

Wendy
LENTE

EEN EIGEN
HEALING
MOUNTAIN
IN ITALIË

DE WANDELING
SANDER DE KRAMER
OP PAD MET LEONTIEN
VAN MOORSEL

NATUURUITJES
MET DE KIDS

OVERGANG!
WENDY IN
GESPREK MET
DOKTER NORA

BINNENKIJKEN
BIJ BOER TOM

NAAR
Buiten!

GELUK • GEZONDHEID • SPIRITUALITEIT • PERSOONLIJKE GROEI



‘Ik wil de rest van mijn leven
wandelen’

Pelgrimstocht naar Rome

Mijke Vlasveld (40) is verslaafd geraakt aan wandelen. Zes jaar geleden begon ze aan haar pelgrimstocht naar Rome, binnenkort hoopt ze het laatste deel van de tocht te voltooien.

Hoe is het idee ontstaan om een pelgrimstocht te lopen?

'Ongeveer zes jaar geleden werkte ik nog als jurist. Ik was afgestudeerd, kreeg goede opdrachten, maar het werk bracht me niet het geluk dat ik zocht. Daarom besloot ik verder te kijken en ging ik samen met mijn toenmalige vriend naar een open dag van een legerbasis. We moesten ongeveer acht kilometer verderop parkeren en het duurde ook nog even tot het shuttlebusje naar de basis zou rijden. We besloten ernaartoe te wandelen. Tijdens die wandeling zag ik zo veel dingen die ik nog nooit eerder had gezien, terwijl ik die route dagelijks reed. Dat vond ik zo bijzonder, dat ik besloot steeds vaker te gaan wandelen. Een maand lang wandelen leek ons een speciale uitdaging.'

Hoe bereid je je voor op zo'n lange tocht?

'Vanuit Nederland naar Rome is er geen vaste route. Ik heb routes aan elkaar geplakt: bijvoorbeeld de GR5 en de Via Francigena. Bij een vereniging voor de pelgrimstocht naar Rome heb ik informatie opgedaan. Met routeboekjes en een kompas ging ik op pad. Ik moest ontzettend wennen aan mijn zware rugzak en heb hem vaak vervloekt. Maar na een week was ik eraan gewend. Het eerste deel van de route wandelde ik met mijn toenmalige vriend. We liepen toen van Maastricht naar Zwitserland. Het tweede deel van de tocht besloot ik drie jaar later alleen te lopen, acht weken lang met mijn hond Roger aan mijn zijde.'

Hoe was het om wekenlang alleen op pad te zijn?

'Op dat moment in mijn leven was ik ontzettend op zoek naar mezelf. Ik kwam uit een lange relatie en was een

beetje vergeten wie ik zelf was. Zoals verwacht ben ik mezelf dan ook vaak tegengekomen. De paden representeerden eigenlijk hoe ik me voelde. Soms een dalende weg, maar ook vaak hobbels en omwegen. Ik focuste me deze keer niet alleen op waar ik zou slapen en wat ik zou eten; ik was vooral bezig met hoe ik op mijn omgeving en de mensen om me heen zou reageren. Zo was ik ervan overtuigd dat mensen dachten dat ik een zwerver was; door mijn afritsbroek, hond en enorme rugzak konden ze niet anders denken. Naarmate ik op het terras of op een camping steeds vaker met anderen in contact kwam, ontdekte ik dat mensen me totaal niet zo zagen. Mijn gedachten waren vooral een reflectie van hoe ik mezelf zag, niet van hoe anderen me zagen.'

Wat heeft de pelgrimstocht je gebracht?

'Heel veel rust en vrijheid. Ik wil de rest van mijn leven wandelen. Helaas moest ik al voor ik Rome had bereikt huiswaarts keren, omdat het toen in Italië te warm was voor mijn hond. Ik heb er lang van gebaald, omdat ik vastberaden was om de tocht af te maken, maar na een dag of twee heb ik het losgelaten om vervolgens een eigen route te lopen de andere kant op. Ik ben dankbaar voor alle mooie herinneringen: wildkamperen in de Zwitserse bergen, in mijn tent slapen bij mensen in de achtertuin of een plons nemen in de mooie meren. Het buiten zijn is me zo dierbaar geworden, dat ik outdoorcoach ben geworden. Met mijn bedrijf One True Life wil ik anderen laten ervaren hoe het is om avontuur en natuur weer toe te laten in het leven. Mijn grote droom is om mijn tocht af te maken en écht Rome te bereiken.' ☺