

# A D A M

PELGRIMAREN

**IS OPNIEUW  
BEGINNEN**

NOORDERKERK

**ONTMOET  
ZINNIG NOORD  
OVER LIEFDE**

CYNTHIA: **Ik  
leef zonder  
agenda**

*thema*  
**GOED  
BEGIN**

№1

**TAIZÉ IN  
AMSTERDAM**

PIONIERSPLEK GIST

**MAAKT  
BIER EN  
BROOD**



### WERK VOOR BIJZONDERE GEWONE MENSEN

Brouwerij De 7 Deugden is opgericht voor mensen voor wie een gewone baan op dit moment niet vanzelfsprekend is. Om ze de zin in het leven terug te geven, zodat ze weer zelfvertrouwen krijgen en kunnen leren over hun kwaliteiten. Zo werken wij aan een samenleving waarin iedereen mee kan doen, waar iedereen waardering krijgt voor wie hij of zij is en voor wat hij of zij doet. Op de foto zie je Mike aan het werk. Hij is een van onze medewerkers. Lees het verhaal van Mike en van zijn collega's op [www.de7deugden.nl](http://www.de7deugden.nl) en ontdek onze bijzonder gewone onderneming.

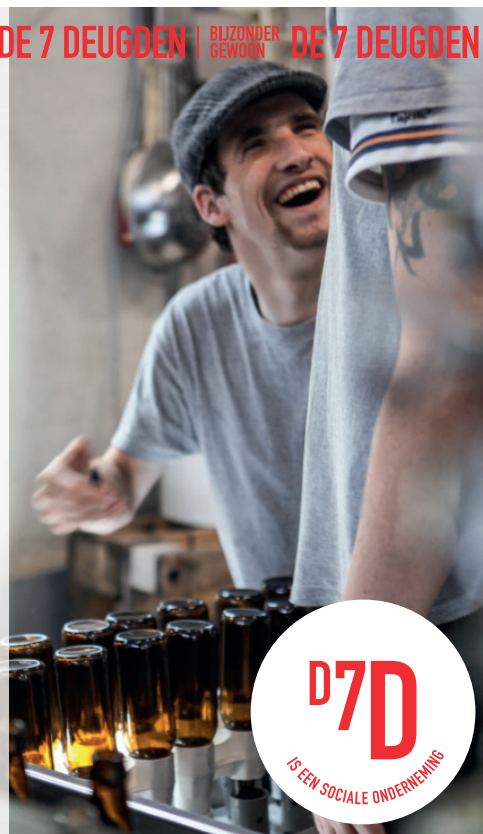
### AANBIEDING

Maak gebruik van onze speciale aanbieding voor ADAM-lezers: 5 euro korting op een rondleiding met proeverij. Boek online via onze website [www.de7deugden.nl/rondleiding](http://www.de7deugden.nl/rondleiding) met de kortingscode\*: **ADAM2024**

\*Code geldig tot 30-06-2024.

Brouwerij De 7 Deugden, Akersluis 8D in Sloten

Je bent altijd welkom in ons proeflokaal voor een biertje of bezoek onze winkel om bieren mee te nemen. Zie onze website voor de openingstijden.



Theater Na de Dam

Theater na  
de Dam

5 & 6 mei  
STUK  
STOPPELMAN

herbeleving van het  
oorlogsverleden van  
Marie Stoppelman,  
gespeeld door  
Gonny Gaakeer.



de Thomas



Programma en kaarten via [dethomas.nl](http://dethomas.nl)

Geniet van heerlijke koffie,  
huisgemaakte taart en vega(n)  
soep in de unieke sfeer van de  
historische werfkelders van de  
Diaconie Amsterdam.

Blend Amsterdam  
ondersteunt jongvolwassenen bij  
integratie en re-integratie.

:)

Ontdek  
Blend Café

 blend  
amsterdam

Nieuwe Herengracht 18, werfkelder  
di, do en vrij 9:30 uur tot 14:00 uur  
Meer info en actuele openingstijden:  
[www.blend.amsterdam](http://www.blend.amsterdam)





## COLOFON

ADAM is een uitgave van de Protestantse Kerk Amsterdam (PKA) en verschijnt 4 x per jaar. Met dit magazine willen we alle Amsterdammers inspiratie en verwondering bieden, gelovig of niet, en hen kennis laten maken met de diepte en inhoud die de Protestantse Kerk in Amsterdam te bieden heeft. De naam ADAM verwijst naar de eerste mens uit het scheppingsverhaal ('mannelijk en vrouwelijk schiep Hij de mens') en naar Amsterdam, dat afgekort als A'dam te lezen valt in deze naam.

**VORMGEVING** VillaGrafica

**DRUKWERK** Damen Drukkers



## CONTACT

Voor opgave  
(of, we kunnen het

ons niet voorstellen, afmelden) mail  
abonnementen@protestantsamsterdam.nl  
of scan de code: Inhoudelijke vragen of  
ideeën redactie@adam.nl



**Protestantse  
Kerk**



@protestantsamsterdam



Protestantse Kerk Amsterdam



protestantsamsterdam.nl

## DE MAKERS VAN Z TOT A

Tekstschrijver **HANNA YOO** heeft van haar hobby's haar werk gemaakt, en houdt zich daarom vooral bezig met muziek, theologie en mensen met een beperking. ♦ **ALINE VAN DE WATERING** is net moeder geworden van een prachtig kind. Vanuit haar nieuwsgierige open blik op de wereld beschrijft ze de verrassendste observaties. ♦ Stadspredikant **TIM VREUGDENHIL** beschouwt z'n smartphone als kerk. Heeft een hekel aan bellen, dat wel, maar is juist dol op whatsappen. Woont in Bos en Lommer en loopt drie keer per week hard. ♦ **ELS VAN SWOL** is een lettervreter. Leest alles en recenseert nog meer. Van boek tot concert, van film tot theatervoorstelling. Thuis blokfluit ze de sterren van de hemel en verder kijkt ze graag detectives. ♦ Vormgever **MARLIJN VAN DER LANS** creëert het liefst vanuit chaos. Kookt graag en houdt van spelletjes. Ze kan goed *escapen* uit *rooms* en denkt op vrijdag vooral aan wijn. ♦ Journalist en podcastmakers **DREES KOREN** vraagt liefdevol door. Hoofd vol ideeën, danst op blote voeten en per ongeluk feminist. Thuis zetten haar vier (b)engel(t)jes de boel op de kop. ♦ Niets ontgaat de camera van **SANDRA HAVERMAN**. Ze fotografeert op de meest opmerkelijke wijze en in haar vrije tijd nemen haar honden haar mee op avontuurlijk modderige wandeltochten. ♦ Roze predikant van Amsterdam en - ja echt - Ridder in de orde van Oranje-Nassau **WIELIE ELHORST** zet zich onvermoeibaar in voor homo-emancipatie. Hij maakt queer + kerk tot een welkome combinatie. ♦ Eigenwijze fotograaf **MARLOES VAN DOORN** wordt altijd een beetje verliefd op degene die ze mag fotograferen. Dol op natuur, andere mensen en een wereldverbeteraar in het klein. ♦ **LEANNE DIJKDRENT** fotografeert met plezier, zegt altijd nee, doet altijd ja en gaat het liefst kringlopen om rust in alle chaos te scheppen. ♦ Na haar werk als communicatiemedewerker fietst **BAUKJE BURGGRAFF** door de fietsstraten van Amsterdam, schrijft ze kinderverhalen of vind je haar in de Keizersgrachtkerk. Uniek: ze pakt met plezier de telefoon om er écht mee te bellen. ♦ Hoofdredacteur **NELLEKE BOS** zwemt het jaar rond in het IJ, moestuiniert en stookt graag vuur. Je kunt haar wakker maken voor appeltaart.

