and dramatic, highlighting her features. The background is a soft, out-of-focus light color.

Pouwel Woldendorp

---

# Zeven smarten en zeven vreugden

retraite met de mystieke weg van Maria

---

# Inleiding



---

Tijdens de paasdagen van 2006 organiseerde deVoorde een retraite: *In het licht van nieuwe ruimte*. De retraite werd gevoed door het boek *Uit vrije wil, oude wegen voor nieuw leven* van Marcel Derkse, inspirator van deVoorde. Hij beschrijft de mystieke weg van de zeven

---

*smarten en de zeven vreugden van Maria*, de moeder van Jezus, een 'blauwdruk' voor menswording. De retraite van de Voorde was een innerlijke pelgrimage die uiterlijk voerde naar Oberzeuzheim, een klein dorp in de buurt van het stadje Limburg bij Koblenz. In een oud bos is deze weg fysiek aangelegd in de vorm van zes kapelletjes en een sober altaar met een kruis.

Ieder kapelletje toont aan de voorzijde een smart en aan de achterzijde een vreugde.

De pelgrim loopt vanaf de eerste smart, *het offer*, zigzaggend langs de overige smarten tot onder het kruis, de plek van de zevende smart, *begraven*. Daar keert zij of hij zich om: deze plek blijkt tevens de plek van de eerste vreugde, *opstanding*, te zijn! De pelgrim daalt af en keert langs dezelfde weg zigzaggend terug langs de overige vreugden tot aan de zevende: *de bekroning*. Van offer tot bekroning: een weg van bevrijding van jouw essentie als unieke mens.

Met behulp van teksten uit het boek van Marcel Derkse en afbeeldingen van kunstenaressen Trudy Visser kun je thuis al mediterend deze innerlijke pelgrimage

volbrengen. Je kunt bijvoorbeeld veertien dagen elke dag een fase van de route gaan. Of eerst een dag langs de smarten en de dag erna langs de vreugden. Houd wel de volgorde van dit e-boek aan: de retraite kent een innerlijke dynamiek. Neem voldoende tijd om iedere innerlijke plaats volledig aan te nemen als deel van jouw weg naar vrijheid, bv. een half uur of een uur.



Voor iedere smart en iedere vreugde vind je hier een kunstwerk van Trudy Visser en twee teksten om mee te mediteren. Een tekst uit de bijbel biedt de context van het lijden en de vreugde van Maria om haar zoon Jezus. Een tekst van Marcel Derkse uit zijn dagboek toen hij in Duitsland de fysieke weg gegaan is, helpt om de dynamiek van iedere fase in

jouw eigen leven op het spoor te komen. Leg na een meditatie voor jezelf vast wat je belangrijkste inzichten en ervaringen waren. Zo ontstaat een reisverslag en toont zich wellicht een rode draad.

Je kunt deze innerlijke tocht zelfstandig volbrengen. Je kunt ook mij vragen om jou als metgezel te begeleiden op [www.thuismonnik.nl](http://www.thuismonnik.nl).

**Goede tocht!**

---

# SMARTEN

---

# 1 Het offer

## De voorzegging van het lijden door Simeon bij het opdragen van Jezus in de Tempel

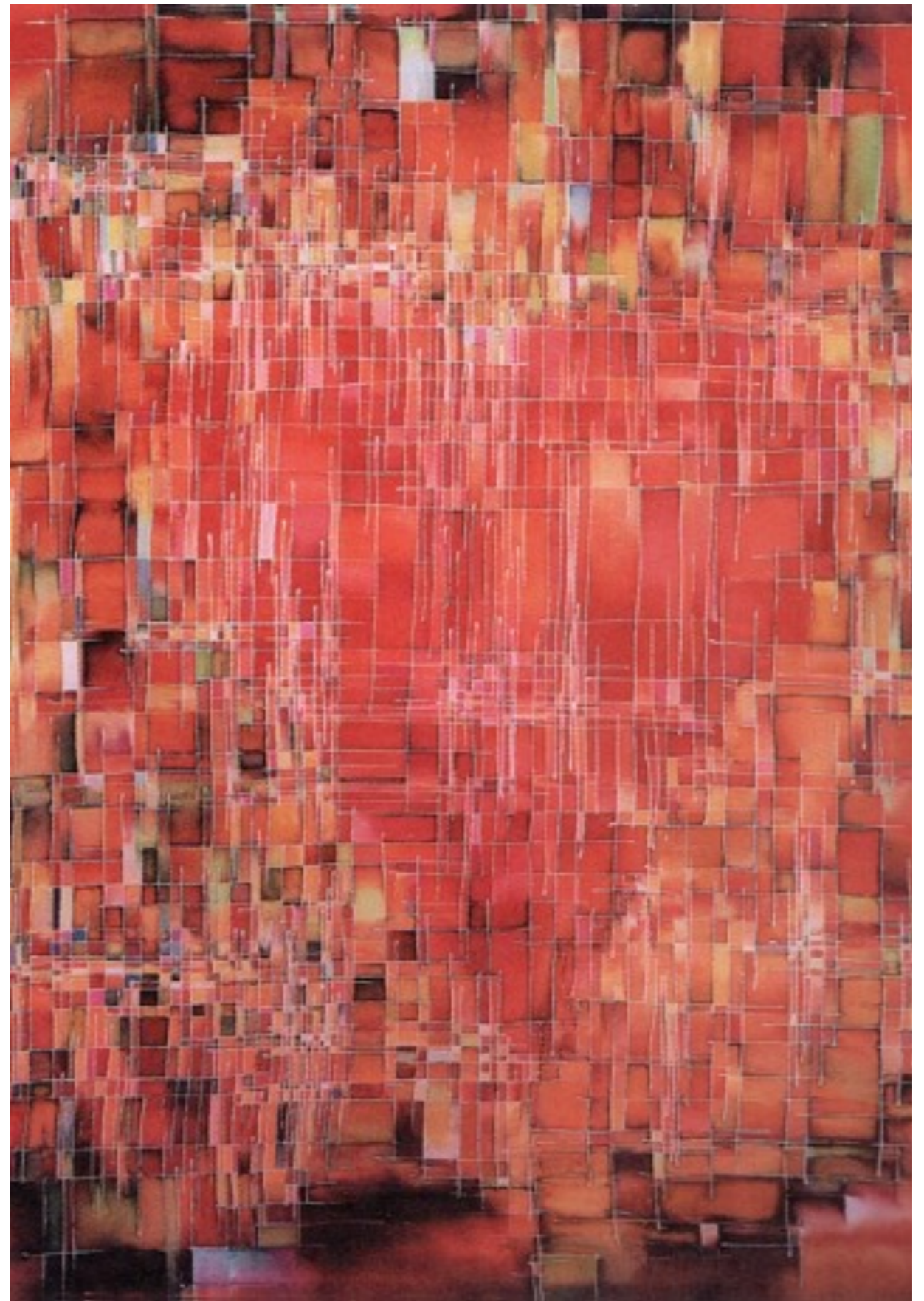
(Lucas 2, 28-35)

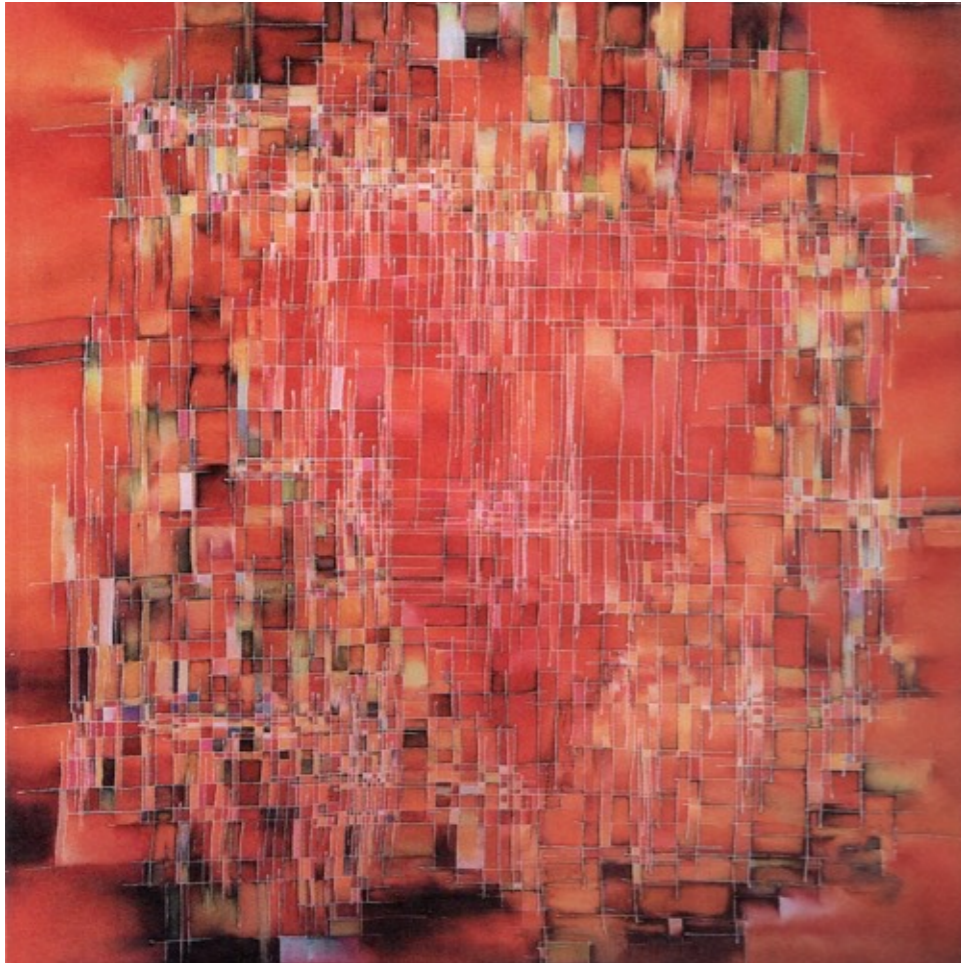
[28] ... nam hij het (kind) in zijn armen en loofde hij God met de woorden:

[29] 'Nu laat U, Heer, uw dienaar in vrede heengaan, zoals U hebt beloofd. [30] Want met eigen ogen heb ik de redding gezien [31] die U bewerkt hebt ten overstaan van alle volken: [32] een licht dat geopenbaard wordt aan de heidenen en dat tot eer strekt van Israël, uw volk.' [33] Zijn vader en moeder waren verbaasd over wat er over Hem werd gezegd.

[34] Simeon zegende hen en zei tegen Maria, zijn moeder: 'Weet wel dat velen in Israël vanwege Hem ten val zullen komen of juist zullen opstaan. Hij zal een teken zijn dat weersproken wordt,

[35] en zelf zult u als door een zwaard doorstoken worden. Zo zal de gezindheid van velen aan het licht komen.'





---

# 1 Het offer

Je leven ter beschikking stellen omdat het goed is.

Het kind in je uit de verborgenheid halen.

De moeder en de vader die hun kind loslaten.

Niet meer iets vast willen houden, om het even wat,  
anders dan in een moment van liefde, dan weer laten gaan.

Het kostbaarste van jezelf geven zonder iets achter te houden.

Zonder reserve durven spelen.

Hier ben ik, meer heb ik niet.

Niet meer willen bezitten om te hebben, maar willen bezitten om te géven.

Daar niet heilig over doen.

Niet overal en zomaar weggeven, alleen waar ontvangen wordt.

Dit vervolgens niet als argument gebruiken, maar om goed te kijken waar je nodig bent.

Je zelfonderschatting opgeven en in het licht gaan staan

en dat als het beste aanbod zien.

