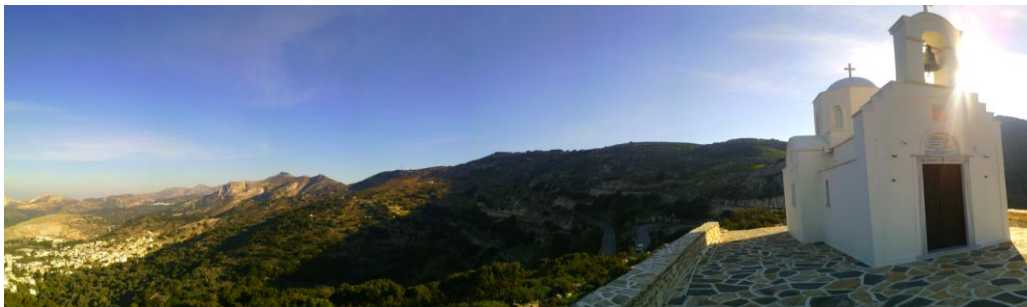


FILOSOFEREN IN GRIEKENLAND

Zo'n 45 jaar geleden bezocht ik regelmatig Griekse eilanden. Totdat ik daar op uitgekeken raakte. Toen ik meer recent een weekje ging wandelen op Corfu, was ik aangenaam verrast. Pas als je ver gaat lopen, ontdek je wat zo'n eiland te bieden heeft. Daarom ondernam ik twee contemplatieve solo-wandelreizen. In het vroege voorjaar van 2014 op Andros en Tinos en in het begin van de winter van 2015 op Naxos. Van de website van een Vlaamse wandelaar (www.cycladen.be) plukte ik secuur beschreven wandelroutes. Daardoor kon ik deze drie eilanden optimaal verkennen. Op het vasteland bezocht ik Nafplio om onder meer de ruïnes van Mycene en Epidaurus te bekijken. Uiteraard sjuowde ik weer de nodige boeken van Oosterse en Westerse denkers mee. Zodat ik ook aan filosoferen toe kwam. Geheel in de traditie van de oude Grieken.



Uitgestorven Andros

Andros is het meest noordelijke eiland van de Cycladen. Vanaf Athene neem je een bus naar havenstadje **Rafína**, waarvandaan het twee uur varen is. Moest daar wel zes uur op de veerpont wachten. In noodweer. Des te frustrerender omdat in Nederland de lente was doorgebroken, wat mij vanuit Nederland triomfantelijk werd ge-appt. Uiteindelijk landde ik midden in de nacht op Andros. Een vol gestouwd streekbusje bracht me dwars over het pikdonkere eiland naar het hoofdstadje, waar ik een studio had geboekt. Alhoewel ik me overal snel thuis kan voelen, moest ik wel even slikken toen ik daar op temperatuur wilde komen. Het zal vol radiatoren, maar geen ervan gaf warmte.



Toen ik de volgende dag de omgeving ging exploreren, plensde het nog steeds. **Andros Chora** bleek een op een smalle landtong gepropt snoezig spookstadje. Onwaarschijnlijk nauwe steegjes komen uit op een brede, met marmer geplaveide, autovrije laan, die twee winderige pleinen verbindt. Het **Rivaplein**, bevindt zich op de uitstekende rotspunt aan het einde van het schiereiland. Het heeft een magnifiek verlaten sfeer, met uitzicht op de resten van een Venetiaanse *kástro*. Naast Venetianen hebben ook Byzantijnen en Ottomanen hun sporen achter gelaten. Wat tot een fraaie melange van Italiaans-Grieks-Turkse architectuur heeft geleid. Het **Kaïriplein** schijnt 's zomers een mondain uitgaansgebied te zijn. Nu was het er naargeestig stil. Maar goed: ik zocht toch rust. De enige winkel die open was bood witte wijn in grote plastic flessen. Daar dronk ik me 's avonds in mijn koude kamertje moed mee in. De kater werkte ik volgende ochtend weg door over Romeins ogende boogbrugjes langs ruisende hoge bomen te trimmen. Het weer klaarde op en ik liep tegen een beeldig begraafplaatsje aan. Met borstbeelden en foto's op de graven. Geflankeerd door glazen nisjes met voor de overledenen typerende prullaria en brandende olielampjes. Zo leerde ik de dode eilandbewoners beter kennen dan de levenden. Want die waren ronduit stuurs. Twee Griekse onderwijzeressen, die van het vasteland waren overgekomen om hier les te geven, vertelden me dat dit niet aan mij lag. Zij werden ook met de nek aangekeken.

Het was een uitdaging om het naar mijn zin te hebben in dit vijandig gebied. Dat lukte omdat Andros een wandelparadijs is. Door haar grillige ravijnen, steile kliffen, ruige bergtoppen en groene valleien. Het kan er wel snoeihard waaien. Dat is doorgaans geen probleem, omdat je veelal tussen hoge windwerende wallen loopt. Er is een netwerk van zulke *kalderímia*, opgebouwd uit stapelstenen en grote rechtopstaande granieten platen. Rondom Chora kun je in de brede **Megálos Potamós** vallei langs een twintigtal dorpjes dwalen. Die hebben geen echte kern. Ze liggen labyrintisch verspreid over de trapsgewijze hellingen. Waardoor je je moeilijk kunt oriënteren en je voortdurend de weg kwijt bent. Dat kon me niets schelen, want de lente was nu ook hier doorgebroken en barste uitbundig los. Allerlei soorten bomen stonden in bloei. Over het sappig gras lag een witte waas van madeliefjes. Lammetjes huppelden me aanhankelijk tegemoet, vlinders dartelden om me heen, hagedissen schoten voorbij en ezels versperden de weg. Velden met tijm en salie geurden er lustig op los. Daarbij een symfonie van dieren geluiden. Vooral uitbundig vogelgetjilp, maar ook schapengemekker, hondengeblaf, kalkoengejodel, koeiengeloei, ezelgebalk en hanengekraai. Tijdens het lopen herkauwde ik de teksten van advaitaleraar Alan Watts, die ik 's avonds bestudeerde. Over hoe je verdwaalt in de illusies die je brein onophoudelijk produceert. "Het grotendeels verzonnen verleden en de gefantaseerde toekomst overschaduwden het heden." De veelzijdige schoonheid van dat heden hielp om me te concentreren op het ervaren daarvan. Door Mischa de Vreede (die ik ter afwisseling las) besepte ik dat voor mij de tijd aanbrak om me te richten op bewonderen in plaats van op bewonderd worden. "Alles wat ik zie en mooi vind, breng ik tot leven en laat ik bestaan, louter door ernaar te kijken en het naar waarde te schatten. Of ik zelf wordt gezien doet er niet meer toe." Als er na uren vertoeven in het arcadische landschap ineens een auto passeerde, omdat ik de bewoonde wereld naderde, schrok ik wakker uit de paradijselijke lentewereld.