# INHOUD



**8  
TWEEGESPREK**

*Noorderkerk &  
Zinnig Noord  
over de liefde*

**13  
HART & ZIEL**

**14  
KLAVERTJE DRIE**

*Alledaags geluk*

**16  
INTERVIEW**

*met Cynthia  
Cudogham*

**22  
AGENDA**

*Niet te missen*

**26  
LIEVE STAD**

*Bier en brood  
met Gist*

**32  
BOEKEN**  
*voedsel voor de ziel*



**35  
QUEER**  
*in de kerk*

**36  
KERK IN BEELD**  
*Nassaukerk  
vroeger en nu*

**40  
REPORTAGE**  
*Pelgrimeren*

**46  
KUNST**  
*Het Brandend  
braambos*

**48  
STILTE**  
*in de stad*



# Goed begin



## WELKOM



Wat inspirerend allemaal! Geef de makers een kopje koffie



Krijg ADAM elk kwartaal op de mat

Adam, die eerste mens, was ongetwijfeld vol vertrouwen, goedgevolg. Die had geen redenen om bang of wantrouwig te zijn. De aarde was nieuw en goed, en lag aan diens voeten. Naïef? Misschien. Maar stel je toch voor hoe de wereld zou zijn als we die vol geloof en vertrouwen bewandelden. Kun je je Amsterdam zo voorstellen? Met het blad ADAM kijken we vast met dat geloof en vertrouwen om ons heen.

Amsterdam lijkt bepaald niet op het paradijs, zou je kunnen betogen.

Paradijselijk of niet, Amsterdam is het stukje aarde waarop wij ons bevinden, nu. Hier hebben we het te doen. Deze plek delen we met elkaar. Hier kunnen we dankbaar zijn voor al het mooie en de handen uit de mouwen steken voor dat wat mis is.

En we zijn daarin niet alleen. Lees maar wat Gist (De lieve stad, pag 26) met bier, brood en geloof teweegbrengt. Of hoe Cynthia Cudogham (Interview, pag 16) met innerlijke rust haar nieuwe generatie Amsterdammertjes groot krijgt. Sta stil bij klein geluk (Klavertje drie, pag 14) dat overal

vandaan kan komen. Ontdek de talrijke plekken (Stilte in de stad, pag 48) waar je welkom bent om een lichtje aan te steken. ADAM verzamelt de mooiste initiatieven, vanuit mensen die geloven in God, het leven of elkaar. Ons vertrekpunt is de Protestantse Kerk Amsterdam, in de volle breedte en diepte, en verbindt zich met de hele stad. Mensen, jong en ouder, die niet opgeven en die het waardevolle blijven zien, dwars door Amsterdam. Vernieuwers en volhouders, pioniers en dragers van tradities.

ADAM wenst dat onze stad een welkome plek voor je is. Waar je mensen ontmoet, waar je je laat inspireren, waar je rust, stilte en bezieling vindt. Een plek vol uitwisseling waar alles wat jij en ik geloven elkaar mag raken - en elke dag een nieuw begin mag zijn, alsof je voor het eerst de wereld inkijkt.

*Nelleke Bos*







INSPIRATIE



*Dat de reis van je leven  
met liefde is omgeven.*

*Dat de aarde je draagt  
en de wind je vervoert.*

*Dat de weg open ligt  
en de zon je doet stralen.*

ROSALIE KUYVENHOVEN

# DE LIEFDE

In elke editie van ADAM Magazine gaan mensen van twee verschillende geloofstradities met elkaar in gesprek over een relevant thema. Zonder een uitkomst als doel - maar puur om ons te verdiepen. Deze editie trappen we af met -en we raken er maar niet over uitgesproken- de liefde.

*Tekst: DREES KOREN Fotografie: MARLOES VAN DOORN Met dank aan EYE BAR RESTAURANT*

**W**at betekent liefde? En hoe kun je naar liefde kijken vanuit wat jij gelooft? Marja Sijpenstein (Noorderkerk) en Jacquélien Weel (Zinnig Noord)

verkennen hun beelden van liefde ieder vanuit hun eigen geloof en ervaring.

**JACQUELIEN:** ‘Liefde is de kern van alle zingevingstradities. En ook God ís liefde. Over liefde spreken maakt het makkelijk om open te zijn voor iedereen.’

**MARJA:** ‘Als je over de liefde wilt leren, ben je bij Jezus aan het juiste adres. **Liefde is alles wat de wereld en het leven mooi maakt.** Of, als het niet zo mooi is, het draaglijker maakt.’

**JACQUELIEN:** ‘Vind jij dat de liefde alles beter maakt? Ik weet het nog zo net niet. En **er is niets dat zo veel pijn kan doen als de liefde.**’

**MARJA:** ‘Liefde maakt je kwetsbaar. En het kan

moeilijk zijn om altijd vanuit liefde te handelen. Gelukkig kan ik inspiratie en wijsheid uit het geloof putten. Of eigenlijk: uit God. Als ik het even niet meer heb, krijg ik het als ik erom vraag.’

**JACQUELIEN:** ‘Hoe doe jij dat dan?’

**MARJA:** ‘Door een schietgebedje bijvoorbeeld. Het helpt. Laat ik een voorbeeld noemen: **ik had een meningsverschil met mijn man en ik vond toch echt wel dat God hem moest laten inzien dat hij ongelijk had** (lacht). Nou, dat gebeurde niet meteen op de manier waarop ik dat bedacht had. Maar toch veranderde er daarna wel iets, weliswaar niet bij hem, maar bij mij. Ik kreeg meer geduld en inzicht in de situatie.’

**JACQUELIEN:** ‘Is dat dan door God gegeven of doen we het zelf? Ik vraag niet per se aan God, maar **er is wel een soort weten dat we één zijn.** Als we een gesprek hebben en ik herken mezelf in de ander, dan weet ik: oh ja, jij bent ik en ik ben jij.