---

## 2 De vlucht

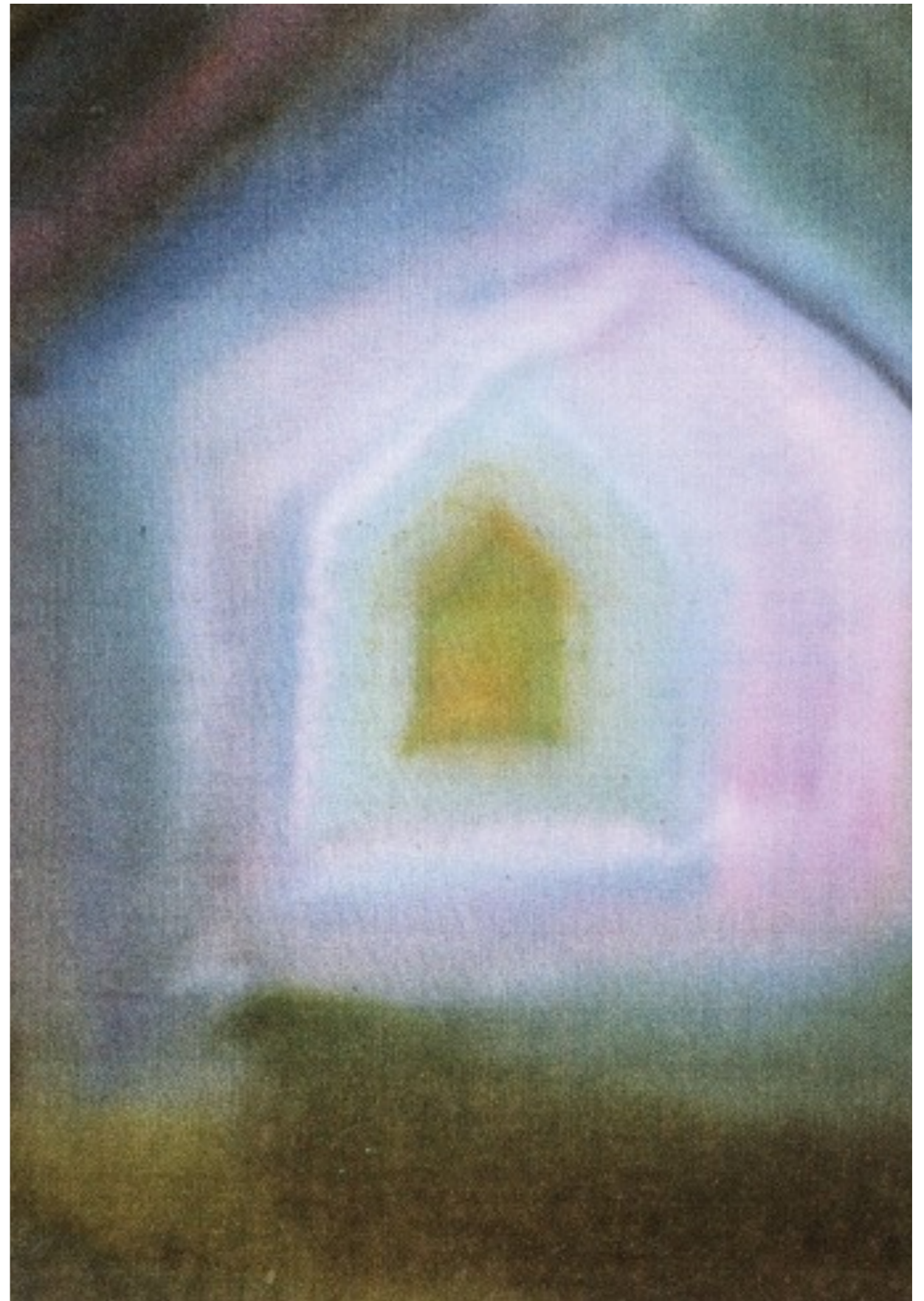
### De vlucht naar Egypte

(Matteüs 2, 13-15)

[13] Nadat zij op die manier de wijk genomen hadden, verscheen er aan Jozef in een droom een engel van de Heer, die zei: 'Maak je gereed en vlucht met het kind en zijn moeder naar Egypte. Blijf daar tot ik je weer roep, want Herodes is naar het kind op zoek en wil het ombrengen.'

[14] Jozef maakte zich gereed en week nog diezelfde nacht met het kind en zijn moeder uit naar Egypte,

[15] waar hij bleef tot de dood van Herodes. Zo moest in vervulling gaan wat bij monde van de profeet door de Heer is gezegd: 'Uit Egypte heb Ik mijn Zoon geroepen.'





---

## 2 De vlucht

Moet onmiddellijk vluchten van wat niet goed is voor mijzelf.  
Compromissen zijn aardig voor politiek, slecht voor mijn leven.

Er zijn krachten die ons van onszelf weg willen houden.  
Krachten in ons en om ons heen die ons onder het maaiveld willen houden.

Een waardig vluchten is een levende oproep en moedige beweging.  
Vaak een voorteken voor hen die tegen beter weten in achterblijven.  
Waardig vluchten voor de dode dood doet degene die leven wil en levend  
sterven wil.

Wie openlijk kiest voor een levend leven wordt een dreiging  
voor alles en ieder die wil handhaven en heersen.

Wij moeten vluchten nu op de ezel van onze persoonlijkheid,  
vluchten voor een omgeving die mij vandaag wil zoals ik gisteren was.

Vluchten is ook weten dat je nog niet gereed bent voor iets.

Vluchten is je voorbereiden om gereed te zijn.

Ik spreek mijzelf moed in, durf te vluchten.

---

# 3 Verloren

## Het verlies van het goddelijk Kind in de Tempel

(Lucas 2, 41-45)

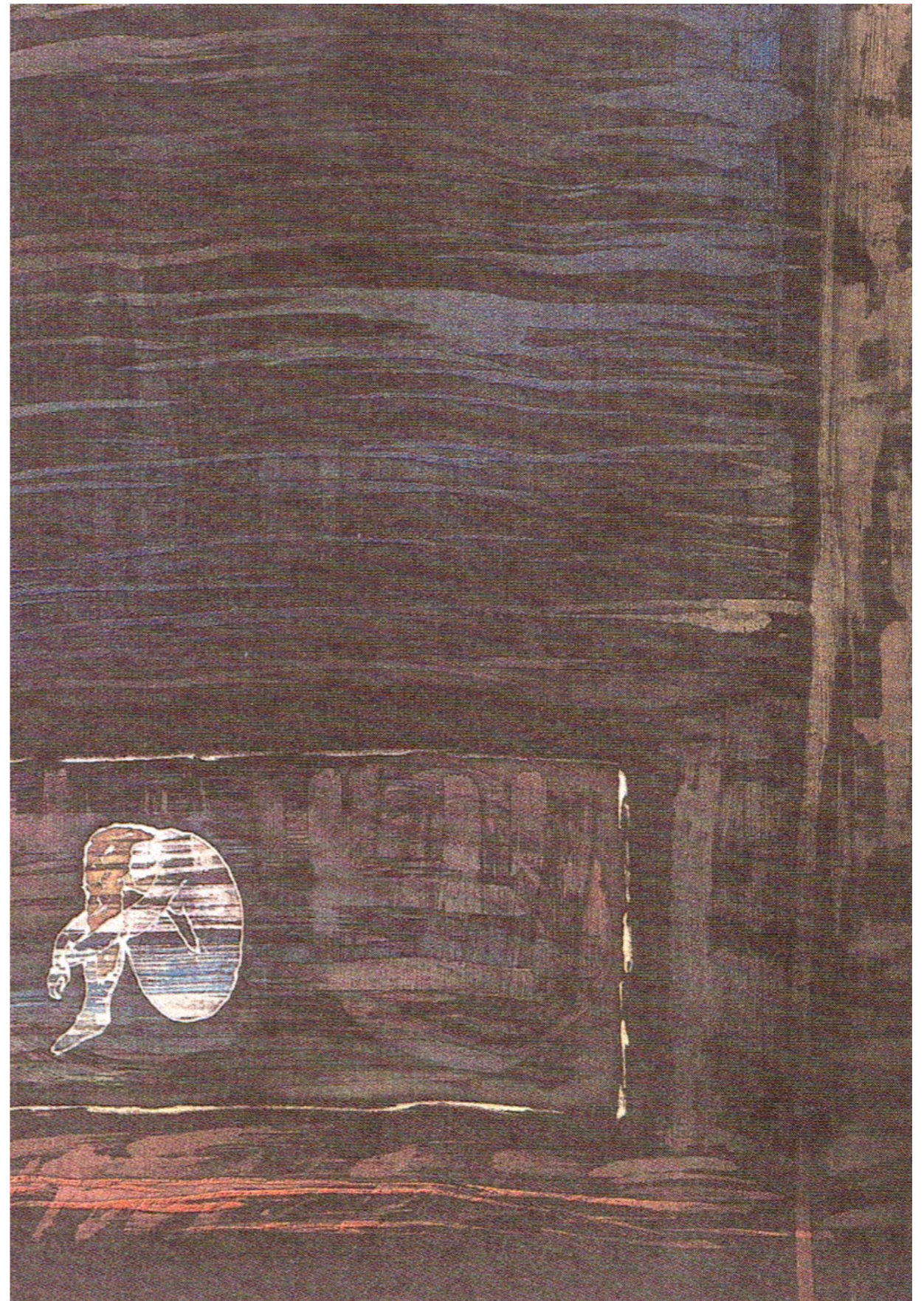
[41] Zijn ouders gingen jaarlijks voor het pesachfeest naar Jeruzalem.

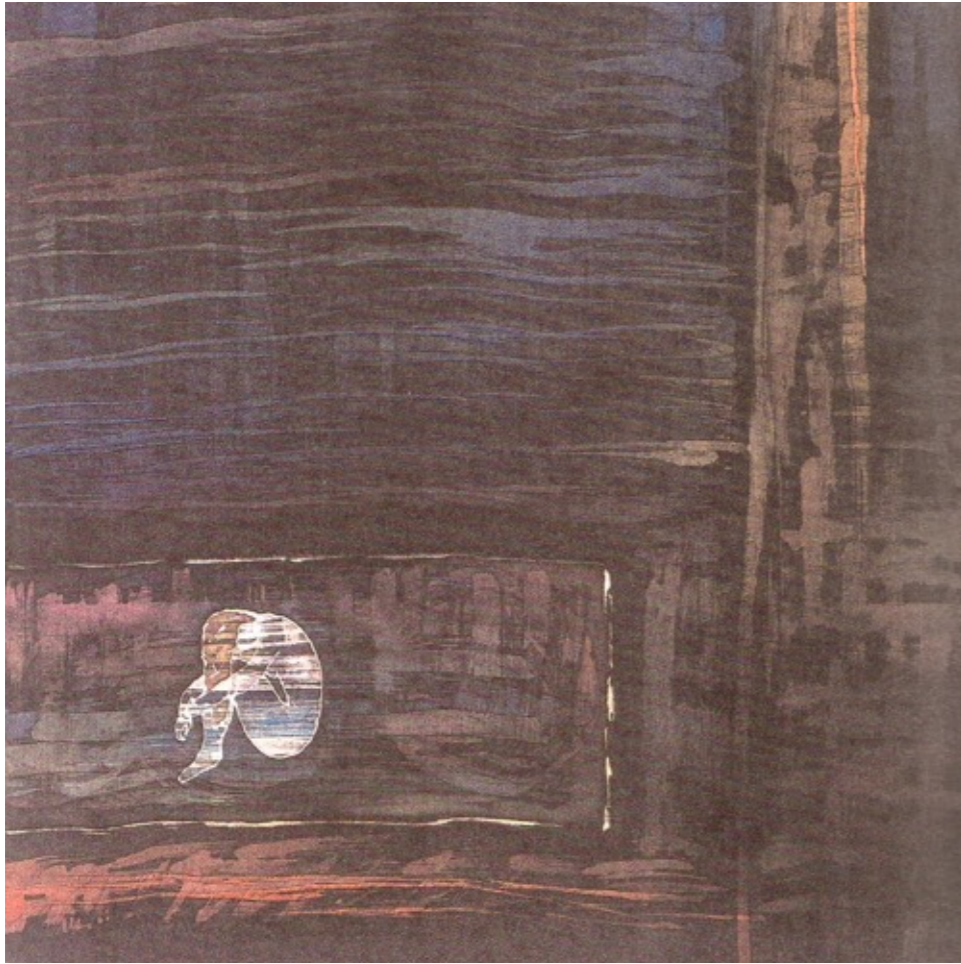
[42] Toen Hij twaalf jaar was, maakten ze weer hun gebruikelijke pelgrimstocht.