Met yoga op mijn beschutte terras in de zachte ochtendzon kwam ik ook in een andere dimensie. Naast de vertrouwde dierenkakofonie was het enige geluid van menselijke aanwezigheid wat gezellig gerommel van het bejaarde buurechtpaar en gezoem van een verre zaagmachine, grasmaaier of brommer. Alhoewel het geen strandweer was, bracht ik ook wat uurtjes door in een baai naast Chora (**Parapórti**), waar alleen wat zwanen me gezelschap hielden. Tot er op een Griekse jongeling het strand op stormde op een groot grijs paard. Hij zwom even in zee, om daarna weer snel te verdwijnen. Het zinnebeeld van de *Prins op het Witte Paard*, waar ik definitief afscheid van had genomen.

Ik vulde mijn dagen vooral met flinke tochten. Zoals de wandeling naar het, volgens inwoners van Andros, onvindbare **Achla-strand**. Zo'n 40 kilometer lopen, heen en terug: als je de verharde weg neemt. Uiteraard nam ik vooral afkortende *kalderímia*. Maar om te veel uitputtend klauterwerk te vermijden, koos ik ook wel eens voor de makkelijk begaanbare autoweg. Daarover kwam toch nauwelijks verkeer. Een aanknopingspunt om de baai te vinden, biedt **Agios Mamas**. Een fortachtige klooster, waarvan het verleden strak is weg gerenoveerd. Mooi gelegen, dat wel. Hoog op een ruwe bergflank. Vandaar een lastige afdaling door laag stekelig struikgewas. Langs de ruïne van een herdershut. Een afgebladderd blauw kastje met een laatste bordje erin getuigt van vroegere bewoning. Na lang ploegen door een moerassige vallei kom je dan eindelijk op het maagdelijke strandje. Een ideale plek voor een *skinny dip*. En dan natuurlijk weer helemaal terug omhoog. Voelde ik me een *hike*-heldin. Was eindelijk wat ik altijd wil zijn: een stoere, tevreden en wijze vrouw. Die gewaarwording kwam deze reis en ook op latere reizen vaak terug. Helaas beklijft dit niet. Zodra ik weer onder de mensen ben, raak ik snel uit dat serene evenwicht. Maar het is troostrijk om zo nu en dan in deze staat te kunnen vertoeven.



Bij een andere dagtocht nam ik de vroege bus (van 6.50 uur) naar het onooglijke gehucht **Vourkoti**, om vandaar de kale bergen in te lopen. Waar de loeiharde wind enorme wolken vlak boven mijn hoofd voortjoeg. Vervolgens een lange afdaling door weer zo'n lieflijk lentedal. Kwam voor het eerst iemand tegen. Een Nederlander, die zichzelf 'touroperator' noemde. Hij checkte de van internet geplukte routes van de Vlaming en zou de burgemeester van Chora wel eens even gaan aanspreken over de gebrekkige bewegwijzering. Deze dikdoener tipte dat er op het nabije eiland Tinos nog fijner te wandelen viel. Dronk koffie op het magistrale balkonterras van **Mpalkoni tou Aigaiou**. Daarna verder naar beneden om te picknicken op het strand **Paralia Agia Marina**. Een kleinstukje verder ligt de zomers drukke badplaats **Batsi**. Trof er nu enkel een Nederlands echtpaar. Dat nodigde me dolenthousiast uit aan hun terrastafeltje. Kennelijk waren de echtlieden inmiddels op elkaar en Batsi uitgekeken. De iets te aanwezig echtgenoot trakteerde op een glas wijn, waardoor ik de laatste bus terug misliep. Dan maar liften. Werd meteen opgepikt door een brandweerman, met weer zo'n groot ego. Hij bralde door mijn weidse uitzicht over de door de zee weerkaatsende zonschitteringen. Al met al bevestigden deze ontmoetingen dat mannen soms van pas komen, maar vooral in de weg zitten. Net als de keffende hond die de volgende dag mijn ochtendmeditatie verstoorde, bezag ik deze heren als een oefening in milde aanvaarding. Het arme dier ging zo te keer ging omdat het aan een veels te korte ketting vast zat. De heren maakten wellicht zoveel lawaai, omdat ze vast zitten in het korset van opgelegde mannelijkheid.

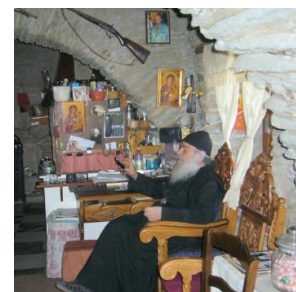


Op reis leef ik in isolatie en harmonie, waardoor het lukt om vriendelijker naar anderen te kijken. Ik reis om me van knellende patronen te bevrijden en me open te stellen voor nieuwe inzichten. Het is alleen zo verdomde moeilijk die vast te houden als je terugkeert naar het normale leven. Dan word je weer opgefokt door ingesleten denkpatroontjes, die door impulsen van buitenaf in gang worden gezet. Naar aanleiding van het boek 'Opkomst van de tegencultuur' (dat ook in mijn bagage zat) bedacht ik dat ons brein functioneert als een spastische spier. Je gedachten gaan alle kanten op en je hebt er geen controle over. Door het intensieve gebruik van digitale media gaat ons brein steeds meer als een op hol geslagen computer functioneren. De tegencultuur verzette zich in de jaren '60 en '70 tegen het onheil van de overwaardering van technische vooruitgang. Tevergeefs: naar mijn gevoel gaan we eraan ten onder. Op Paros is daar weinig van te merken en werd mijn doemdenken gedempt.

In het rustgevende, desolate landschap richt zich hier en daar een troostrijk wit kerkje op. Zodat je je er nooit verloren voelt. Op terugweg van een lange dagmars zag ik een groep kinderen voetballen op het voorplein van zo'n afgelegen kerkje. Dacht even dat het een uit vermoeidheid voortkomend waanbeeld was. Maar nee: vlakbij bleek een tegen een bergflank gekleefd gehucht. Bij gebrek aan vlakke grond gebruikten de inwoners daarvan het minuscule kerkplein als sportveld.

Moni Panachrantou is ook tegen een steile berg op gebouwd. Evenals het eerder bezochte Agios Mamas oogt dit klooster als een fort. Maar hier is het niet zo dood. Het heeft een rommelige, authentieke sfeer, omdat er nog een monnik woont. In de kelderkeuken trof ik dit stokoude exemplaar. Hij was een maaltijd aan het bereiden en leek me aan tafel te noden. Omdat hij televisie ging kijken en ik op Paros gastvrijheid was ontwend, trok ik me onzeker terug. Een gemiste kans, want later ontdekte ik dat deze monnik befaamd is om zijn gastvrijheid en zijn lekkere pasta. Hij woonde jaren alleen op deze toen nog onbereikbare plek. Nu er een weg is aangelegd, krijgt hij regelmatig bezoekers: die voorziet hij graag van eten.