# Hebben we die schaamte en schande te wijten aan de Bijbel of aan de cultuur?



Dat noem ik het eenheidsbewustzijn. Maar misschien komt dit meer uit de esoterische hoek?

**MARJA:** 'In de kerk ben je allemaal gelijk en met elkaar verbonden. Daarmee bedoelen we wat jij zegt, maar we gebruiken er een andere taal voor. De terminologie is niet bij iedereen bekend en dat kan het lastig maken om elkaar te begrijpen. Maar **als we het over de liefde hebben, en dus over God, dan vinden we elkaar.**'

**JACQUELIEN:** 'We lopen allemaal onze eigen weg om te leren wat liefde is. En dat kan in de loop van de tijd veranderen. Vroeger dacht ik dat iets liefdevol was, maar met de kennis van nu zou ik het anders doen. Met een oude vriendin bijvoorbeeld. Haar visie stond zo ver bij mij vandaan dat ik de vriendschap toen niet kon behouden.'

**MARJA:** 'Als je ouder wordt, leer je realistisch te zijn. Dat je verschillend kunt denken over andere dingen. Dat kan best spannend worden. Je kunt je af gaan



## Marja Sijpenstein

is gemeentelid bij de Noorderkerk en manager bij Scharlaken Koord, een organisatie die zich inzet voor mensen in de prostitutie. Ze is al dertig jaar getrouwd met haar man. Samen hebben ze twee kinderen. Als moeder van twee geadopteerde kinderen uit Taiwan is ze min of meer gewend om zichzelf te moeten verantwoorden voor haar keuzes. Ze streeft ernaar dat ze die altijd maakt vanuit liefde.



vragen: is de liefde over? Of zijn we gewoon verschillend? Ken je de songtekst van Don Francisco? Hij zingt: *'Love is not a feeling, but an act of your will.'* Deze zin kan een groot verschil maken.'

**JACQUELIEN:** 'Hm, in het woordje *will* zit iets... iets doelgerichts ofzo. Maar ik herken het wel; leven vanuit liefde is een intentie.'

**MARJA:** 'In de Bijbel staat: heb God lief boven alles, en: heb de ander lief zoals jezelf. Vroeger hoorde ik vooral het stuk over de ander liefhebben. Maar jezelf liefhebben staat dus net zo goed in dat grote gebod.'

**JACQUELIEN:** 'Veel mensen denken dat naastenliefde de opdracht is om jezelf weg te cijferen. Alsof je de hele tijd met anderen bezig moet zijn.'

**MARJA:** 'Kun je jezelf liefhebben? Dat kan vooral als je je geliefd voelt door God. Dat is het fundament. Een geruststellende gedachte: je hoeft het niet uit jezelf te halen. Mensen die niet in God geloven zien dat

# Als we het over de liefde hebben, en dus over God, dan vinden we elkaar

wellicht anders. Dan hangt het af van andere factoren; of ze zich geliefd voelen door hun ouders bijvoorbeeld. Ik zie veel ravage om mij heen, juist doordat de liefde ook moeilijk is. **Ik werk met vrouwen en mannen in de prostitutie**, die in hun jeugd vaak met misbruik te maken hebben gehad. Zij weten zich niet geliefd en het is een hele opgave voor hen om zich geliefd te kunnen voelen. Als zij God leren kennen zeggen ze vaak: hierdoor verandert alles. Dan weten ze zich ineens geliefd, ongeacht hun verleden.'

**JACQUELIEN:** 'Het gaat om iets dat groter is dan jezelf. **Voor mij is de liefde mooier zodra het met anderen is.** Zelfliefde met jezelf is heel fijn, maar waar het uitgewisseld kan worden wordt het zo veel rijker. Dat is waarom we hier op aarde zijn, naar mijn idee.'

**MARJA:** 'Ik denk dat Gods liefde, dus de liefde *an sich*, grenzeloos is. Maar ik denk dat wij als mensen niet grenzeloos zijn. We doen elkaar pijn.'

**JACQUELIEN:** 'Maar grenzen zijn niet statisch, zeker in de liefde niet. Het is spannend om dat te blijven onderzoeken. **Ik heb een dynamisch liefdesleven** (zie kader). Ik leg de hele tijd de vraag bij mezelf neer: is dit wat ik doe liefdevol? Ik zou die vraag ook bij God neer kunnen leggen, dat is abstracter.'

**MARJA:** 'Ik kan goed volgen wat je zegt. Het lijkt mij alleen wel gemakkelijker om met één partner te verbinden. **Als het gaat om intimiteit, overgave en vertrouwen, denk ik dat het vrijwel is onmogelijk om dat met meerdere mensen te delen.** Dat is ook één van de geboden in de Bijbel. Ik denk altijd dat die geboden er zijn omdat we zo







### Jacquelin Weel

is pionier en programmamaker bij Zinnig Noord, een open community voor zingeving. In haar persoonlijke leven noemt ze zichzelf tantrika (beoefenaar van tantra). Hoewel ze officieel nog getrouwd is met haar vrouw, zijn ze niet meer in een liefdesrelatie. Ze hebben samen twee kinderen, waarmee ze *bird nesten* (de kinderen wonen in het huis, de beide ouders vliegen om beurten in en zijn er momenten samen). Als polyamoureuze vrouw heeft ze meerdere romantische relaties en probeert ze zich te laten leiden door de liefde en niet de maatschappelijke norm.



in elkaar zitten, en dat we er daarom het meeste aan hebben als we die opvolgen. Maar goed, God kan overal mee uit de voeten, dat is het probleem niet.'

**JACQUELIEN:** 'Je bedoelt het gebod 'Gij zult geen overspel plegen'. Dat is iets anders. Dat gaat over trouw. En daar ben ik het mee eens. **Juist als je intieme relaties met meerdere mensen onderhoudt, is het belangrijk om trouw te zijn aan jezelf en de ander**, open te communiceren en eerlijk te zijn. Ik heb ook geleerd mijn ja een ja te laten zijn, en mijn nee een nee, zoals het in de Bijbel staat. Als ik jou goed begrijp, is het voor jou de beste keuze om te kiezen voor verbinding met één persoon. Dan stroomt de liefde het best en werkt God in je. **Bij mij stroomt de liefde momenteel het best met meerdere geliefden.**'

**MARJA:** 'Ik denk dat God ons inzet om de dingen te laten gebeuren die hij belangrijk vindt. Liefde en trouw lijken mij niet gemakkelijker in de praktijk te brengen bij de keuzes die jij maakt. **Ik heb maar één relatie en daar moet ik al veel energie in stoppen.** Laat staan meerdere.'