[43] Na afloop van het feest vertrokken ze naar huis, maar Jezus bleef in Jeruzalem achter zonder dat zijn ouders het wisten.

[44] In de veronderstelling dat Hij zich bij het reisgezelschap bevond, reisden ze een hele dag voordat ze Hem overal onder hun verwanten en bekenden begonnen te zoeken.

[45] Toen ze Hem niet vonden, keerden ze terug naar Jeruzalem om Hem daar te zoeken.





---

## 3 Verloren

Hier buigen. Verloren geraakt voor de oude wereld.

Ik wil dit ook, telkens weer.

Vandaag kunnen leven is verloren zijn voor gisteren.

Aarzelend zet ik mijn stappen in niemandsland.

Niemand om te helpen. Het bekende is even niet meer vertrouwd voor mij

en ik zoek mijn vertrouwen ergens voor mij in het onbekende.

Naakte waarheden komen aarzelend aan.

Zoeken zich een bescheiden weg in mij om zichzelf duidelijk te maken.

In de nabijheid voel ik mij verloren door het besef van afstand.

Er is meer dat ik niet begrijp, wat ik begreep lijkt weg te vloeien.

Een oude vertrouwde vervreemding komt kalm aanwandelen  
en gaat met een oude lach breeduit zitten op het bankje van mijn hart.

Is verloren zijn in deze wereld een genade of een verzuchting?

---

# 4 De ontmoeting

## Ontmoeting met haar kruisdragende Zoon

(Lucas 23, 27-31)

[27] Een grote volksmenigte volgde Jezus, waaronder veel vrouwen die over Hem weeklaagden en zich op de borst sloegen.

[28] Jezus keerde zich echter naar hen om en zei: 'Dochters van Jeruzalem, huil niet om Mij. Huil liever om jezelf en je kinderen,

[29] want weet, de tijd zal aanbreken dat men zal zeggen: "Gelukkig wie onvruchtbaar is, gelukkig de moederschoot die niet gebaard heeft en de borst die geen kind heeft gezoogd."

[30] Dan zullen de mensen tegen de bergen zeggen: "Val op ons neer!" en tegen de heuvels: "Bedek ons!"

[31] Want als dit gebeurt met het jonge hout, wat zal het verdorde hout dan niet te wachten staan?'





---

## 4 De ontmoeting

Ik weet ineens niet meer of ik dit wel vol kan houden.  
Om te ontmoeten moet ik niet langer zo nodig willen meegaan  
in de wensen en verlangens van deze en gene,  
zoekend naar de erkenning  
die in een voorbij verleden maar niet komen wilde.  
Als ik mijzelf laat zien in wat ik nodig heb en wat ik voel,  
wil de ander dan nog met mij verder?  
Het is een vreemd kruis op mijn rug,  
alsof ik wil ontmoeten door met de ander mee te gaan.  
Mijn hart zegt mij dat ik maar het beste op mijn knieën kan gaan zitten.  
Ik doe het, voelt een beetje belachelijk.  
Er komt net iemand aan, zij zal mij wel gelovig vinden.  
Kan ik mij door die mens ook laten ontmoeten, zonder schaamte?  
Ik kijk op: een oudere vrouw met vriendelijke ogen, ze lacht.  
Ineens zit ik hier op mijn knieën met zijn tweeën, alhoewel zij doorloopt  
naar de waterbron, doet waarvoor ze gekomen is en ik evenzo.  
Het alleen zijn valt van mij af.  
Ik hoor de oudere vrouw zachtjes zingen bij de bron.  
Je hart durven volgen is een wonderlijk ding.

---

# 5 De kruisiging

Jezus sterft aan het kruis (*Stabat mater*)

(Johannes 19, 25-30)

[25] Bij het kruis van Jezus stonden zijn moeder en haar zus, en Maria, de vrouw van Klopas, en Maria van Magdala.

[26] Toen Jezus zijn moeder zag staan, en bij haar de leerling van wie Hij veel hield, zei Hij tegen zijn moeder: 'Vrouw, dat is uw zoon,'

[27] en daarna tegen de leerling: 'Dat is je moeder.' Vanaf dat moment nam die leerling haar bij zich in huis.

[28] Toen wist Jezus dat alles was volbracht, en om de Schrift geheel in vervulling te laten gaan zei Hij: 'Ik heb dorst.'

[29] Er stond daar een vat water met azijn; ze doopten er een spons in en brachten die, gestoken op een majoraantak, naar zijn mond.

[30] Nadat Jezus ervan gedronken had zei Hij: 'Het is volbracht.' Hij boog zijn hoofd en gaf de geest.





---

## 5 De kruisiging

De werelden komen samen of willen samenkomen,  
maar ik ben er nog niet mee versmolten.

Het kruis voelt vooral als een kruisiging.

Voel ineens mijn aparte ik dat zijn eigen leventje leeft.

Een vreemdeling tussen anderen en het contact is niet makkelijk.

Is het nu de bedoeling wat ik als een kruis voel te kruisigen,

zodat het kruis voorbij het lijden zichtbaar wordt?

Ik bedoel het kruis waarin in het hart gene wereld  
en deze wereld samenkomen met mijzelf in het centrum.

Het is net of ik iets vergeten ben en het mij niet herinneren kan.

Als een lans die mijn lever doorboort en schreeuwt: wat verlang jijzelf, wat  
wil jij dan zelf?

Beetje dramatisch, maar mijn wangen voelen tranen gaan.

Er is pijn in mij uit een voorbij verleden dat nog leeft.

Het privé-leven dat ik niet mocht leven voelt als een kruis van aanpassing vandaag,  
een idee uit voorbije dagen, het idee dat een kind geen verborgen wereld hebben mag.

Zal ik dit idee dan maar eens zelf kruisigen?

Ach, en dit idee uit het verleden dat je niet mag opvallen en niet in de glans van het licht mag gaan staan.

Dit eeuwige verbergen zou ik ook wel willen kruisigen.

Onmiddellijk begint een kind achter een heg te zingen.