Op onafhankelijkheidsdag bereikte mijn ongemak een hoogtepunt. Er werd heel wat afgemarcheerd in uniformen en archaïsche kostuums. Al dat nationalisme brak me op. Vooral omdat ik op geen enkele wijze deelgenoot werd gemaakt van de feestvreugde. Had het inmiddels wel gehad met Andros. Te meer daar ik zo'n beetje alle mogelijke wandelroutes had gelopen. Dus besloot ik mij verblijf op Andros in te korten om Tinos een paar dagen te verkennen.



Wonderbaarlijk Tinos

Uit angst om de boot naar Tinos te missen, nam ik een veels te vroege bus naar de vertrekhaven. Die zat vol middelbare scholieren. Op de veerboot was niemand. Bij aankomst bleek direct dat ze op Tinos wel van buitenstaanders houden. In de haven werd reikhalzend naar me uitgekeken door inwoners die kamers aanboden. Alhoewel hier ook vooral Griekse toeristen komen, deed iedereen zijn best om Engels met me te praten. Zo kwam ik terecht in een sfeervol doch afgeleefd Venetiaans huis in **Chora Tinos**. Alhoewel dit eiland ook nog flink onderbezet was, hing er een levendige sfeer. De dag voor mijn aankomst was er een speciale hoogtijdag geweest, rond **Panagia Evangelístria**. Die enorme kerk herbergt een wonderdoend Maria-icoon. Pelgrims kruipen daar op hun knieën naartoe. Ze waren inmiddels vertrokken, maar er lagen nog wel rode lopers over de brede kerktrap en er was een overstelpende aanbod aan religieuze souvenirs. Achter de kerk dwaalde ik door hoge ommuurde stegen, langs verlaten landhuizen met overwoekerde tuinen. Waarna ik bij kwam op één van de vele, gezellige terrassen aan de brede **Tinou-Kallonis** boulevard.



Mijn eerste dagtocht hier leidde naar **Moni Kechrovouniou**. Slechts 6 kilometer verderop. In dit klooster uit 10^e eeuw wonen nog nonnen. Het is als een betoverend labyrintisch Cycladisch dorp opgebouwd, met verscholen nissen en cellen. Bij thuiskomst trof ik afgedekte bordjes met een heerlijk maaltje aan. Dat bleef mijn 'huisbaas' elke dag voor me klaar zetten. Zonder daar geld voor te vragen, want hij kookte graag. Ik zat op mijn belommerderde terras op de eerste etage. De achtergrondsymfonie hier bestond uit koerende duiven, een verre haan, zacht klokkengebeier op zijn tijd, dorpsgedruis uit de verte en een in zichzelf mompelende oude buurman die in zijn tuintje bezig was. 's Avonds las ik daar over de 'onttovering' van de wereld. Besepte waarom ik zo van doorleefde plekken geniet. Zoals dit eeuwenoude binnenplaatsje of het nonnenklooster dat ik had bezocht. Het zijn gelaagde plekken, waar ruimte is voor het wonderbaarlijke. In het gladgestreken Ikea-appartement op Andros en het kil gerenoveerde Agios Mamas-klooster daar, ervaarde ik geen ruimte voor mirakels. Tinos bood daar een aaneenschakeling van. Wanneer een hagel- of donderbui toesloeg, vond ik direct een schuilplek en waaide het snel over. Meest verassend was de onbemensde taveerne in **Koumaros**, waar de passant zelf een kop koffie kan zetten. Ja, Maria waakte over me op dit aan haar gewijde eiland. Als ik van de gekozen route afdwaalde kwam ik naadloos op een andere mooie route terecht. Waardoor ik de routes van de Vlaming bewandelde, zonder die voortdurend te raadplegen. Zou willen leven zoals ik wandel: vol vertrouwen. Waardoor ik van de ene verrukkelijke verrassing in de andere rol.



Zo trof ik een droomhuis boven een afgelegen baai. Met drie terrassen, het onderste zorgzaam beschut door een rieten afdakje. Ernaast een moestuin en een trap naar een breed privé-zandstrand. Heb een briefje achtergelaten dat ik het huis wilde huren. Daar is nooit op gereageerd. Maar ik vertrouw erop dat ik daar ooit terug keer, want ik heb lang niet alle wonderen van Tinos kunnen aanschouwen.

De betoverendste hike maakte ik in het Noord-Westelijk deel van het eiland. Eerst met de vroege bus naar het fraaie **Falatos**. Van daaraf pelgrimeerde ik langs vier kappelletjes door een kruidig bloemendal. Tinos telt meer dan 1.000 kerkjes, veelal in particulier bezit. De kerkjes zijn open, zodat ik er kaarsjes kon aansteken voor het thuisfront. Daarna klauterend door een rotsig ravijn langs zonnebadende, maar zeer schuwe, waterschildpadden. Een helletocht naar het Paradijs: het **Livada**-strand. Waar ganzen, eenden en geitjes vreedzaam samen leven. Terug kun je over een verharde omweg door kale bergen en daarna over een overwoekerd diep ingesleten pad. Waarna ik in café **Teréza**

belande. Pittoresk geplaatste, heftig besnorde, oude mannetjes waren druk in gesprek, terwijl een relaxt meisje patatas met retsina serveerde. Zij vertelde me dat ze hier nooit weg zou gaan. Wat veel van haar leeftijdsgenoten wel doen. De rust in dit dorpje is aan haar besteed en dat straalde ze ook uit.

Ik moet hard werken voor de bestendige kalmte die haar kennelijk komt aanwaaien. Met mediteren probeer afstand te scheppen tot mijn gedachtestroom. Om los te komen van mijn fixaties en een meer open en alerte geest te bewerkstelligen. Ik train mijn geest om te blijven waar ik ben en me niet te verliezen in onrust brengende gedachten en emoties. Langzamerhand delf ik minder het onderspit bij de gevechten met deze demonen. Bij het reizen laat ik me minder meeslepen door de 'controlfreak' (die alles secuur wil plannen om alle gevaren voor te zijn) of de 'paniekzaaier' (die los gaat als het dan toch anders loopt). Dit kwam van pas toen de veerpont naar Athene door een staking werd stil gelegd op de dag dat ik af zou varen. Gelukkig hoefde ik geen terugvlucht te halen, want ik zou nog een weekje logeren bij twee Griekse vriendinnen op het vasteland. Op mijn bericht dat ik voorlopig het eiland niet af kon, appte de één: "There is always a plan B." Toen liep er iemand voorbij met een grote tas met de tekst: "There is no plan B." Prompt kwam er een app binnen van mijn andere Griekse vriendin: "The plan is there is no plan". In de Letter & Geest-bijlage van de Trouw (waarvan ik altijd exemplaren meeneem op reis, omdat die zo goed in mijn wandelrugzak passen) las ik vervolgens: "Het heeft geen zin jezelf perfect te wapenen tegen problemen, er vindt altijd weer iets totaal onverwachts plaats, waardoor alles anders wordt. Beter kun je jezelf flexibel maken, zodat je open staat voor verrassingen." Zo werd ik op dit miracelse eiland op het juiste moment met opbeurende teksten bestookt. Wat hielp om met gemuseerde berusting een lome dag op een leeg strand door te brengen en de volgende dag nog een fijne dagtocht te maken. Tot er weer een boot ging.