**JACQUELIEN:** 'Ja, dat is gecompliceerd vanuit jouw perspectief. En soms ervaar ik het ook zo. Mijn ouders zijn vijftig jaar

getrouwd en ik vind het prachtig om te zien hoe ze telkens hun weg vinden. Dat is zeker niet eenvoudig geweest. Ik ben blij dat ik me nooit beperkt voel door God. Onlangs was predikant Wielie Elhorst bij Zinnig Noord en hij vertelde dat er in de Bijbel niets te vinden is over hoe we dienen te relateren. Dat was wel fijn om te horen, toen voelde ik me toch wat minder apart.'

**JACQUELIEN:** 'de Bijbel gaat het nooit over Jezus in een liefdesrelatie. Het gezin als hoeksteen van de samenleving zie ik bij hem niet terug. Maar goed, dat geeft dan ook ruimte voor eigen onderzoek.'

**MARJA:** 'Jezus wordt niet als seksueel wezen beschreven. Dat is wel zo prettig voor ons, zodat we allemaal aan hem kunnen relateren.'

# Kun je jezelf liefhebben? Dat kan vooral als je je geliefd voelt door God



**JACQUELIEN:** ‘Nou ja, dat zou je ook om kunnen draaien. Nu is seksualiteit belast met de nodige schaamte en schande.’



**MARJA:** ‘De vraag is of we die schaamte en schande te wijten hebben aan de Bijbel of aan de cultuur. **Het ligt aan de cultuur dat we over seks zwijgen of juist, op straat, van alles roepen.** Maar in de Bijbel staat genoeg over seks, menstruatie, overspel, trouw. Neem het Hooglied; een expliciete seksuele lofzang, vol verlangen, op het lichaam van de ander. Ik weet nog dat ik dat als meisje met rode oortjes las. Ik zeg altijd: God heeft ons bedacht met alles erop en eraan, met ons hele lichaam, inclusief geslachtsdelen, met de bedoeling om ze te gebruiken, lijkt mij. En over die schande en schaamte gesproken: Rachab, een van de voormoeders van Jezus, was prostituee. God zegt: “Laat haar een voorbeeld zijn voor ons allemaal.” Hij heeft geen oordeel over haar gedrag, dat hebben wij, de mensen ervan gemaakt.’

**JACQUELIEN:** ‘De uitdaging zit hem erin dat we zien dat het goed en het kwaad in ons allemaal zit en dat we de polariteit omarmen. En we juist weer niet willen polariseren.’

**MARJA:** ‘De liefde vraagt dat je eerlijk en helder voor je overtuiging uitkomt en het uitspreekt als je het niet met elkaar eens bent.’



**JACQUELIEN:** ‘Vanuit de intentie van de liefde. Dat verschillen er kunnen zijn, dat we daar samen mee kunnen zijn. En **ook als we elkaar niet begrijpen, kunnen we nog steeds van elkaar houden.**’ 🐦

**Als we het over de liefde hebben, en dus over God, dan vinden we elkaar**



TEKST BAUKJE BURGGRAAFF  
BEELD MARLOES VAN DOORN

# HART en Ziel

**S**tudente Eva Schuddebeurs (20) uit Amsterdam geeft met nog drie anderen, leiding aan de tienerclub van ongeveer dertig tieners van 12 tot 15 jaar van de protestantse Jeruzalemkerk en Regenbooggemeente, de Tituskapel en de kerk Via Nova. 'We beginnen met een maaltijd. Daarna maken we kleine groepjes en beginnen we met een hoe-gaat-het rondje. Vaak gaat dit over school. Daarna hebben we het over een thema, dat kan een Bijbelverhaal zijn, zoals over Jozef in de put. We hebben hier een gesprek over, de tieners worden gevraagd om een toneelstukje te verzinnen of om gedachten over het verhaal op een briefje te schrijven en als je wilt, te delen. Soms loopt het uit op chaos, maar dat hoort erbij! We sluiten vaak af met een gebed. Ook doen we af en toe sponsoractiviteiten: we hebben geschaatst op de Jaap Edenbaan en we hebben op een zaterdag taartjes, brownies en koekjes gebakken. Op de zondag erna, na de dienst, hebben we ze verkocht voor een sponsorkind. Ik heb geen ingeving gehad van 'ik moet dit gaan doen', maar ik doe het wel vanuit mijn geloof. Tieners



vertellen wat ze op hun hart hebben. Het is fijn om er te zijn voor hen als er wat is. Fijne avonden wil ik met ze creëren. Het is heel gezellig met de tieners. Ik hoop dat de tienerclub een vertrouwde plek is om te groeien in vriendschappen en ook in het geloof. Ze kunnen zo ook andere christelijke jongeren ontmoeten, waarin ze zichzelf kunnen herkennen. Op school zijn ze meestal de enige tiener in de klas, die gelooft. Dan begin je er niet zo gauw over. Andere jongeren in de klas

## Tieners vertellen wat ze op hun hart hebben

begrijpen het misschien niet altijd of weten niet, hoe ze het met jou over het geloof kunnen hebben. Vroeger ging ik zelf ook naar de tienerclub: het deed mij goed om

het geloof te kunnen delen met andere tieners. Daarom vind ik het ook mooi om nu in de leiding te zitten.

De muziek in de Jeruzalemkerk wordt op zondag verzorgd door een band en een orgel. We zingen Engelstalige liederen en ook opwekkingsliederen, die aansluiten bij tieners en studenten. Samen zingen vind ik heel fijn. Ik zing ook wel eens in de band, net als mijn zusje. Mijn vader speelt zo nu en dan gitaar en mijn moeder piano. God heeft de wereld mooi gemaakt. Ondanks dat je het misschien niet altijd voelt, mag je wel weten dat God altijd bij je is.'

**KLAVERTJE DRIE**

# ALLEDAAAGS GELUK



We dromen zo vaak van het grote geluk, het vinden van dat ene klavertje vier. Het bijna onbestaanbare ultieme geluk. Als we die loterij winnen, we dat huis hebben, die kinderwens vervuld is, of er vrede op aarde is, dán zal het leven geslaagd zijn. Intussen hoeven we niet werkeloos te wachten. De kunst is om de klavertjes drie te zien die op je pad komen. Kleine gelukjes.

Samengesteld door BAUKJE BURGGRRAFF

Beeld SHUTTERSTOCK



Een klavertje drie valt in de regel niet op, maar kijk nu eens goed, en zie hoe prachtig het is.



## MOEDER OP HET MANNENTOILET

'We hadden kortgeleden een familiefeestje omdat mijn moeder 88 jaar werd. We vierden dit in een prachtig verbouwd dorpscafé. De eigenaresse liet enthousiast zien hoe alles geworden was. Op een gegeven moment zei een van mijn broers dat ik op het mannentoilet moest kijken, omdat er een wand was met fotobehang van heel oude krantenknipsels. Daarin zat een tekst, geschreven door mijn opa. De eigenaresse vond dit zo leuk dat ze graag mijn moeder wilde fotograferen naast de naam van haar vader, en zo poseerde mijn oude moedertje op haar verjaardag vol trots op het mannentoilet.'