---

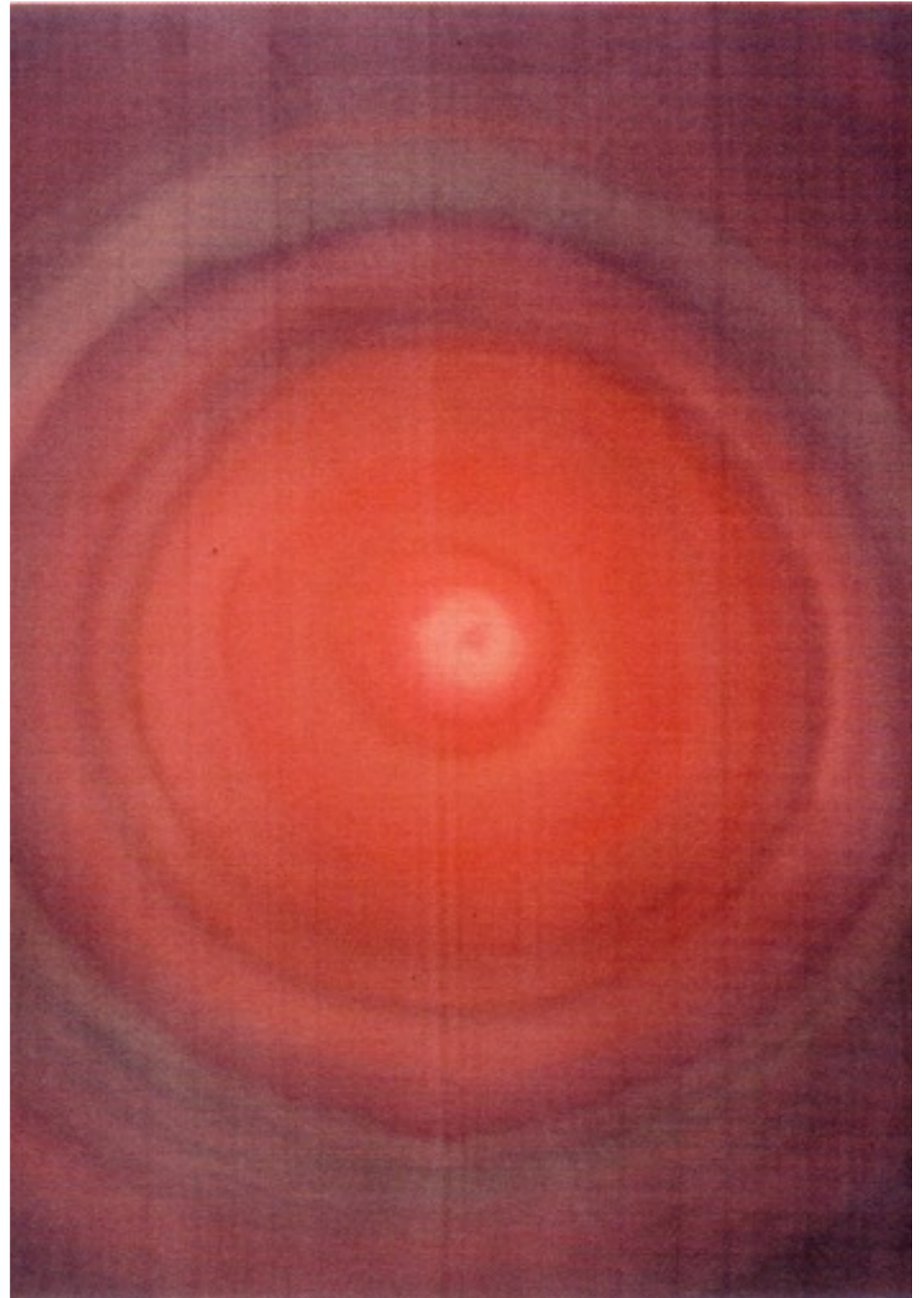
# 6 Teruggegeven

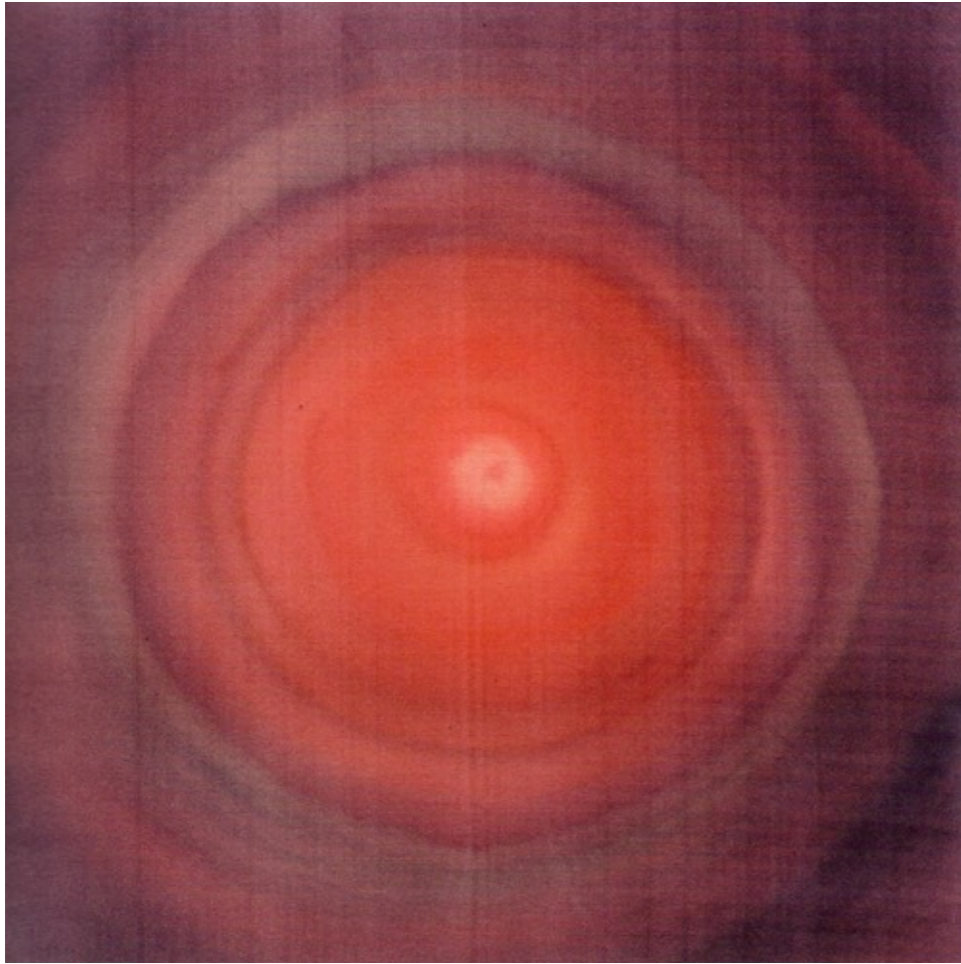
Maria ontvangt haar gestorven Zoon  
(*Pietà*)

(Matteüs 27, 57-58)

[57] Toen de avond gevallen was, arriveerde er een rijke man die uit Arimatea afkomstig was. Hij heette Josef en was ook een leerling van Jezus geworden.

[58] Hij meldde zich bij Pilatus en vroeg hem om het lichaam van Jezus. Hierop gaf Pilatus bevel het aan hem af te staan.





## 6 Teruggegeven

Ik ben weer uit mijn knielen overeind gekomen.

Draag mijn eigen ouders onverwacht in mijn handen.

En uit de krant van hedenmorgen een foto van een moeder  
met een dood kind in haar armen - oorlog.

Ik ben stil en kijk naar wat er in mijn handen wordt gelegd.

Op een merkwaardige manier voel ik mij gedragen zonder angst.

Ik wieg de mislukking en het verdriet in mijn armen.

Voel mij overvallen, beetje bang dat ik hier de controle verlies.

Wat er in mijn handen en gedachten komt, lijkt zo maar te gebeuren.

Ik doe nu niets meer, laat het maar gebeuren.

De staart van een heel verleden wordt het heden binnengehaald.

Stil, zonder initiatief, sta ik hier roerloos te zijn.

Ik die altijd vol idee en verlangen ben, sta hier ineens leeg en zonder hoop en initiatief.

Al mijn eigen gedachten geef ik terug.

Terwijl ik eerlijk gezegd een beetje beschaamd zit te zijn,  
voel ik mij ook heel licht, met mijn handen vol word ik zelf gedragen.

Ik kijk om mij heen van wie die zachte armen zijn

en voel de lucht om mij heen en de wind die mij streelt

en de bomen die ruisen als aan te raken realiteiten van genade.

---

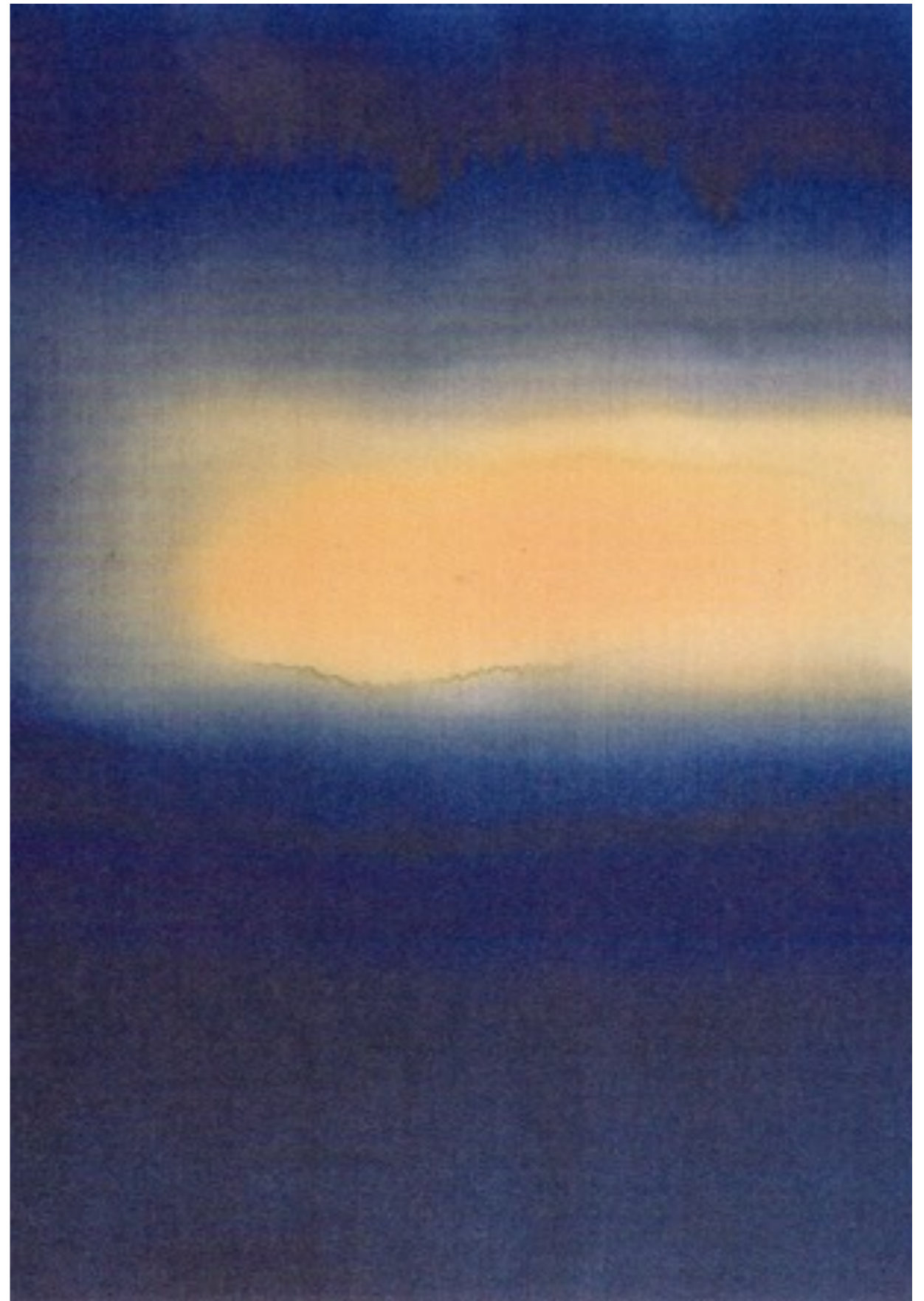
# 7 Begraven

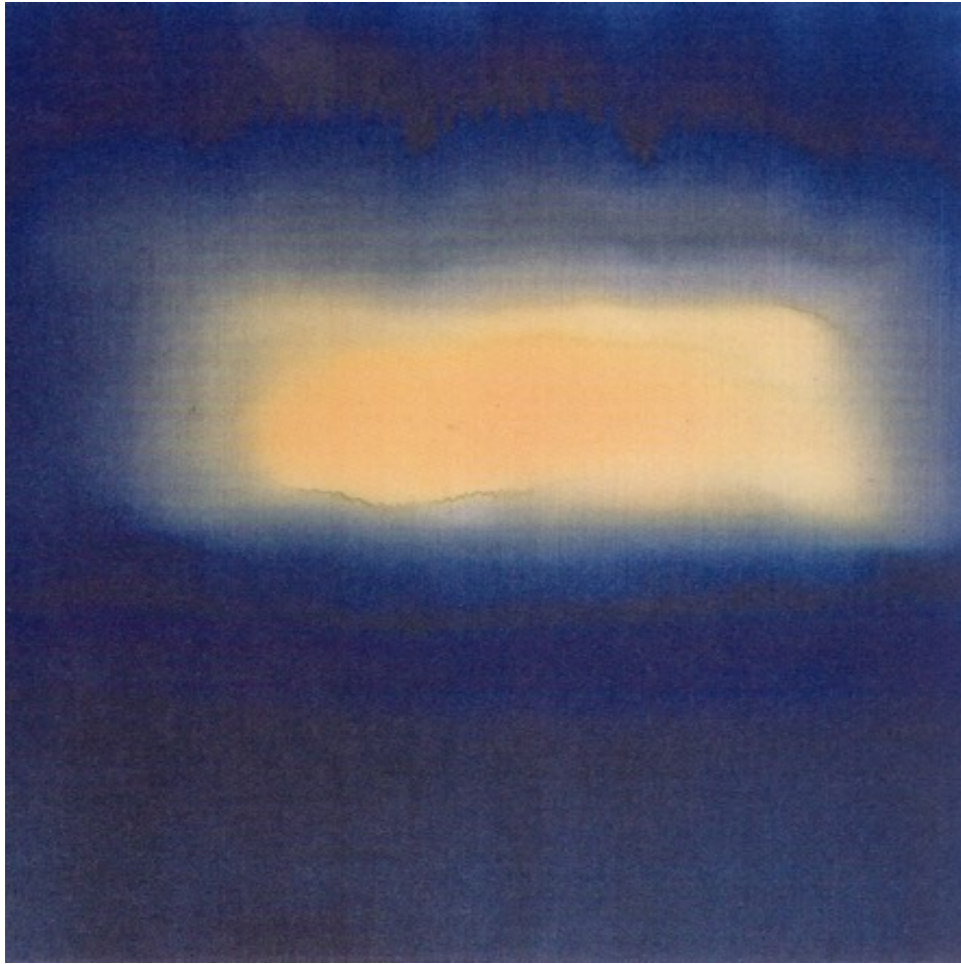
## Maria bij de graflegging van Jezus (Johannes 19, 40-42)

[40] Ze wikkelden Jezus' lichaam met de balsem in linnen, zoals gebruikelijk is bij een Joodse begrafenis.

[41] Bij de plaats waar Jezus gekruisigd was lag een tuin, en daar was een nieuw graf, waarin nog nooit iemand begraven was.

[42] Omdat het voor de Joden voorbereidingsdag was en dat graf dichtbij was, legden ze Jezus daarin.





---

## 7 Begraven

Die mij dragen naar mijn graf op een dag.

Een rustige erkenning zoals ik nu met mijn handen vol  
de trappen bestijg met al wat in mijn handen gestorven is,  
met verdriet over afstand, mislukking en tekort in mij,  
met al wat ik niet begrijpen en bereiken kan,  
met al wat eigenlijk al dood is en ik levend houden wil.

Ik loop deze trap naar gene wereld klagend op, toch voel ik mij krachtig en  
verre van depressief.