Gastvrijheid in Nafplio

Kalm voer ik langs de plekken waar ik had gelopen op Tinos en Andros. Zag zelfs een glimp van mijn droomhuisje. Bij het herhaaldelijk overstappen moest ik zoeken naar de juiste bushaltes. Dankzij hulp van lokale bewoners ging dat goed. In Nafplio stond Zina me met een brede glimlach op te wachten. Ik ontmoette deze jonge vrouw en haar vriendin Emilia een jaar daarvoor in India. Zina woont nog bij haar moeder. Zeer pittoresk onder de 999 treden tellende trap naar de **Palamidi burcht**. Daar hield ze alle Nafpliose zwerfkatten in leven. Tijdens het wachten op Emilia dopten we huiselijk mij onbekende boontjes, die haar moeder ons de volgende dag zou voorzetten. Emilia en haar vriend bleken hun huis voor me te hebben vrijgemaakt, door te verhuizen naar een buitenverblijf. Dat leek hun de beste oplossing, omdat ze mijn stringente privacybehoeften kenden. Hun appartement bestond uit één klein kamertje, waarvan je je niet kon voorstellen dat ze er samen konden leven. Totdat je hun terras zag. Dat was zes keer zo groot. Een prachtambiance voor ochtend- en avondmeditatie. Met uitzicht op de burcht. Als die 's nachts is aangelicht, lijkt die boven de stad te zweven.



Deze laatste week was een transitie. Kon wennen aan de bedrijvigheid van stad en gezelschap. Nafplio wordt op internet de hemel in geprezen, maar ik vond er niet veel aan. Het verkeer was te druk en de lucht te vies. Het fraaie, met marmer geplaveide, **Syntagma Plein** wordt gedomineerd door terrassen en toeristenwinkels. Tussen de iets te glad opgekalefaterde gebouwen staan verwaarloosde paleisjes weg te rotten. Er is een wandelpad langs zee, rond de **Akronafplia**, een eeuwenoud kasteel boven op het schiereiland dat de oude binnenstad omvat. Mooi, maar niet spectaculair. De daar geplaatste sporttoestellen bederven de sfeer. Die zijn, net als de overal geparkeerde witte fietsen, door naar stemmen hunkerende politici neergepoot. Terwijl er niemand op zit te wachten. Wel sfeervol was de grote Maria-mis ter voorbereiding van Pasen. Wat in Griekenland groots wordt gevierd. Dat merkte ik al op Tinos, waar ik al tegen zo'n mis was aangelopen. Doordat we vlak voor we de kerk betraden een jointje verschalkten, ging ik bijna van mijn stokje door al de wierook in de kerk.

Onbetwiste hoogtepunten waren onze uitstapjes naar Mycene en Epidaurus. Bakermatten van de Europese beschaving, waar je overblijfselen uit de 17^e tot 12^e eeuw voor Christus kunt bewonderen. Zina had archeologie gestudeerd. Ze leidde ons rond en deelde trots haar kennis. Eerst bezochten we **Mycene**. Via de enorme **Leeuwenpoort** betreed je de ommuurde koningsburcht (*akropolis*). Daarna bekeken we de **Tombe van Atreuss**. Met een nog indrukwekkender toegangspassage. De Myceense beschaving hield wel van een beetje imponeren. Een prachtdecor voor een Indiana Jones-film.

De koepel van de grafkamer is gevormd door over elkaar heen gelegde stenen. Elke laag versmalt de diameter. Het gewelf is uiteindelijk met één enkele steen voltooid. Er hangt een mystieke sfeer. Versterkt door wespengezoem, dat door de echo in de tombe tot een zwaar sonoor geluidsdecor werd vervormd. We vielen helemaal stil en deden spontaan een groepsmeditatie. Daarna door naar de schachtgraven, waar we hand in hand, met zaklampen aan, in kropen. Weer een fijn staaltje *bonding*.



In **Epidaurus** (dat ook niet ver van Nafplio ligt) is de cultusplaats voor Asclepius: de god van genezing. Er is een amphitheater. Befaamd door de akoestiek. Zina demonstreerde die door een munt op te gooien in het midden van de gigantische ronde cirkel. Je hoorde het op de hoogste rij vallen. Daarnaast is een tempel met bijbehorend sanatorium. Dat bestaat uit een ruim 70 meter lange, uit meerdere verdiepingen opgebouwde zuilengang. Daaronder was vroeger een kelder, waar zieken te slapen werden gelegd. Dan kregen ze een droom of visioen, dat voorspelde hoe ze zouden genezen. Het geloof hierin was zo sterk dat het een krachtig placebo-effect had en deze patiënten spontaan genazen. Een soort Lourdes dus. In het bijbehorende museum staat verfijnd beeldhouw- en aardewerk opgesteld. Wonderlijk dat die kantachtige, breekbare kapitelen al die eeuwen hebben overleefd. Dat trof me haast nog meer dan al de indrukwekkende opgravingen.

Mijn vriendinnen hielden me de hele week in een warme, stevige greep. Het voelde als spijbelen toen ik er een middagje alleen op uittrok en me laafde aan ongezond eten in plaats van de gezonde kruiden- en granenmengsels die in mijn bivakje voor me klaar stonden. Ook at ik regelmatig mee bij Zina's moeder (Maria) of gaf ze me bakjes eten mee. Bovendien werd ik, samen met hun moeders, mee getrouwd naar yogales. Er werd fanatiek gerekt en gestrekt onder leiding van een amechtig hijgende Chinese vrouw. Heel anders dan de uiterst trage Kum Nye yoga, die ik me eigen heb gemaakt. We bezochten een concert, waarbij de gehele zaal uit volle borst weemoedige Griekse liederen mee zong. En we plukten kruiden op een familielandgoedje, waar mamma Maria als grootgrondbezitter over haar domein schreed. Stond sowieso paf van al het onroerend goed in deze families. De familie van Emilia bezat twee apotheken, zes luxe appartementen, één van die krot-paleizen in het oude centrum en het boerderijtje waar Emilia en haar vriend nu verbleven. De familie van haar vriend had huizen in Athene. Al die huizen stonden grotendeels leeg en gaven vooral kopzorgen. Kreeg de indruk dat ze het allemaal niet breed hadden. Daardoor, en omdat ik niet gewend ben aan zo veel zorg en aandacht, tobde ik erover hoe ik hen kon bedanken voor al hun gulle gastvrijheid. Mijmerend over mijn blokkerende bevangenheid bedacht ik dat dit in feite ook komt door oprispingen uit een fixerende geest. Doordat ik zo graag in de smaak wilt vallen en anderen niet tot last wil zijn, ben ik te veel bezig met hoe anderen over me zouden kunnen oordelen. Daardoor raak ik het contact met mijn intuïtie kwijt en loop ik mooie momenten van samenzijn mis. Zoals bij de sterkokmonnik in Moni Panachrantou op Andros. Mijn schaamte ebde weg omdat ik merkte dat mijn vriendinnen zelf ook genoten van mijn bezoek. Al met al was het een fijn samenzijn. En een les in onder de mensen zijn, zonder me opgelaten te voelen of uit te sloven.