~ GERBRIG KAMPS-LETTINGA

## JE BENT ER, EN DAAR GAAT HET OM

'Op een dag raakte ik burn-out. Toen ik weken later weer eens met tegenzin op het werk verscheen, zei een collega: "Je bent er weer!" "Ja", zei ik, "maar vraag niet hoe!" "Dat geeft niet", antwoordde hij: "Je bent er, en daar gaat het om. Tel je zegeningen!" Toen realiseerde ik me hoe belangrijk dat is, want "je zegeningen tellen", focussen op wat goed gaat, ook op dagen dat alles tegenzit, helpt een mens om juist die rotdagen door te komen. Een vriendin leende me het boek *One thousand gifts* van de Canadese Ann Voskamp. Zij beschrijft daarin hoe het haar hielp om beter in haar vel te zitten toen ze een lijst ging aanleggen van 1000 dingen waar ze dankbaar voor was. Die twee: je zegeningen tellen en dagelijks bekijken waar je blij mee of dankbaar voor bent, dat is een ijzersterke. Groot hoeft het helemaal niet te zijn: de glimlach van een zwerver op straat, de kaarsen die je toevallig aan hebt terwijl de stroom uitvalt, een grappig verkeersbord, de zon die weer in de tuin schijnt aan het eind van de winter, de onverwachte gast aan tafel. Ik doe het bijna dagelijks. En ik publiceer het op Facebook. Want warempel: je kijkt er anders door naar wat het leven je brengt.'

~ SIETSKA VAN DER HOEK



*Interview*

# Rust en vertrouwen met Cynthia Cudogham

Met zeven kinderen in hartje Amsterdam, al meerdere seizoenen in beeld bij tv-serie Een huis vol, een opleiding en daarbij nog 'gewoon' werk. Het leven van Cynthia en haar man Iven is een drukke boel. We vragen Cynthia: hoe blijf je in balans in dit volle leven?

*Tekst NELLEKE BOS | Beeld SANDRA HAVERMAN*





**H**et maken van onze afspraak voor dit interview kun je exemplarisch noemen. Na een eerste enthousiaste reactie ('Ja, tuurlijk doen we mee!') was het zoeken om daadwerkelijk een moment te plannen. Dat gaat dan ook in grote zorgvuldigheid. In de ochtend is het beste, dan rennen er geen kinderen rond en hoeft er ook niemand naar een sport- of andere club gebracht of gehaald. En de locatie? We wilden van harte bij Iven en Cynthia thuis afspreken, maar ze hadden een beter idee: liever buitenshuis, dan had een van de pubers het rijk alleen om in alle rust te studeren. Kortom, alles voor een goeie flow.

Hoe zorg je voor je rust binnen dit alles? 'Ik denk dat het grootste verschil voor mij is dat ik de planning ook weer los kan laten. Als ik bezig zou zijn met alles wat moet gebeuren in een dag, ja, dan geeft dat druk. Ik hoef niet zonodig te haasten naar yoga om daar mijn rust te pakken, ik vind juist tijd voor mezelf in al die kleine tussenmomentjes. Ik leef zonder agenda, heb letterlijk geen schriftelijke agenda, omdat ik denk dat het je hoofd vol maakt als je de hele tijd voor je neus ziet wat er moet gebeuren.'

Wat betekent rust voor jou en waar vind je die? 'Rust kan stilte zijn, maar ook letterlijk stoppen met dingen, even níet in beweging komen, stilstaan in het moment. Heb ik behoefte aan stilte, dan loop ik even weg. Soms wil je verbaal niet in contact zijn, zoals even niet appen, bellen, mailen. Daarin leg ik mezelf trouwens geen regels op. Ik leg dus niet standaard mijn telefoon weg in de avond, want als ik net met een vriendin in een leuk appgesprek zit, dan haal

# Ik hoef niet zonnodig te haasten naar yoga om daar mijn rust te pakken

ik daar energie uit, en hoef ik dus niet mijn telefoon weg te leggen 'omdat de regel is: geen telefoon in de avond.' Wat ik wel doe, is mijn leven inrichten volgens redelijk vaste ritmes. Die patronen geven ook rust. Vooral met een gezin is dat wel handig dat iedereen weet waar die aan toe is.'

Momenten om te reflecteren, hoe vind je die? 'Mensen om me heen zijn spiegels voor me. Ik blijf in verbinding met iedereen, en ik denk dat het me ook scherp houdt. Met de een ben je het roerend eens, en de ander helemaal niet. Daardoor weet je ook weer waar jij zelf staat. Als ik echt bij iemand te rade wil gaan, is dat mijn man Iven. Geregeld vraag ik hem: 'Ben ik op de goede weg, wat vind jij hier nou van?' Hij is in veel opzichten zo anders dan ik, daar groei ik van, en onze relatie ook. Juist in de verschillen vind je elkaar en kom je weer samen, tenminste als je allebei bewust wil groeien met elkaar.'

## **Wat kreeg je van vroeger mee als het gaat om rust vinden en bij jezelf blijven?**

'Mijn vader is mijn grootste voorbeeld geweest. De rust in zijn manier van praten! In zijn benadering van mensen is hij heel aanwezig en vormend geweest voor mij. Ook in maatschappelijke vraagstukken was hij op een mooie manier kritisch, zo vroeg hij zonder oordeel dóór: waarom heb je dit gedaan zoals je dit gedaan hebt? Mijn moeder pakte dat ook zo aan, hoor. Alleen heb ik haar minder lang meegemaakt. Zij stierf toen ik 27 was. Ik ken haar als een harde werker. Hard aan het werk om creatief te zijn, om

dingen voor elkaar te krijgen. Om als vrouw een positie te bekleden waar vaak mannen zaten. Je niet in een hoekje laten drukken, je eigen koers varen, dat heb ik van haar meegekregen. Een sterke vrouw. Mijn ouders waren er allebei voor ons, ze wisselden werk en zorg af, en dat was voor mij als kind in de jaren tachtig heel bijzonder. Mijn vriendinnetjes hadden allemaal vooral hun moeder thuis.'

## **Groeide je op met een geloof?**

'Mijn moeder is geboren in Amsterdam, en geadopteerd in een katholiek gezin in een Noord-Hollands dorpje. Niet streng gelovig, maar het geloof was wel aanwezig. Mijn vader is in Suriname geboren in een katholieke familie, maar hij heeft zich vrijgemaakt. Hij wilde niets met dat geloof te maken hebben. Ik groeide echt op in zo'n VPRO-gezin. Ik heb nooit echt gevraagd wat de reden voor hem was om zich uit te schrijven, maar ik denk dat ik het wel weet: hij had altijd moeite met machtsvertoon. De kerk was vrij hiërarchisch, zeker vroeger, en daar was hij kritisch op. Ook het instituut 'kerk' met alles wat eromheen hing, en hoe het geloof in de slavertijd werd opgedrongen. Daar had mijn vader sterke gevoelens bij. Maar we bezochten dan wel in de vakanties in Frankrijk allerlei kerken. Mijn vader kende de grote verhalen uit het jodendom, christendom, noem maar op. Hij was belezen en breed geïnteresseerd. Er was ruimte voor wie geloofde. Bij ons thuis kwamen mensen met verschillende geloven, en als je wilde bidden, dan kon je bidden.'