Tijdelijk leven, zelfs mij eigen naam, wordt voor het oog  
van mijn ziel nu meedragen en opgegeven.

Mijn eigen lichaam, het werk dat ik begonnen ben,  
waar ik aan hang als zijnde mijn bezit, draag ik voorzichtig mee.

Mijn eigen kinderen en hun tijdelijkheid en mijn tijdelijke rol  
draag ik ook mee als kostbare tedere geschenken,  
die zo mooi zijn dat ik er niets van bezitten wil  
en waarvan ik toch zo bang ben ze te verliezen.

Het kruis is nu verinnerlijkt, ik laat mijn vasthouden-aan een beetje los  
en begraaf met een zeker verlangen mijn houvasten.  
Er is even niets meer nu dat nog ergens naar toe wil.

---

# WENDING

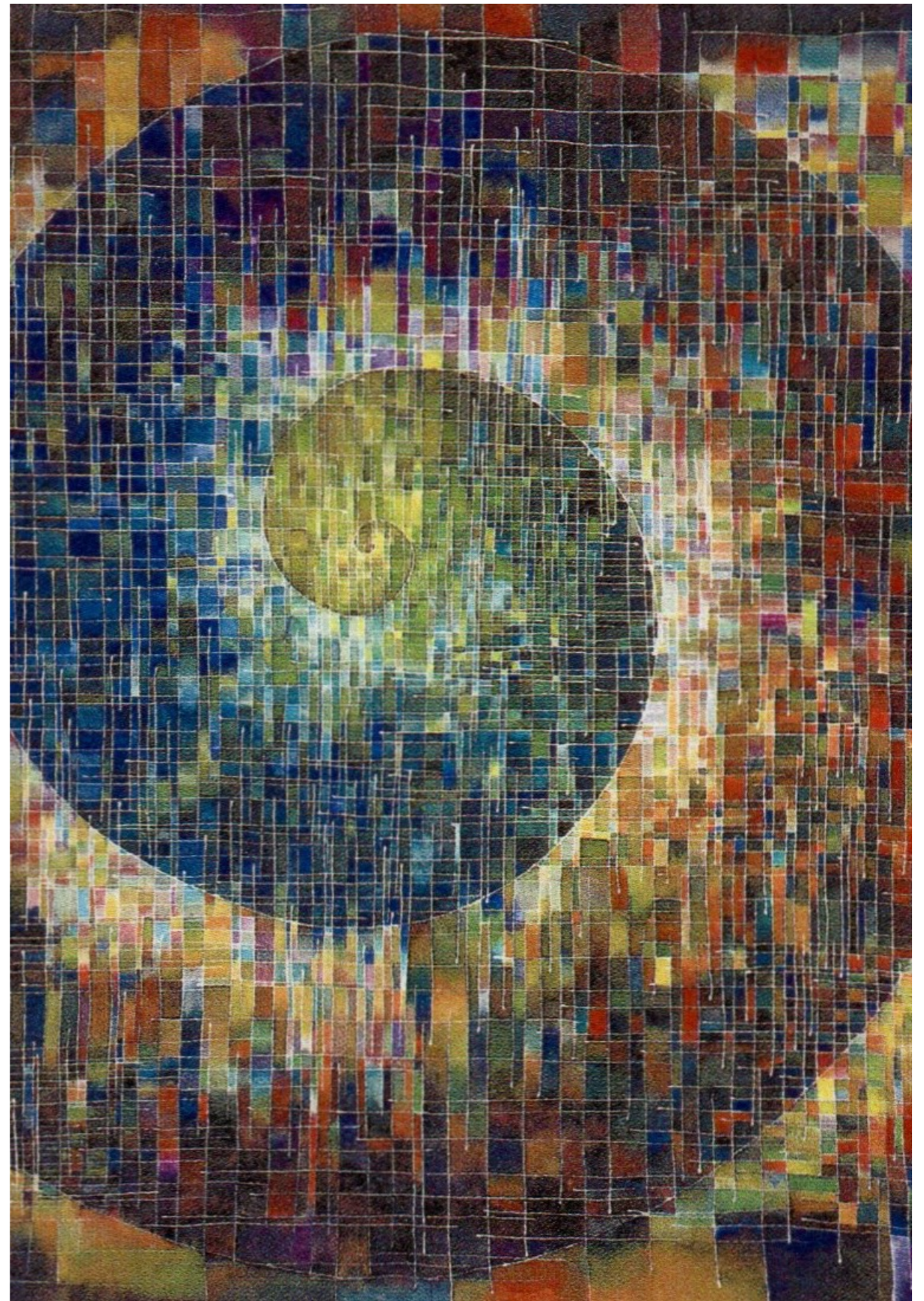


---

# De wending

De treden naar de laatste overgave  
bestijgen als een vorst in deemoed.  
Deze laatste pijn is de zoete pijn  
die ook de eerste vreugde is.  
Werelden komen samen in één mens  
op het moment van een wending.  
Zoals een inademing en een uitademing  
in één mens bewust samen kunnen komen.

Het is de dag van het opstaan.



---

# VREUGDEN

---

# 1 De opstanding

De verrijzenis van Christus

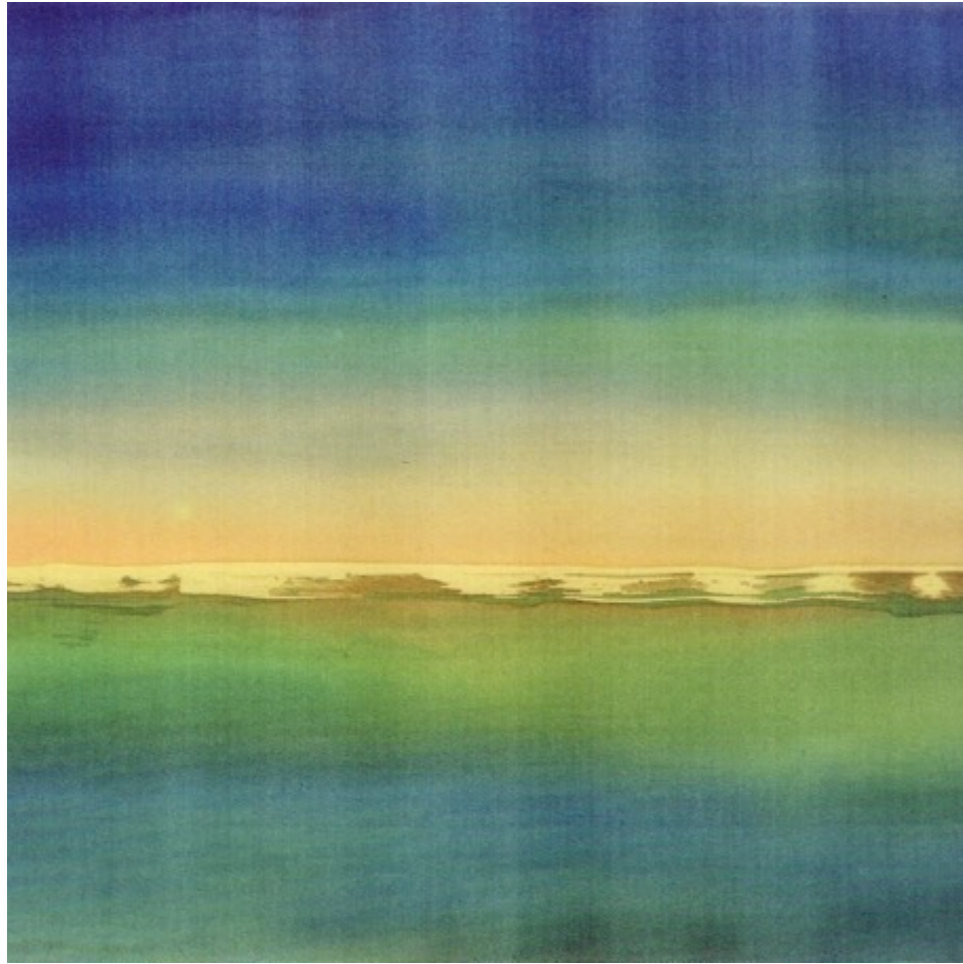
(Matteüs 28, 5-7)

[5] De engel richtte zich tot de vrouwen en zei: 'Wees niet bang, ik weet dat jullie Jezus, de gekruisigde, zoeken.'

[6] Hij is niet hier, Hij is immers uit de dood opgewekt, zoals Hij gezegd heeft. Kijk, dit is de plaats waar Hij gelegen heeft.

[7] En ga nu snel naar zijn leerlingen en zeg hun: "Hij is opgewekt uit de dood, en dit moeten jullie weten: Hij gaat jullie voor naar Galilea, daar zul je Hem zien." Onthoud dat ik jullie dit gezegd heb.'





---

# 1 De opstanding

Een wending van 180° om de eigen as.

Een beweging zonder ergens naar toe te gaan

en zonder ergens van weg te gaan.

Temidden van het sterven staat iemand op.

In het lijden blijkt een minnaar verborgen

die in de huid van de geliefde op zal staan.

Ik vraag mijzelf af - oog in oog met wat ik nu net begraven heb -

wat ik nu uit mijn smarten leren kan.

En terwijl ik al gedachteloos overeind kom

zegt mijn hart zonder aarzeling:

waarheen mijn weg ook leiden zal, mij geleidt de Hand van Liefde.

---

## 2 Het ontvangen

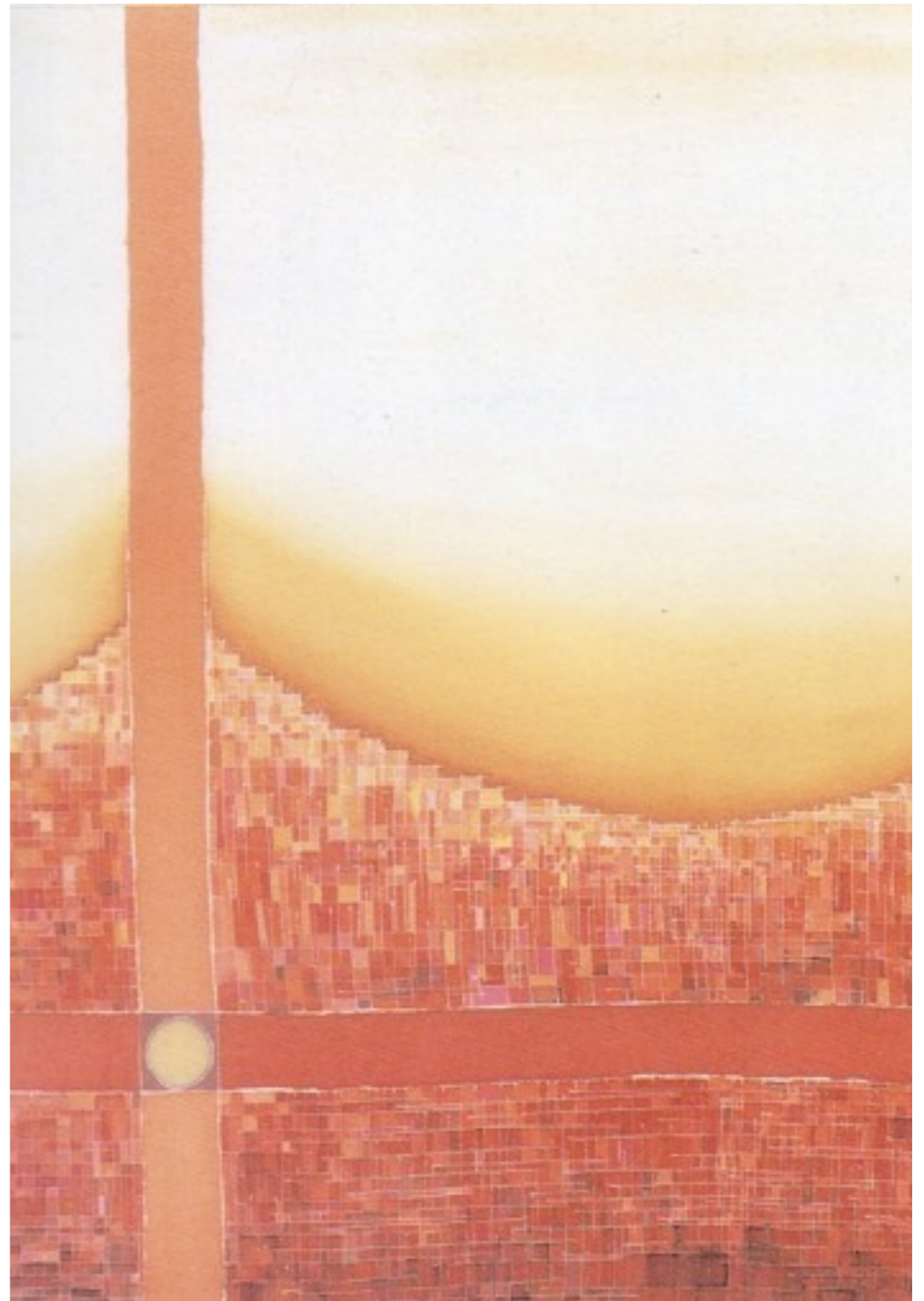
De aankondiging door de engel  
(*Annunciatie*)