De bus vanuit Nafplio naar Athene liep onderweg anderhalf uur vertraging op en kwam vervolgens vast te staan in het centrum van Athene. Uit ervaring wist ik al dat het ondergrondse bustation **Kifissos** een hel is. Waar je echt de tijd moet hebben om de aansluitende bus naar het vliegveld te vinden. De notie van wat er allemaal mis kan gaan op reis, maakt me angstig. Maar het zorgt er ook voor dat ik erg alert ben. Dus toen ik twee toeristen paniekerig de bus zag verlaten, besepte ik dat die de metro naar het vliegveld gingen pakken. Dus ik erachter aan. Zodoende was ik ruim op tijd op het vliegveld. Op reis ervaar je voortdurend dat het leven veranderlijk is en niet te controleren. Maar ook dat alles uiteindelijk op zijn potjes terecht komt.

Naxos: afzondering in het Engaresdal

Anderhalf jaar later trok ik naar Naxos. Nogal overmoedig: doorgaans is het daar koud in november. Maar ik had zes weken prachtig weer. Wat een beetje vertrouwen in de kosmos al niet kan bewerkstelligen. In de mensheid had ik minder vertrouwen. Beducht voor bootstakingen had ik een vlucht vanaf Athene naar Naxos geboekt. Inclusief een verblijf in een peperduur vliegveldhotel. Bij het inchecken voor de doorvlucht vertelde de baliemedewerker dat hij zelf nooit vloog. Voelde me onterecht bevoorrecht. Hij ziet de hele dag mensen van hot naar her vliegen en kan zich dat zelf niet permitteren.

De vlucht in het piepkleine vliegtuigje was fantastisch en daarom veels te kort. Mede hierdoor was de overgang van het Sofitel Athens Airport, waar je niets ziet, hoort of ruikt, naar het weidse, geurige dal van Engares haast niet te bevatten. "A stone-built restored country house: a tranquil retreat off the beaten track in the heart of the Greek countryside, surrounded by olive, fig and pomegranate trees", was de goed kloppende beschrijving van mijn appartement op airB&B. De zeer Britse eigenaresse (Celia) en haar half Griekse vijfjarige dochter (Daphne) haalden me op van het vliegveld. In de auto kreeg ik meteen van Daphne op mijn kop omdat ik haar naam niet goed uitsprak. Ze vroegen of ik mee uit eten ging, maar ik wilde me liever gaan settelen in mijn nieuwe woonstee. Daar werd ik toen de avond viel meteen op de proef gesteld door akelig blaffende honden en een door een plotselinge storm veroorzaakte stroomstoring. Gelukkig had ik inmiddels geleerd om op reis lankmoedig te aanvaarden wat zich zoal voordoet. En had ik een goede zaklamp bij me. De volgende ochtend gooide ik de deur van mijn balkonnetje open. Alhoewel er nauwelijks mensen woonden in de vallei weerklonk er motorische bedrijvigheid. Overal zijn er altijd mannetjes, die zo nodig met een lawaaimakend apparaat in de weer moeten. De bladblazer is daarbij het toppunt van zinloos lawaai. Maar hier ging het om iets nuttigs. Er werden olijven geoogst door die met ratelende molenwiekjes uit de bomen te slaan. Dat maakte het geluid aanvaardbaar. De eisende energie van Daphne en de nervositeit van haar moeder waren me echter te veel. Gelukkig had ik een zelfstandig appartement en kon ik vriendelijk duidelijk maken dat ik stilte zocht. Boedhistische non, Tenzin Palmo, (die ik aan het lezen was) meent dat degenen die je het meest storen je 'spirituele vrienden' zijn. Want van hen leer je het meest. Nou, ik meed deze leermeesters nog even. Palma schrijft immers ook dat eenzame retraites zo louterend zijn. Zonder interactie met anderen kun je alles wat je doet bewuster ervaren en je gedachten observeren. Zo leer je om je minder door je muizenissen te laten leven. Zelf zat ze maar liefst 12 jaar alleen in een grot in de Himalaya. Ik moest het met deze luttele weken doen en dat liet ik niet verstoren door mijn lieve *landladies*.

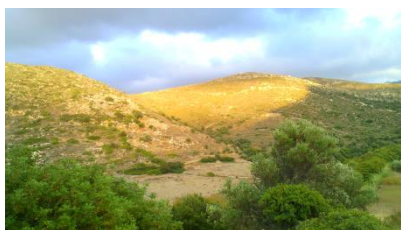


Tijdens mijn eerste verkennende wandeling sloeg bij elke blik om me heen de pracht van de plek als een bliksem in. Vlakbij mijn huis stond een kerkje (**Panagia Monastiriotissa**), waar ik bij zonsondergang van het rosse wolkenballet kon genieten. Aan de overkant van het dal is **Agía Génnis**. Veel lastiger te bereiken, maar zo'n lief, stil plekje. Met uitzicht over de hele vallei.

Ik woonde vlakbij het gehucht **Egaris**. Waar een café is met wifi. Handig voor als ik wilde appen. Alhoewel ik keer op keer ervaar hoe veel onrust dit geeft, blijf ik het toch doen. In het iets verder gelegen **Galini** vond ik een fijner (en wifi-loos) terras, met een dorpswinkeltje (**café Flea**). Toen de eigenaar attent de schetter-tv uitzette en verving door een passend Grieks riedeltje won hij een tijdelijke stamgast. Vanaf het huis de andere kant op, stroomopwaarts langs een beek, kom je na een uur en circa 370 meter stijgen in **Kinidaros**. De in dit fel wit-blauwe bergdorp dienstdoende ober wilde me naar het klooster **Agios Artemios** brengen. Wat ik vriendelijk afwimpelde, omdat ik sociale interactie nog steeds liever uit de weg ging. Toch reed hij ineens naast me op de stille landweg er naartoe. Door nogmaals vriendelijk maar beslist aan te geven dat ik liever wilde lopen, droop hij af. Uit jeugdervaringen op Rhodos wist ik dat Griekse mannen doorgaans snappen dat als een vrouw 'nee' zegt, ze dit ook echt zo bedoelt. Dus ik was niet bang. Het klooster viel overigens erg tegen: haveloos en unheimisch.