## **Heb jij rituelen voor belangrijke momenten in het leven?**

'Vooral in de adventperiode ben ik bezig met rituelen. Dan lopen we door de Jordaan, beginnen we bij dat kerststalletje bij de Noorderkerk. Ik voel van binnen dat ik dat moet doen, heel grappig. Na het overlijden van mijn ouders voelde ik ook sterk: wat fijn als je een plek zou hebben waar je bij elkaar komt, of om dan een gemeenschap te hebben waar je meer eenheid kunt voelen. Dat vind ik iets heel moois.





Geloof kan houvast en ook verklaring geven, en daar pak ik op mijn manier iets van mee. Mijn ouders voedden ons wel echt op vanuit waarden die je in de grote religies in de wereld ook terug ziet. Maar dan zonder een kerk. We hadden wel rituelen. Zoals *sweet watra* tijdens de jaarwisseling. In dit overgangsritueel maakte mijn vader een badje om het negatieve weg te wassen in het oude jaar, en schoon aan het nieuwe jaar te beginnen.'

**Wij zijn niet de  
krachtigste op  
aarde, er zijn meer  
krachten**

---

**CYNTHIA CUDOGHAM:**

is moeder van zeven kinderen, en geeft kinderkookworkshops in Amsterdam onder de naam 'Stip en Tijger'. Het heerlijke gezin van Cynthia en haar man Iven is al meerdere seizoenen te zien in tv-serie Een huis vol. Ze deelt over haar leven via insta: @stipentijgermam7 en @familiecudogham

---

**Je hebt een woestijnroos bij je. Wat betekent die steen?**

'Deze steen was er al voor mijn geboorte. Mijn ouders zijn tijdens hun allereerste vakantie, in hun verkeringstijd, samen naar Algerije gegaan en reisden door de woestijn. Ze hebben daar deze woestijnroos gekocht. Die steen lag altijd op hun nachtkastje. Als kind kwam ik vaak in hun slaapkamer, we mochten hutten maken en op het bed springen dus ik speelde er veel. Na hun verhuizing kwam de steen in de woonkamer te liggen en werd daar zichtbaarder. Toen mijn vader overleed, twee jaar geleden, mocht de steen met mij



De woestijnroos herinnert  
aan Cynthia's ouders





# Zonder ouders wordt je hele zingeving wel op scherp gesteld: waarvoor leef ik eigenlijk?

mee. Ik kijk er vaak naar en zo brengt die me terug naar toen. De woestijnroos heeft veel verschillende vormen, is robuust maar ook heel zacht. Hij heeft gewoon alles. Als íets me rust geeft, is het die steen. Ik doe er niet zozeer iets speciaals mee, maar steek wel vaak de kaarsjes aan rond de steen. De woestijnroos heeft connecties met mijn ouderlijk huis en het leven van vroeger. Voor de kinderen is die steen ook vertrouwd van bij opa en oma, en ik ben zo blij dat die steen door de verhuizingen heen nog heel is gebleven. Er gaat in het leven zoveel stuk onderweg. Je denkt: dit wil ik koesteren, en dan blijkt het gewoon al verdwenen. Deze steen is niet eens de mooiste, maar hij is er gewoon altijd. Een anker.'

## **Je beide ouders leven niet meer. Hoe ervaar je dat?**

'Heel vreemd, ontheemd, de basis is weg. Bij allebei mijn ouders eindigde hun leven voor mijn gevoel te vroeg. Zonder ouders wordt je hele zingeving wel op scherp gesteld: waarvoor leef ik eigenlijk? Ik zei op mijn vaders sterfbed: 'Wat moet ik nou zonder jou?' En hij reageerde met 'Kom op Cynthia, je hebt een man en kinderen. Je hebt een eigen familie, hoe kun je dit nou zeggen?' Hij had gelijk, maar nu ben

ik niemands kind meer, en dat blijft gek. Het is mijn beurt om de verhalen levend te houden en door te geven.'

## **Heb je vormen om dat soort fases van verandering te doorleven en markeren?**

'Door erover te praten, de herinneringen en verhalen levend te houden. Dat zorgt voor verwerking en de kracht om door te gaan. Ook voor de kinderen. Ze maakten de dood van hun opa bewust mee, en ik denk dat het hen ook helpt dat de verhalen blijven. Ik wil er niet teveel woorden aan geven hoor, het gewone leven gaat ook door. Er zijn wel bepaalde rituelen waar ik van houd, zoals de verjaardag van mijn vader, die we nog vieren zoals we die vierden toen hij nog leefde.

Ook in stilte ben ik bij mijn ouders. Als ik door de stad fiets denk ik 'dit zien zij nu niet meer'. Maar ik heb geen plek waar ik naar toe ga om stil te staan bij de grote dingen. Het stilstaan gaat bij mij door het hele leven heen, het voelt voor mij geforceerd om naar een plek toe te gaan om dáár dan bewust aan iemand te denken.'

## **Wat zijn je inspiratiebronnen?**

'De zee. Water, sowieso. De ultieme plek waar ik me kan terug trekken is wel de zee. Om stil te zijn, om te ervaren dat wij mensen niet de baas zijn, want de golven zijn altijd sterker. Wij zijn niet de krachtigste op aarde, er zijn meer krachten. En daar haal ik dan weer kracht uit voor mezelf. De zee is nooit hetzelfde: nu eens woeste golven, en dan weer heel kalm. En dat ervaar ik in de stad ook: de stad is geen dag hetzelfde. Als je met aandacht door de stad fietst en niet teveel in je hoofd zit met je to-do-lijstjes, zie je zoveel moois. Overal zoek ik het water op. Aan zee, maar ook hier aan het IJ en langs de grachten. Het water is voor mij een reflectie, je ziet jezelf letterlijk in het water, en het geeft me rust en vertrouwen dat het allemaal wel goed komt! 



MAART // APRIL // MEI

# agenda

De Amsterdamse agenda waar je blij van wordt. Scherp je geest en voed je ziel van concert tot meditatie, gebed tot debat.