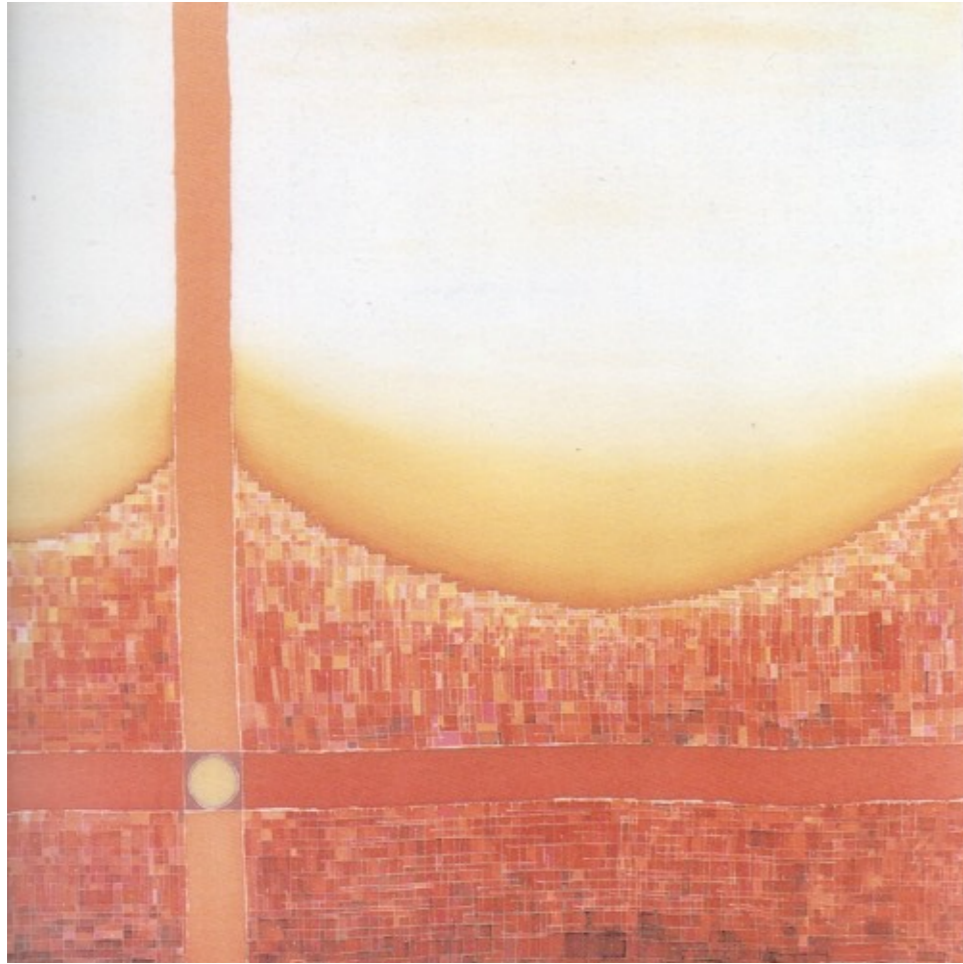
(Lucas 1, 26-28)

[26] In de zesde maand zond God de engel Gabriël naar de stad Nazaret in Galilea,

[27] naar een meisje dat was uitgehuwelijkt aan een man die Jozef heette, een afstammeling van David. Ze heette Maria en ze was nog maagd.

[28] Gabriël ging haar huis binnen en zei: 'Gegroet Maria, je bent begenadigd, de Heer is met je.'





---

## 2 Het ontvangen

Achterlaten van illusies, loslaten, sterven.

De volle beker omkeren en ermee opstaan.

Ervaar een grote behoefte aan ruimte, leeg zijn.

Geen praatjes meer uit een beker vol meningen.

Wat erin gaat komen, ik heb geen idee.

Iedere keer weer dit, geen idee, er valt niets te regelen.

Het is eerder een stille kwaliteit van loslaten, waar het om draait.

Een bereidwillig gaan staan, gereed om te ontvangen.

Om het even wat het is, te doen wat er te doen is.

Mijn tijdelijkheid in eeuwige handen blijft mij verbijsteren. Dat is goed!

Ik heb behoefte nu om stil te blijven, het niet voor het zeggen te hebben.

Te luisteren naar het ruisen in de bomen, de verhalen die er zijn.

Mij te laten dragen door alles wat zo tijdloos is.

Mijn Geliefde, het lijkt mij heerlijk om Jouw Wil goed te verstaan.

Ik luister en ben onbeholpen.

Het is eigenlijk heel fijn om je bewust te laten leiden.

Jij zegt: mijn wil ligt in jouw diepste verborgen.

Een mens wordt wat hij in essentie is, het kan ook niet anders.

---

# 3 De geboorte

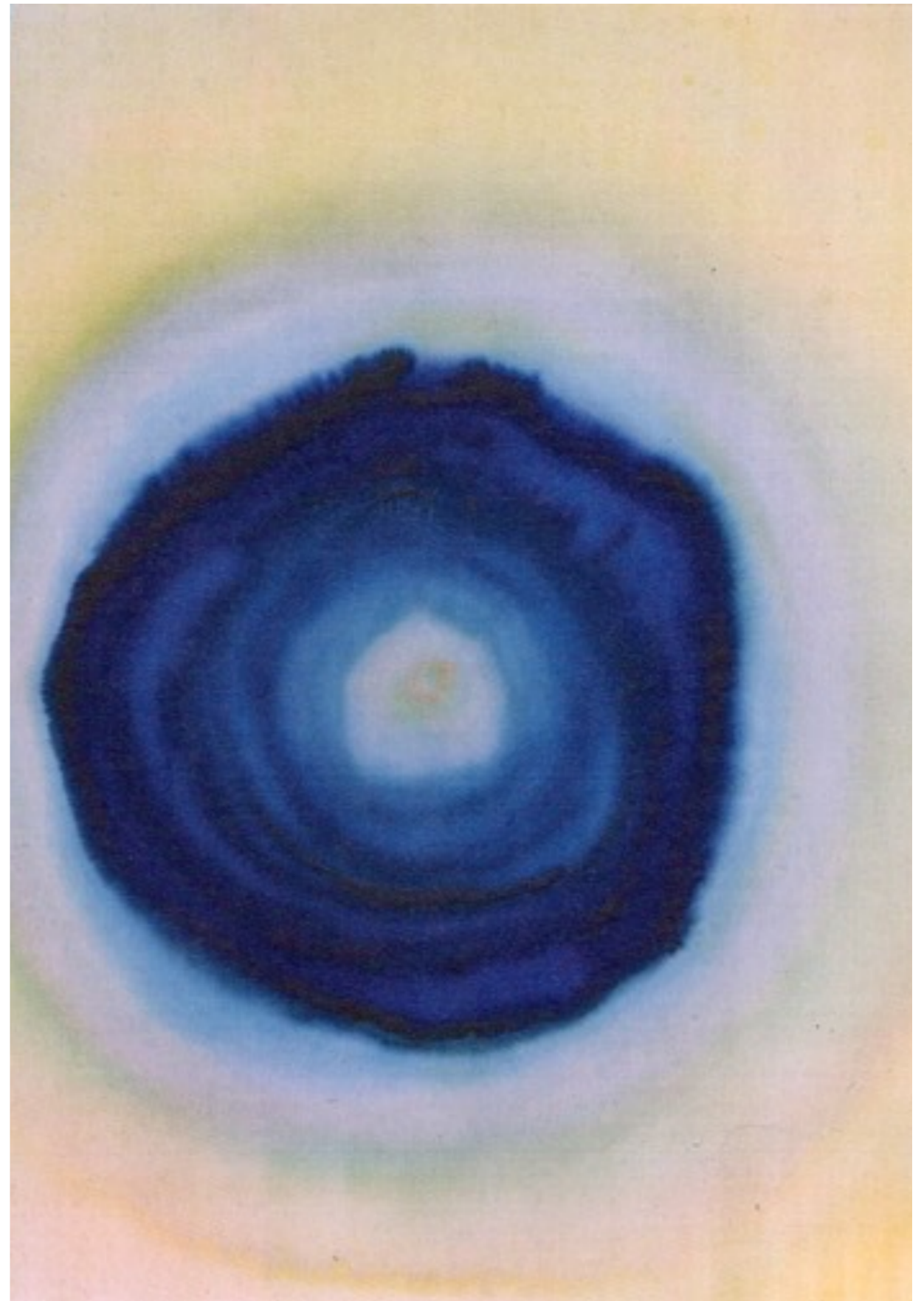
## De geboorte van Jezus

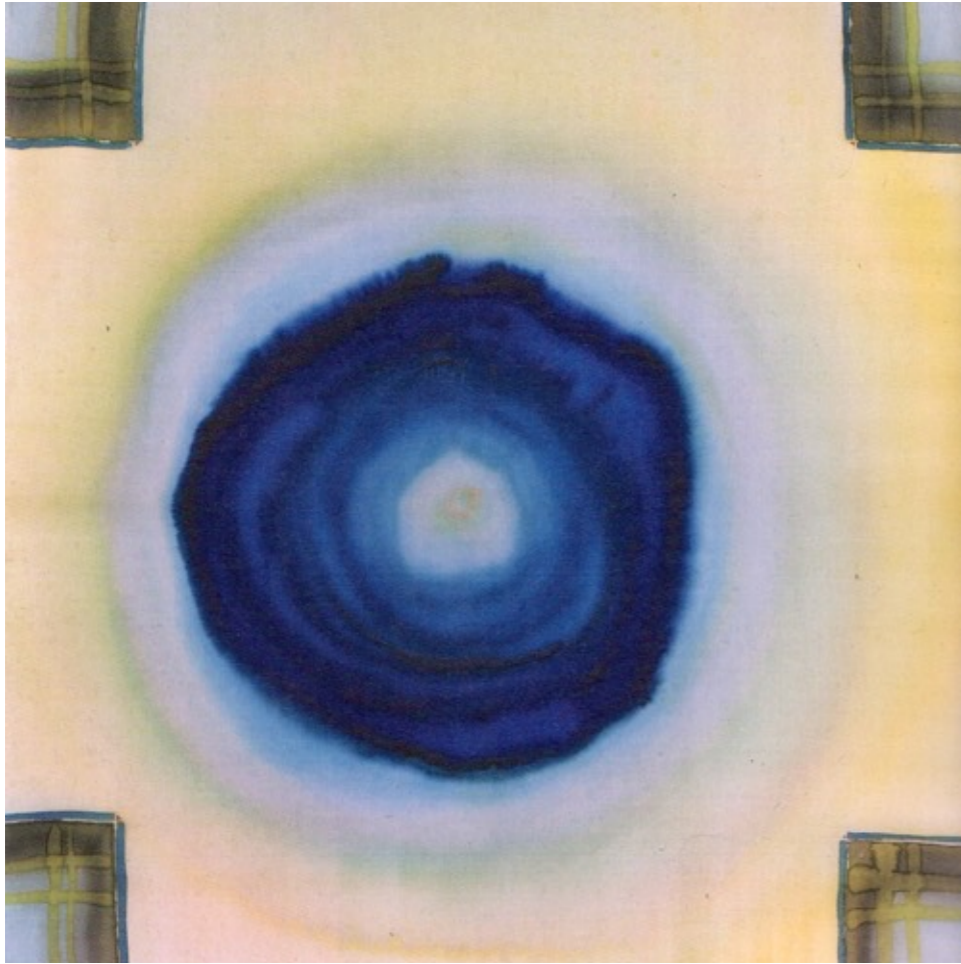
(Lucas 2, 4-7)

[4-5] Ook Jozef ging op weg om zich te laten inschrijven. Samen met Maria, zijn aanstaande vrouw, die zwanger was, reisde hij van de stad Nazaret in Galilea naar Judea, naar de stad van David die Betlehem heet, aangezien hij van David afstamde.