Voor mijn eerste serieuze dagtocht liep ik een uur langs een saaie weg naar **Melanes**. Vandaar naar de ruïne van het klooster **Agios Ioannis**. Die was wel wonderschoon. Met een overwoekerde binnentuin. In de half vergane Byzantijnse kapel hing een on aardse sfeer. Alsof er eeuwen niemand was geweest. Duister, maar met felle zonnestrallen die door boogramen binnenstromen. Het kost wel de nodige moeite om deze mysterieuze plek te vinden. Ik ging een tweede keer (omdat ik het er zo mooi vond) en heb toen een uur moeten zoeken en mijn benen open gehaald aan distelvelden. Maar het was opnieuw magisch. Zo'n plek die je altijd bij blijft.

Vanaf Melanes loopt een prachtroute via een tegelpad, langs bronnen en stroompjes door het uit drie delen opgebouwde **Potamiá**. Het had de week hiervoor hard geregend en nu scheen de zon zo uitbundig dat de struiken langs het pad weer opbloeden. Terwijl de herfst wel zichtbaar was door bladverkleuring en -verdunding. Verloor me in de doorkijkjes die hierdoor ontstonden naar tuinen en steegjes. Even geen diepe inzichten, alleen maar verstrooiende uitzichten. Voorbij Potamiá ligt **Agios Mamas**. Weer zo'n fabelachtige ruïne. Iets meer intact dan Agios Ioannis en niet zo overwoekerd, waardoor minder mysterieus. Ernaast staan restanten van een bisschoppelijk paleis. Met een enorm waterbassin. Daar is het fijn picknicken. Met je voeten in het water in gezelschap van snaterende eendjes. Vanaf Melanes loopt ook een route langs twee *kouroi*. Dat zijn marmeren beelden uit de 6^e eeuw voor Christus. Ze beelden het Griekse ideaal van mannelijkheid uit en zijn wel 6 tot 7 meter lang. De *kouroi* van Melanes zijn nooit afgemaakt en liggen plat op de grond. Die beelden werden direct bij de nabije marmergroeves uitgehakt. Het marmer van deze *kouroi* voldeed niet en ze zijn daarom achtergelaten. Wat de vraag oproept hoe de gigantische beelden die wel zijn af gemaakt werden vervoerd naar de plaats van bestemming.



Ik zorgde dat ik voor het donker, rond zes uur, 'thuis' was. Dan stak ik de haard aan met zelf gesprokeld hout, nam een bad en bakte piepverse aardappeltjes. De volgende morgen ontdekte ik de oorzaak van het voortdurende jammerlijke hondengeblaf. Zoals elke dag kwam er een mannetje op zijn brommertje langs, om de varkens verderop te voeren. Dit keer nam hij een maat mee en twee geweren. Ze reden terug met de dolgedraaide honden, die naarstig op zoek waren naar neer te schieten wild. Die arme beesten werden alleen met het jagen los gelaten, de rest van de tijd zaten ze vast om over de varkens te waken.

Op reis treed ik elk nieuw onderkomen onbevangen tegemoet, zonder het te belasten met verwachtingen. Ben blij met de voordelen en accepteer de nadelen, want het is nergens volmaakt. Kon ik zo maar met mensen omgaan. Die stellen me wel vaak teleur. Ik schiet bij sociaal contact vaak in de *beschikbaarheidsmodus*. Wil gezellig, geïnteresseerd en ondersteunend zijn en dat kost veel energie. Want nogal wat mensen leunen graag tegen die aandacht aan. Ze schieten in zelfbeklag (als ze zielig willen zijn) of in borstgeklop (als ze interessant willen zijn). Toen ik voldoende was bijgekomen van de sociale disbalans die ik thuis, in Rotterdam, ervaar, kon ik me openstellen voor Celia. Wat tot mooie gesprekken en gezellige uitstapjes leidde. Toch was ik na een tijdje wel weer toe aan alleen zijn. Ondermeer omdat ik niet goed kon aanzien hoe de eigenzinnige Daphne zich nooit liet corrigeren door haar zachte moeder. Alleenstaande moeders raken nogal eens verstrikt in een afmattende symbiose met hun kind. Daar weet ik alles van. Als je dan ook nog zo geïsoleerd woont als Celia moet het helemaal moeilijk zijn om de moeder-dochter relatie gezond te houden. Hoe dan ook, het was prima om weer verder te trekken.

Naxos: absolute rust in Filoti

Celia bracht me naar het knusse huisje van de grootouders van een vriendin. In het slaperige Filoti. De bevolking hangt maar zo'n beetje rond. Niemand heeft haast. Voor de betrokkenen wellicht saai. Ik vond deze vlucht uit de door de klok opgejaagde wereld heerlijk. Vreemd genoeg was het stiller in het hart van dit hoog gelegen, nog redelijk dicht bevolkte dorp dan in de nauwelijks bewoonde laagvlakte waar ik vandaan kwam. Vooral 's nachts. Dan klonk niet alleen het gezoem van de ijskast, maar ook gerommel in mijn buik, oorverdovend. 's Ochtends vroeg schrok ik wakker als er iemand door het steegje achter mijn huis liep. Alsof die zo mijn kamer binnenstapte. In het Engaresdal wordt geluid

weerkatst, op deze hoogvlakte sterft het weg. Alleen dichtbij klanken zijn (hard) hoorbaar. Dat stilte toeneemt naarmate je hoger komt, ondervind je ook in de bergen. De geluidloosheid daar maakt het heilige uitzicht over Naxos en het volgende eiland Paros nog grandiozer. Het beviel me zo goed op deze zonnige, maar niet te hete, hoogvlakte dat ik mijn plan om door te reizen naar Amorgos liet varen. Mede door onzekerheid als gevolg van bootstakingen en stormen, maar vooral omdat ik geen behoefte had aan nieuwe sensaties. Mijn verlangen naar tijdloosheid en rust was groter.