Muziek in de Oude Kerk

## Maart

**MRT Verbanden zoeken tussen kunst, cultuur en de Bijbel** Hoe zien we muziek, geschreven taal, recht en politiek terug in de Bijbel? Luisteren en in gesprek gaan met elkaar. **Wo. 6 en 20 mrt. 20.00-21.30 uur, Noorderkerk, noorderkerk.nl**

**MRT Braambosgebeden in de Westerkerk** Op de vrijdagmiddagen in de voorbereidingstijd voor Pasen is iedereen welkom voor een half uur rust rond de kaarsen in het Brandend Braambos in de Westerkerk. Met orgelmuziek, teksten uit de Bijbel en moderne poëzie. **Vr. 8, 15 en 22 mrt. 17.00-17.30 uur, Westerkerk, westerkerk.nl**

**MRT Matineeconcerten in de Sloterkerk** 10 mrt: Leden van het Koninklijk Concertgebouworkest voeren een bewerking uit van een Symfonie van Beethoven. 21 apr: pianist Feico Deutekom presenteert zijn nieuwe album voor piano van de Amerikaanse componist Philip Glass. 12 mei: optreden van

het ensemble LUMAKA (harp, viool, fluit en cello). 26 mei: het jaarlijkse optreden van toptalenten van het conservatorium van Amsterdam. **Zo. 10 mrt. 21 apr. 12 en 26 mei, 15.00 uur, Sloterkerk, € 12,-, sloterkerk.nl**

**MRT Luistergroepen in De Ark (Noord), Elthetokerk en Willem de Zwijgerkerk** Waar loop jij tegenaan in het dagelijks leven? Zelf vertellen en luisteren naar ervaringen van anderen helpt ons om te gaan met vergelijkbare problemen. **Data (mrt-mei) en locaties (noord-oost) protestantsekerkamsterdamnoord.nl, elthetokerkamsterdam.nl, willemdezwijgerkerk.nl**

**MRT Choral Evensong in de Sloterkerk** Het Sloten Evensong Choir zingt liederen van o.a. Durufé, Jackson, Dyson en Purcell. Na afloop is er gelegenheid elkaar te ontmoeten in de plaatselijke restaurants. **Za. 16 mrt. 17.00-18.00 uur, Sloterkerk, info via:**

**jbaars57.jb@gmail.com, osdorpsloten.nl, sloterkerk.nl**

**MRT Muziekdienst in de Oude Kerk** Kom luisteren naar speciaal gecomponeerde muziek in de kerkdienst, van klassiek tot cabaret! Met Jan Beuving en Tom Dicke. **Zo. 17 maart, 11.00 uur, Oude Kerk, oudekerk.amsterdam**

**MRT Levensgist, thema Vuurwerk** Wordt ons hart ook heel als we onze huid laten raken? In de serie Levensgist ervaar je christelijke spiritualiteit met heel je lijf, met op deze avond massage en aanraking als ingang naar elkaar dienen en liefhebben. **Ma. 18 mrt. 20.00-22.00 uur, Gist gist.amsterdam/levensgist**

**MRT Meditatieve avonden in De Binnenwaai** In de traditie van christelijke spiritualiteit vinden we meditatievormen, die helpen om te vertragen, te verteren en te verdiepen. In plaats van haastig leven, oefenen deelnemers om het juist

ten volle aan te nemen – met alle mooie en moeilijke kanten die erbij horen. Organisatie: pioniersplek Gist. **Do. 21 mrt. 18 apr. en 16 mei, 19.30 uur, De Binnenwaai, debinnenwaai.nl**

**MRT Matthäus Passion in de Westerkerk** De Matthäus Passion wordt uitgevoerd door de Nieuwe Philharmonie Utrecht. Johannes Leertouwer is de dirigent. **Zo. 24 mrt. 15.00-18.30 uur, Westerkerk, meer info en kaarten: klassiekemuziek.nl**

**MRT Verhaal van Pasen** Ds. Ruben van Zwieten legt je op traditionele en moderne wijze het Verhaal van Pasen uit. Hoe gaat dat literaire verhaal uit die eeuwenoude culturele bibliotheek ook alweer? Oude verhalen worden gekoppeld aan nieuwe tijden. Topmusici verzorgen aria's uit de Johannes en Matthäus Passion. **Wo. 27 mrt. 20.30 uur, De Thomas, meer info via: denieuwepoort.org**

**MRT Taizéviering in de Nassaukerk** Een Taizéviering kun je zien als een groot gebed, in zangvorm. Er worden Taizéliederen gezongen, korte muziekfragmenten op tekst, die zich steeds herhalen. Er wordt een Bijbeltekst voorgelezen en er is een lange stilte. **Witte Do. 28 mrt., 2 mei en 6 juni, 18.00 uur: maaltijd, 19.00 uur: themagesprek, 20.00 uur: viering. Voor deelname aan de maaltijd, opgave via: info@taize.amsterdam, taizeinamsterdam.nl**

**MRT The Passion kijken** Op Witte Donderdag met elkaar naar The Passion kijken, een muzikale paasvertelling over het lijden, sterven en de opstanding van Jezus met een universele boodschap van geloof, hoop en liefde voor iedereen. **Do. 28 mrt. 20.00 uur, De Binnenwaai, debinnenwaai.nl**

# Alles over Pasen vind je op [protestantsamsterdam.nl/pasen](http://protestantsamsterdam.nl/pasen)

**MRT we•Worship** We•Worship gelooft dat je in aanbidding tot God je de stem van God kan verstaan en Zijn liefde en kracht kan voelen. Wil je het zelf ervaren? Bekend met aanbidding of niet: deze avonden zijn open voor iedereen. **Do. 28 mrt. 25 apr. en 30 mei, weworship.nl**

**MRT Cantatedienst in de Westerkerk** Het Westerkerkkoor, solisten, Ensemble 't Kabinet o.l.v. JanJoost van Elburg verzorgen de Johannes Passion van Bach. **Goede Vr. 29 mrt. 19.30 uur, Westerkerk, westerkerk.nl**

**MRT Markus Passion in de Nieuwendammerkerk** De Nieuwendammer Cantorij zingt de koralen uit de grotendeels verloren gegane Markus Passion van Bach. Ds. Paula de Jong leest het lijdensverhaal voor. De viering begint en eindigt in stilte. Daarna



is er koffie en thee. **Goede Vr. 29 mrt. 19.30 uur, Nieuwendammerkerk, protestantsekerkamsterdamnoord.nl**

**MRT Nacht van de Kiemkracht: paaswake.** In de nacht van Pasen grond en graan, film en poëzie, yoga en gebed. Deelnemers waken en slapen tot de zon opkomt op paasmorgen! **Za. 31 mrt. 21.00 uur tot zo. 1 apr. 11.00 uur, Gist, gist.amsterdam**

## April

**APR Drie avonden over Blaise Pascal** Blaise Pascal is de 17<sup>e</sup>-eeuwse Franse wis- en natuurkundige, filosoof, theoloog en apologeet, een katholiek met grote invloed op het protestantisme. Wat kunnen we leren van deze gelovige denker op de grens van de moderne tijd,



over het geloof van vandaag? **Wo. 3, 10 en 24 apr. 20.00 – 22.00 uur, Noorderkerk, noorderkerk.nl**