[6] Terwijl ze daar waren, brak de dag van haar bevalling aan,

[7] en ze bracht een zoon ter wereld, haar eerstgeborene. Ze wikkelde Hem in doeken en legde Hem in een voederbak, omdat er voor hen geen plaats was in het gastenverblijf.





---

## 3 De geboorte

Ik voel mij een vrouw door wie geboren wil worden.  
Hoe lang heb ik met dit embryo rondgelopen, een foetus  
die zich heimelijk in mijn leven ontwikkeld heeft,  
terwijl ik bezig was met overleven en met leven,  
en die nu - blijkbaar rijp - ineens geboren wil gaan worden.

Voor mij als een geest die onverwacht volkomen rijp is,  
na een aangegeven tijd in mijn lichaam volgroeid,  
en nu het levenslicht aanschouwen wil en zegt: 'Hier ben ik dan',  
en mij erkent als aanstichter van haar bestaan.

Mooi, zeg ik, ik wil dit kind, uit mijn levensloop ontstaan,  
bewust baren en zien hoe het vorm kan krijgen in dit oerwoud.

Geest met stof verbinden is goddelijk mensenwerk.  
Geesten en engelen zijn op dit gebied bereidwillige leken  
en een wijze engel zwijgt dan ook gepast als het  
om deze aardse dingen gaat en biedt zijn hulp,  
zoals ik gepast zwijg als het om engelenzaken gaat.

Ik vroeg terecht: 'Kun je mij helpen om van mijn lichaam een tolk van mijn hart te maken?'

---

# 4 De aanreiking

## Aanbidding van de wijzen uit het Oosten

(Matteüs 2, 1 en 9-11)

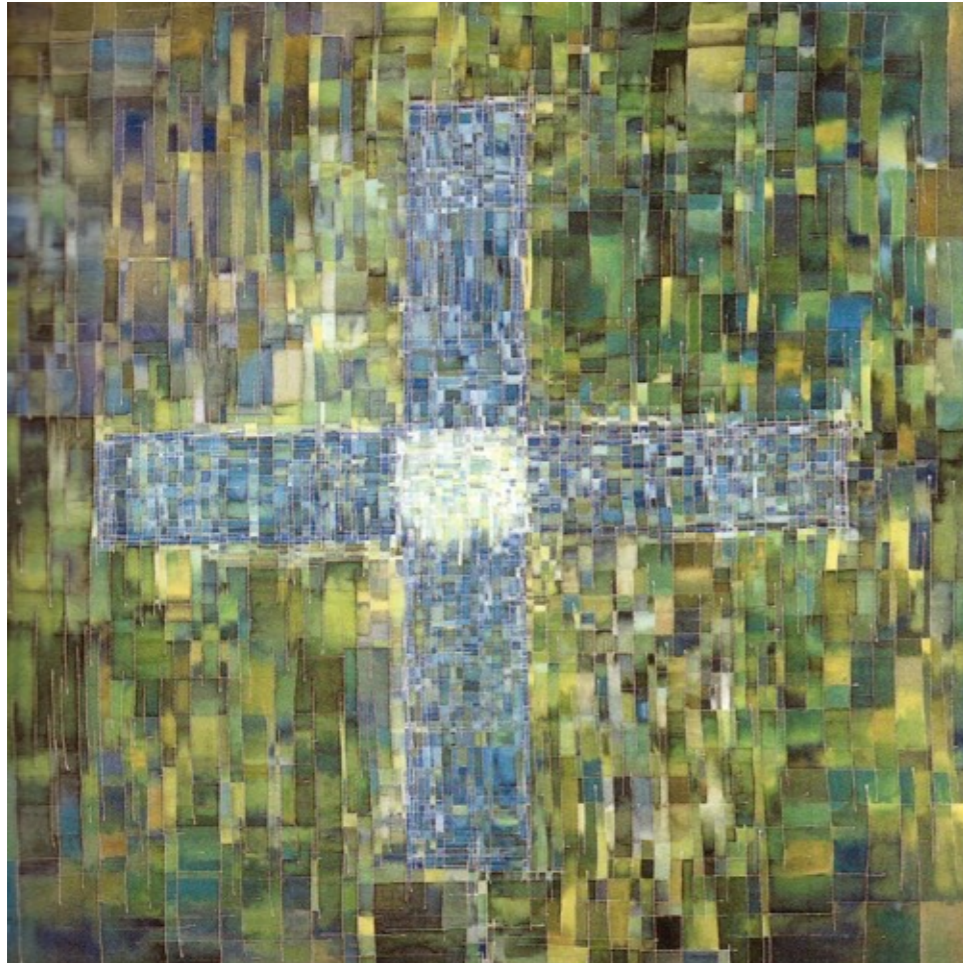
[1] Toen Jezus geboren was, in Betlehem in Judea, tijdens de regering van koning Herodes, kwamen er magiërs uit het Oosten in Jeruzalem aan.

[9] Nadat ze de koning hadden aangehoord gingen ze op weg, en nu ging de ster die ze hadden zien opgaan voor hen uit, totdat hij stil bleef staan boven de plaats waar het kind was.

[10] Toen ze de ster zagen, werden ze vervuld van diepe vreugde.

[11] Ze gingen het huis binnen en vonden het kind met Maria, zijn moeder. Ze wierpen zich in aanbidding voor het kind neer. Daarna openden ze hun kistjes met kostbaarheden en boden het geschenken aan: goud en wierook en mirre.





---

## 4 De aanreiking

Aanreikingen heb ik nodig. Wat is mij allemaal al niet aangereikt?

“You can get what you want, if you handle what you’ve got.”

Tekst van een liedje dat mij te binnen schiet.

De hoeveelheid aanreikingen, duizelingwekkend.

Heel het leven ziet er ineens uit als één grote aanreiking,  
handen vol met steun, talrijke aanwijzingen, het wordt druk in mij nu.

Ik voel geschenken en verzuchtingen.

Inmiddels weet ik wel: alle inspiraties die ik mocht ontvangen, ongeacht of  
ik mij miserabel voel of niet,

lijken zomaar gegeven. Ik kan daar niet erg dapper over doen.

Begrijp steeds beter hoe mijn angsten door verwondering beteugeld  
worden.

Ik hoorde vele keren: alles wat nodig is, word je aangereikt. En ook:

alles wat je aangereikt wordt is nodig, die is veel moeilijker.

Zag in Helsinki in museum een koningin met kind op schoot.

Kind strekte armen uit naar welwillende ogen.

Zo hoort de roep van elk hart ontvangen te worden.

Alles buigt, leven wordt ontvangen.

Schoot van het moment in ons allemaal aanwezig.

Voor iets kunnen buigen is het begin van vergeven.

---

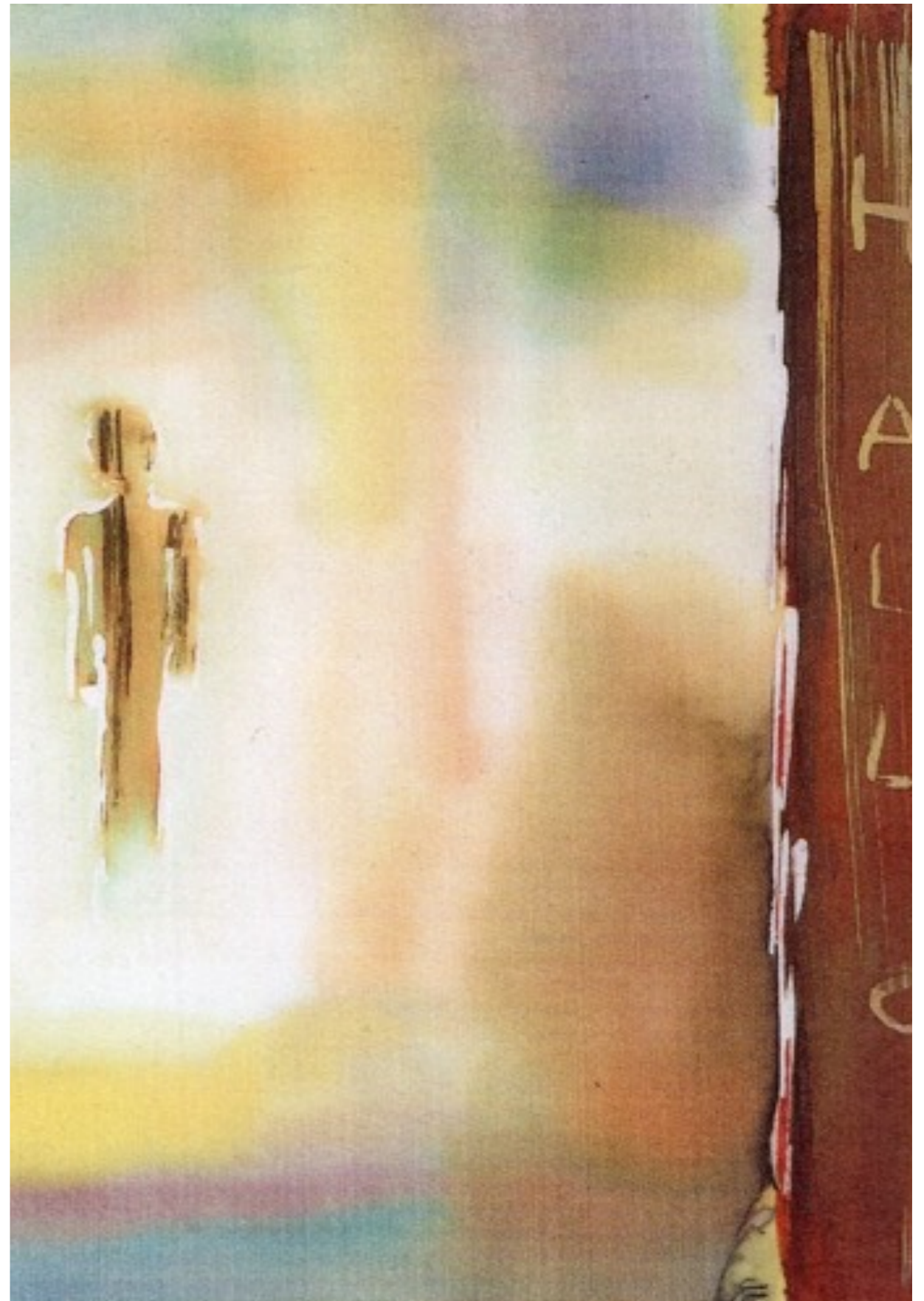
# 5 Gevonden

## Jezus teruggevonden in de Tempel (Lucas 2, 46-48)

[46] Na drie dagen vonden ze Hem in de tempel, waar Hij tussen de leraren zat, terwijl Hij naar hen luisterde en hun vragen stelde.