Bovendien viel er zo veel te wandelen hier. Binnen één uur ben je op de grimmige berg **Zas**. Voor een andere bergbeklimming lifte ik op een vroege ochtend naar **Apiranthos**. De snoezig ogende cafeetjes daar zaten allemaal potdicht. Dezelfde verlatenheid als ik in Andros Chora had ervaren: alsof er een gifgasaanval had plaatsgevonden. Dus snel door naar de top van de **Fanari**. Daar staat een wit kerkje, waar ik kaarsjes brandde voor de achterblijvers in Rotterdam en voor de bootvluchtelingen op nabijge eilanden. Een gewetensussertje. Ik voelde me zo bevoorrecht, omdat ik vrij van zorgen was. Alhoewel... de afdaling gaf wat stress. Liep drie keer fout, waardoor ik lange en gevaarlijke stukken terug moest lopen. Ik liep sowieso nogal eens klem op de steile desolate winderig berghellingen. Die gele gortdroge grimmige pieken staan in enorm contrast met de van groen naar roestbruin kleurende dalen. Die zachtardiger lager gelegen landschappen zijn me het liefst. Daar kun je dwalen over kronkelende geplaveide *monopáti* en diep ingegroefde holwegen die naar witte dorpjes leiden, langs olijven plukkende families en verlaten Byzantijnse kerkjes. Vanaf Filoti ben je via zulke paden binnen een half uur in **Chalki**. Een mondain op toeristen ingesteld fotogeniek dorp. Nu kwamen daar enkel nog wat jongeren uit Naxos Chora lunchen in het weekend. Liever nog liep ik naar **Dhamarionas**. Vanwege het volstrekt authentieke café **Potirou**. In het hoog gelegen **Moni** werd ik onthaald door de enige aanwezige inwoner. Reuzeblij dat ze eindelijk weer eens iemand haar borduurwerk kon tonen. Dit en het uitzichtrijke terras (**Parádeisos**) maakte de lange zoektocht goed. Pas bij de derde poging kwam ik daadwerkelijk in dit dorp terecht. De weg vinden was vooral de eerste week een probleem, ondanks de Vlaamse aanwijzingen. Daarna lukte het steeds beter om me te oriënteren met behulp van karakteristieke bergpieken, de zon en een wandelkaart. Zodoende bereikte ik de **Demeter tempel**. Die bestaat uit enorme, symmetrisch geplaatste zuilen, die begin deze eeuw zijn heropgebouwd uit marmeren onderdelen die overal verspreid lagen in het **Sangridal**. Dit enorme, vlakke dal strekt zich naar alle kanten uit tot aan de zee. Hier stond ik oog in oog met de plek waar 2.500 jaar geleden de godin van de landbouw werd vereerd. Geen schijn van toerisme, zelfs geen tekstborden. Op de terugweg vroeg ik iemand de weg. Die kon niet geloven dat ik vanaf de tempel kwam lopen. Omdat hij zich enkel per auto verplaatste, wist ik inmiddels beter de weg dan hij. Dat is dan ook één van de redenen waarom ik een gebied het liefst lopend verken. Zo leer je de geografie echt kennen. Ik ontdekte dat het reeds bezochte Potamia hemelsbreed veel dichterbij lag, dan je op basis van de wegen zou vermoeden. Via een doorsteekpas langs de ruïne van het **Apano Kastro** zat ik er zo. Dit fort uit de 13^e eeuw bood weer magnifieke uitzichten over geheel Naxos en omliggende eilanden.

Toen ik een religieus feest in **Akadhimi** bezocht, kwam ik in een volgestouwde kerk terecht. In zwarte jurken gehulde mannen voerden een houten popkast uit, terwijl zure matrones lijdzaam toekeken. Ze straalden gelaten vroomheid uit en leken mijn aanwezigheid niet op prijs te stellen. Zo anders dan de Hindoestaanse devotionele diensten die ik in India heb bijgewoond. Daar word je meteen bij de rituelen betrokken. Ook bij het doornemen van mijn reisbibliotheek spreekt de Oosterse levenshouding me veel meer aan dan de Westerse. De eerste baseert zich op contemplatie en zelfonderzoek, terwijl Westerse denkers zich verliezen in uitkomsten van stompzinnige onderzoekjes. Bij andere mensen en bij dieren. Al dat classificeren, meten en vergelijken staat het leren van de pure eigen ervaring in de weg. De wereld wordt er efficiënter van, maar ook onbarmhartiger, stelt Krishnamurti. Het scheidt afstand in plaats van empathie. Voor sociaal-psychologisch onderzoek, waar ik over las, zijn aapjes gemarteld. Op Naxos kwam ik ook schrijnende dierenmishandeling tegen. Overal staan waakhonden aan te korte kettingen in de felle zon. Een uitzondering vormden twee gezellige keffertjes, die ik aldoor passeerde als ik Filoti in liep. Zodra ik in hun blikveld kwam, spatten ze zowat uit elkaar van blijdschap en renden ze me vrolijk blaffend tegenmoet.

Ik raakte ook bevriend met een Griekse oudere dame. Zij liep enthousiast met me mee toen ik haar de weg vroeg naar het kleine, hoog gelegen witte kerkje (**Agios Ioannis**), dat ik vanuit mijn tuin zag. Van haar leerde ik sali en oregano plukken. Ook oogste ik geregeld bloemen onderweg voor een kleurig boeket in mijn huisje. En ik sprokkelde altijd hout, want ook in deze woning was een open haard.



Vlakbij mijn huis stond een breed uitreikende plataan. Zij verloor steeds meer zachtoranje bladeren. Die werden hier gelukkig niet weg gebladblaast. De hele straat raakte bedekt met dit zachte tapijt. Voorbij die boom, halverwege het naar de hoofdstraat dalende trappenpad, bevindt zich café **Old Cinema**. Waar een rare mix van coole tieners en krasse knarren oude films op videoschermen bekijken. Ik zag daar het nieuws over de slachtpartij in Le Bataclan in Parijs. Ver weg, in een paradijselijk dorp, is de wreedheid daarvan nog onvoorstelbaarder.

Ik kwam ook geregeld in **Pizzeria Duetto**, om te kletsen met de Engels sprekende eigenaresse. Zij moest onverwachts voor een verstoten zwart lammetje zorgen, terwijl ze een paar dagen naar het vaste land moest. Dus bood ik aan om het diertje onder mijn hoede te nemen. Had ik ineens een hooggehakt elfachtige wezentje te logeren. Die geen moment van mijn zijde week. Ook niet 's nachts. Na haar laatste flesje viel ze verzadigd in slaap, met haar hoefjes over mijn buik uitgestrekt. Deze zorg deed me met weemoed denken aan de hond van mijn dochter, die bij me woont als ik in Nederland ben. En aan mijn kleinkinderen. Ik vind het heerlijk om voor anderen te zorgen: als het tijdelijk is.

De bedaarde sfeer in Filoti stimuleerde lange yoga-, meditatie- en studiesessies in mijn tuin. Omringd door jasmijn- en rozengeuren, op de achtergrond geluiden van honden, geiten en ezels, met sierlijk cirkelende duivenzwermen hoog boven me. Onder een dicht druivenbladerdak. Dat door herfstig bladverlies steeds transparanter werd. Aangezien de kracht van de zon ook afnam, bleef de verwarming hierdoor optimaal. Die zon verdween steeds vroeger achter de bergkam, maar als ik dan snel naar een hoger gelegen plateau liep, kon ik haar voor een tweede keer zien ondergaan.

Mijn lichaam kreeg ik met al het lopen en yoga goed op orde, maar mijn geest liet zich moeilijker temmen. Oosterse wijsgeren blijven er maar op hameren dat je los moet komen van op eerdere ervaringen gebaseerde projecties. Je dient je te bevrijden van alle rommel die je geest verzamelt. Herinneringen en verwachtingen maken je denken kreupel. De psychologen Goleman en Dijksterhuis menen echter dat opgedane kennis je intuïtie aanscherpen. Het (onder) bewustzijn kan een paranoïde tiran zijn, maar ook een behulpzame coach. Wanneer is het een slechte of een goede raadgever? Het is in ieder geval zaak om je denkvermogen in te zetten als zinvolle adviseur en niet als paniekerende rampscenarist. Als er geen oplossing is te verzinnen voor een lastige situatie, kun je beter accepteren dan dramatiseren. Kreeg daar mooi oefenmateriaal voor in de vorm van een irritant oud baasje dat aldoor voor mijn tuinhok stond te gluren als ik yoga deed. In plaats van te duiken in een gedachtenfuik vol mannenhaat, beschouwde ik hem als een lastige vlieg en had ik er geen last meer van.

Dwalen in Naxos Chora



De laatste week op Naxos verbleef ik in Naxos Chora. Daar staat op de kop van de haven een iconische **Portara**. Volgens de overlevering zijn Ariadne en Dionysos hier verliefd geraakt, waardoor deze plek bij zonsondergang wordt bestormd door verliefde stelletjes. Maar niet toen ik er was. Wat opnieuw een verstilde confrontatie met de Griekse oudheid mogelijk maakte. Dit kon ook in **het archeologische museum in Kastro** (de wijk rond het oude stadskasteel). Daar is een in tact gebleven mozaïekvloer. Achter gelaten door de Romeinen, die dit eiland vlak voor de jaartelling inlijfden. Tevens vind je hier delicaat Romeins en Grieks glas-en aardewerk. Mij raakte vooral de subtiel-eenvoudige marmeren Cycladische vrouwenbeeldjes. En een paar snoezige terra cotta-laarsjes, die bij een verloren gegaan houten beeld hebben behoord.

De overige musea waren helaas gesloten en de directe omgeving van Chora Naxos biedt vooral have-loze, verlaten badplaatsen. Gezien de minimale busverbinding met meer aantrekkelijke streken, verbleef ik vooral op het strand van Chora. Om te genieten van de prachtige wolkenluchten, het af en aan varen van de gigantische veerboot en het heerlijke weer. Alhoewel het inmiddels al december was. Er was nog één strandtaveerne open, waar ik van in een winkel vol tweedehandsboeken gescoorde Nederlandse literatuur kon genieten.

Ik had een kamer midden in de kronkelige krochten van **Bourgos**, waar vroeger de Venetiaanse kolonistoren woonden. Veel Griekse eilanden zijn in de periode 1204 tot 1715 door de republiek Venetië bezet geweest. Deze overheersing was minder tiraniek dan door de Turken, waar ze voortdurend tegen streden. Die zachtmoediger houding zie je terug in de verfijnde Venetiaanse bouwwerken. Dat had ik al op Andros en Tinos geconstateerd. Desondanks was het wel spookachtig in mijn wijk, met wegschietende krijskatten in schaars verlichte, overkoepelde steegjes. Een Italiaans koppel, die in de kamer boven mij bivakkeerde, liet in een hoekje van dit labyrint een huisje verbouwen. De uitvoerende aannemer bleek lastig aan te sturen. Toen we gingen kijken had hij net een antiek- marmereen aanrecht gesloopt. De ontsteltenis aan Italiaanse zijde was groot. Dit gesteggel aanzien, besloot ik nooit een huis te kopen. Je kunt een droomhuis beter huren dan bouwen. Dat voorkomt niet alleen een hoop gestress, maar biedt ook kansen om steeds weer nieuwe oorden te leren kennen.



Door keer op keer te dwalen door de smalle slingersteegjes van Bourgos en de rest van de Kastro wist ik daar vlak voor mijn vertrek eindelijk de weg. Die aftocht had overigens nog wel wat voeten in de aarde. Bij de on-line incheck bleek de vlucht naar Athene wegens staking gecancelled. Terwijl me was verzekerd dat het vliegverkeer in Griekenland nooit stil werd gezet. Blijkt maar weer dat je je nooit kunt indekken voor het onverwachte. Voordat de paniek over missen van de terugvlucht naar Nederland kon toeslaan, achterhaalde ik dat er nog één boot naar Athene vertrok. Daarna zou alle vervoer stil liggen. Mijn Italiaanse buurtjes namen die boot ook om op tijd weg te komen. Zo werd het toch nog een ontspannen terugreis. Het lukt steeds beter om op reis kalm te blijven als de dingen niet gaan zoals ik verwacht. Tijdens mijn wandelretrates zak ik langzaam in de beste versie van mezelf. Mild en vol vertrouwen. Door die ervaringen besef ik steeds meer wat een hypersensitieve neuroot ik doorgaans ben. Met een perverse babbelbox in mijn hoofd, die intuïtie verstorende ego-oprispingen uitzendt. Waardoor ik een Tolsojsiaanse zoektocht naar zelfverbetering ben beland. Tolstoj heeft er uiteindelijk weinig van gebakken. Hij vluchtte in schijnoplossingen en starre leefregels. Voor mezelf blijf ik hoop houden. Ik blijf studeren, filosoferen en op reis gaan. Want uiteindelijk levert deze queeste naar blijvende innerlijke rust een prima excuus om buiten het toeristenseizoen naar mooie oorden te vertrekken en me die al wandelend eigen te maken.

Boekentips (in volgorde waarin ze aan de orde komen)

- **Alan W. Watts** *De wijsheid van onzekerheid. Wenken voor een angstige tijd.*
- **Mischa de Vreede** *Heilige dagen.* (persoonlijk reisverslag)
- **Theodore Roszak** *Opkomst van een tegencultuur.* (sociologische analyse)
- **H. Oosterling en V. Bhagwandin** *Met drie ogen. Interculturele kruisbestuiving tussen filosofie en spiritualiteit.* (o.a. over de onttovering van de wereld)
- **Jetsunma Tenzin Palmo** *Into the Heart of Life* (Bhoedistische aanwijzingen)
- **J.Krishnamurti** *Laat het verleden los.*
- **Daniel Goleman** *Emotionele intelligenti*
- **Ap Dijksterhuis** *Het slimme onbewuste.*
- **Alan Keightley** *Een druppel Zen in ieders beker.*