[47] Allen die Hem hoorden stonden versteld van zijn inzicht en zijn antwoorden.

[48] Toen zijn ouders Hem zagen, waren ze ontzet, en zijn moeder zei tegen Hem: 'Kind, wat heb Je ons aangedaan? Je vader en ik hebben met angst in het hart naar Je gezocht.'





## 5 Gevonden

Ik ben meer dan eens verdwaald, nee, permanent verdwaald.

Eerst met paniek en behoefte, nu meer laconiek.

Als ik wereldlijk gevonden ben, voelt het als hopeloos verloren.

Ben ik ginder gevonden, dwaal ik weer in deze wereld rond.

Als kind verdwaalde ik eens tijdens mijn vakantie.

Ik zag een licht van een huis en ging de tuin in.

Achter een bosje bleef ik toen huilen, durfde niet te bellen.

Ik huilde net hard genoeg, de deur ging open.

Ik zweeg geschrokken; je laten vinden is toch niet zo makkelijk.

Dwalen en dolen wij in de hoop gevonden te worden? Is ons zoeken slechts  
een alibi?

In mijn dwalen strek ik telkens weer mijn handen uit. Nooit bleef ik al te lang onbeantwoord achter.

Hoe meer het verloren-zijn tegemoet getreden wordt,

des te eerder de ziel als een verloren ezel of arm schaap

weer van weiden van verlorenheid teruggehaald kan worden,

omdat het in wanhoop balkt en blaast,

hoe meer het vruchteloos zoeken haar hoofd kan laten hangen

en zich, verbijsterd over de eenvoud, eindelijk kan laten vinden.

Al het zoeken is verdwenen, ik heb het niet gemerkt.

Ik zocht, maar werd gevonden.

---

# 6 Halleluja

## Neerdaling van de Heilige Geest (Handelingen 1, 14 en 2, 1-4)

[14] Eensgezind wijdden ze zich aan het gebed, samen met de vrouwen en met Maria, de moeder van Jezus, en met zijn broers.

[1] Toen de dag van het Pinksterfeest aanbrak waren ze allen bij elkaar.

[2] Plotseling klonk er uit de hemel een geluid als van een hevige windvlaag, dat het huis waar ze zich bevonden geheel vulde.

[3] Er verschenen aan hen een soort vlammen, die zich als vuurtongen verspreidden en zich op ieder van hen neerzetten,

[4] en allen werden vervuld van de heilige Geest en begonnen op luide toon te spreken in vreemde talen, zoals hun door de Geest werd ingegeven.





---

## 6 Halleluja

Woorden worden waardig en uitgespreid gedragen.  
Alles wat in mij ontvangen kan, is nu een vrolijk buigen,  
een loslaten en een roepen naar des Scheppers Wil.  
Weet mij geëerd en verlang dat het Scheppende zich geheel  
in en met en door mij openbaren kan.

Mijn voorbehoud wordt de suiker voor de thee  
die wij, Schepper en schepsel, babbelen met elkaar gebruiken.

Het maakt ineens niet zoveel meer uit.

De man kwam samen in de vrouw en gaf zich met haar over.  
De strijd werd in een woord dat 'durven zijn' heet, begraven.

Daarna was er de zorg voor het nieuwe feest van geboorte,  
gedelegeerd namens God zelf: zorg voor mijn kind alsjeblieft!

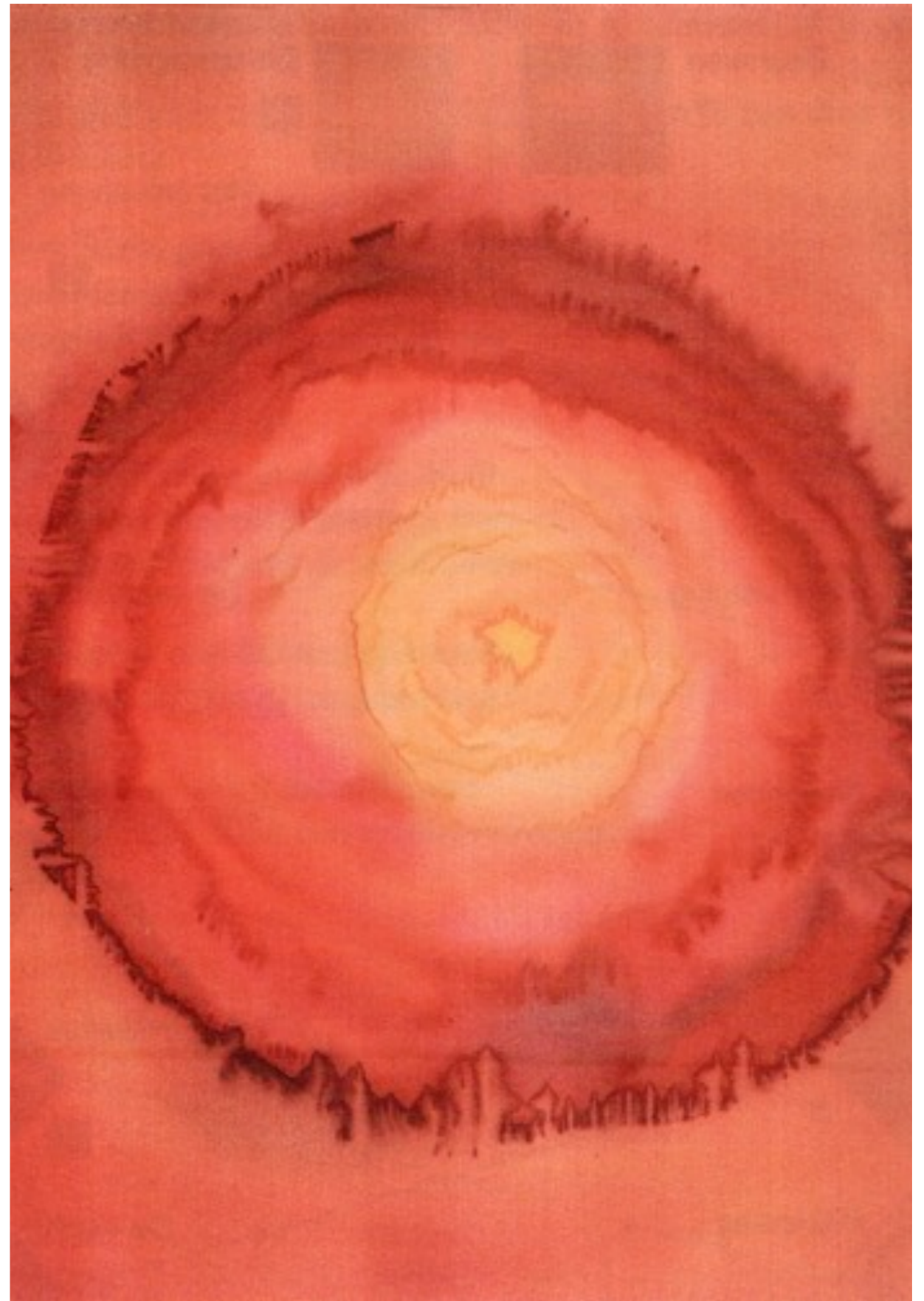
---

# 7 Bekroning

## Maria's tenhemelopneming

Voor de laatste vreugde is geen bijbeltekst voorhanden:  
Maria's eigen hemelvaart kent geen bijbelse grondslag.

Tekstje over de geschiedenis van Maria Hemelvaart





---

## 7 Bekroning

Wat bestemd was is geworden.

Ik heb lief omdat ik liefde ben.

Vogel van de geest is in het hart opgenomen.

Centrum van het kruis is tot licht geworden, schaduw omvattend.

Ya Nur, het licht dat de schaduw omvat.

Het kroontje van Franciscus, zeven keer elf om vreugde te vieren.

Smart en vreugde niet meer te onderscheiden.

Het een vraagt, het ander geeft.

Antwoorden hebben vragen nodig om niet dood te gaan.

Slechts één beleving wordt beleefd en wel die,  
gericht op al dat gegeven wordt, die vraagt om onze aanwezigheid.

Handen omvatten alles, Zijn handen worden de mijne.

Er is zin in alles, ook al is dit geen argument.

Ik heb zin om er te zijn.

Met de kroon van mijn naam op,  
heet mijn antwoord nu verantwoording.

Goed om nu weer eens verder te gaan.

# Over de Voorde

DeVoorde was een centrum waar een gemeenschap woonde die trainingen, trajecten en opleidingen organiseerde, gericht op duurzame verandering. De waarden en inzichten van waaruit deVoorde werkte, zijn beschreven in enkele boeken. Een van die boeken is *Uit vrije wil. Oude wegen voor nieuw leven*. Hierin beschrijft Marcel Derkse, grondlegger van deVoorde, twee mystieke wegen die gericht zijn op bevrijding van het essentiële in onszelf: een christelijke weg en een weg uit de soefi-traditie. Twee wegen naar innerlijke vrijheid: de weg van de *zeven smarten en de zeven vreugden van Maria*, de moeder van Jezus, en de weg van de *Latifa*-meditatie.

Ik maakte kennis met de weg van Maria's smarten en de vreugden tijdens een retraite in 2006 van deVoorde getiteld *In het licht van nieuwe ruimte*. De retraite werd een ommekeer in mijn leven: toen nog agnost maar wel spiritueel zoekend, in 2014 katholiek gedoopt in het Dominicanenklooster Huissen. Op verschillende momenten in mijn leven blijkt telkens opnieuw de kracht van deze innerlijke pelgrimage langs Maria's smarten en vreugden.

het offer - de bekroning  
de vlucht - halleluja  
verloren raken - gevonden worden  
de ontmoeting - de aanreiking  
de kruisiging - de geboorte  
teruggegeven - ontvangen  
begraven - opstanding

Wat maakt deze mystieke weg nu zo bijzonder? Dat is in de eerste plaats het diepe besef dat alles in onszelf gezien en erkend wil worden. Dat zowel de smarten in ons leven als de vreugden wegen zijn om nader tot onze essentie, tot God, te komen. Maria, als moeder

van Jezus, kan ons hierbij met haar leven tot voorbeeld dienen. Al bij de eerste innerlijke plaats, het offer, wordt haar voorzegd dat een zwaard haar hart zal doorboren. Maar zij wordt ook bekroond met directe opname in de hemel.

In de tweede plaats is er door de opstelling op de plek in Duitsland een directe relatie tussen een smart als symbool van menselijk lijden aan de ene zijde en een vreugde als goddelijke troost aan de andere zijde van ieder kapelletje. Die relatie is een mystieke waarheid die uitnodigt tot meditatie en contemplatie.

Dit e-boek draag ik in dankbaarheid op aan alle bewoners en medewerkers van deVoorde, die ik in mijn tijd in Laag-Zuthem heb leren kennen. En in het bijzonder aan Marcel Derkse, Birgitte Pastoor, Jan de Dreu en Erica de Dreu van Iperen en aan Desiree Wennekes. Zij hebben veel voor mij betekend.