**APR Cursus 'Zin zoeken. Christelijk geloven en leven verkennen'** Voor iedereen die benieuwd is naar wat en hoe christenen geloven en daar laagdrempelig mee kennis wil maken. Thema's uit het christelijke geloof komen aan bod. **Do. 4, 18 en 25 apr. 20.00 uur, Elthetokerk, elthetokerkamsterdam.nl**

**APR Groen geloven in Mokum - Eco-theologie in de Amsterdamse context** De cursus is een zoektocht naar veranderingen in denken en theologie: hoe anders kijken we nu naar natuur, aarde, schepping, God en mens? Praktische en ethische vragen rond duurzaamheid komen aan de orde. Begeleiding door ds. Annemarie van Wijngaarden en ds. Ditske Tanja. **Wo. 10, 17 en 24 apr. 20.00 uur, Muiderkerk, € 5,- per avond, info via ds. Annemarie van Wijngaarden: j.a.m.vanwijngaarden@planet.nl en ds. Ditske Tanja: ditske.tanja@gmail.com**

**APR Concert Wishful Singing & Voces8 Scholars** Wishful Singing en VOCES8 Scholars brengen samen de mooiste parels van het gregoriaans voor het voetlicht. Daarnaast zingen ze modernere werken die op het gregoriaans zijn geïnspireerd, zoals Ubi Caritas en Tota pulchra



#### Tip van de redactie

Wat kan het verhaal van Pasen ons nu vertellen? Waarom is het verhaal van Jona in de wallevis óók een Paasverhaal? Wat zijn de diepere lagen van het verhaal? De oude verhalen koppelt Ruben van Zwieten aan de nieuwe tijden. Heerlijk voor wie een oprisser zoekt en ook een prachtige introductie als het Paasverhaal nieuw voor je is. Je krijgt ook nog eens de highlights mee uit de urenlange Matthäus Passion! ~Het verhaal van Pasen

es, Maria van Maurice Duruflé en Ave Generosa van Ola Gjeilo. **Vr. 12 apr. 19.30 uur, Westerkerk, wishfulsinging.nl**

**APR Leesproject Zwart/wit** Thema: Ons gedeeld slavernij/koloniaal verleden en de nawerking daarvan. Lezen en bespreken van het boekje *Hindostaanse migratiegeschiedenis in kort bestek (1873-2015)*. O.l.v. ds. Greteke de Vries van de Muiderkerk en ds. Clifton Walker van de Koningskerk. **Vr. 19 apr. 24 mei, 7 en 21 juni, 19.30-21.30 uur, afwisselend in de Muiderkerk en de Koningskerk, informatie en aanmelding via: leerhuisamsterdam@gmail.com**

**APR Korenfestival in de Muiderkerk** Honderden bezoekers komen genieten van zo'n 18 koren uit Amsterdam en omstreken. Ook dit jaar is de diversiteit groot: van kinderkoor tot seniorenkoor en van cantorij tot buurtkoor. **Za. 20 apr. 10.30 uur, Muiderkerk, info via: korenfestival@muiderkerk.nl**

**APR Kerkatelier in de Oude Kerk** Tijdens de kerkdienst is er geen preek, maar een moment om creatief bezig te zijn, of gewoon even tot jezelf te komen. **Zo. 21 apr. 11.00 uur, Oude Kerk, oudekerk.amsterdam**



Samen tot jezelf komen in de Oude Kerk

# Vind verdieping, rust of bezieling



## Mei

### **MEI Ochtendgebed op**

**Hemelvaartsdag** In het prachtige ochtendlicht in de Oude Kerk de Hemelvaart van Christus herdenken. Welkom! **Do. 9 mei, 9.00 uur, Oude Kerk, oudekerk.amsterdam**

### **MEI Vierentwintig uren retraite in het Lioba klooster, Egmond-Binnen**

Zoek je balans in je drukke leven en verlang je naar rust? Wil je herbronnen ('Wat geloofde ik vroeger ook alweer?') of kennis maken met christelijke spiritualiteit? Met elkaar stellen we thema en programma vast.

**Vr-za 10-11 mei van 16.00 tot 16.00 uur, Lioba klooster Egmond-Binnen, € 175,-, info via: Liemo de Boer, lgdeboer@planet.nl, aanmelden via: leerhuisamsterdam@gmail.com**

### **MEI Singles event in de Noorderkerk**

Een avond van, voor en door bewuste en onbewuste singles. Een avond over vrijheid en verbinding met gesprek en goed eten. Kom, eet en discussieer mee. **Wo. 22 mei, 18.30 - 21.30 uur, Noorderkerk, noorderkerk.nl**

### **MEI Kerkdienst met dr. Shari Boodts als gastpreker**

Dr. Shari Boodts slaat met haar onderzoek naar middeleeuwse manuscripten bruggen tussen de oudheid en middeleeuwen. Deze dienst is onderdeel van 'Het Hoge Woord'. Een

# De volledige actuele agenda vind je op [protestantsamsterdam.nl](http://protestantsamsterdam.nl)

serie kerkdiensten waarin de Oude Kerk voor de uitleg een gast uitnodigt uit de wereld van politiek, cultuur, overheid of kunst. **Zo. 26 mei, 11.00 uur, Oude Kerk, oudekerk.amsterdam**

### **MEI Cantatedienst in de Westerkerk**

Het Westerkerkkoor, solisten, Ensemble 't Kabinet o.l.v. JanJoost van Elburg verzorgen *Es ist ein trotzig und verzagt Ding* van Bach. **Zo. 26 mei, 10.30 uur, Westerkerk, westerkerk.nl**

### **MEI Concert Con Brio in de Westerkerk**

Voorjaarsconcert Amsterdams Symphonie Orkest Con Brio in samenwerking met koor SoliAmersfoort. **Programma:** Ralph Vaughan Williams en Frank Bridge – werken voor koor en orkest, Benjamin Britten – twee werken voor koor, Felix Mendelssohn – Hebriden - Max Bruch – vioolconcert. **Zo. 26 mei, Westerkerk, zie voor meer info en kaartverkoop: con-brio.nl**

## Wederkerend

### **Elke maandagmiddag Tekenclub in de Muiderkerk**

Op maandagmiddag kun je komen tekenen, onder begeleiding van tekendocent Jannette Weeteling. Elke middag begint met een korte uitleg en opdracht, waarna zowel in groepjes als individueel kan worden gewerkt. Voor alle leeftijden. **Elke maandagmiddag, 16.00-17.30 uur, Muiderkerk, €1,- voor de materialen, info via: Jannette Weeteling, via: jweeteling@hotmail.com**



Choral Evensong in de Sloterkerk

### **Elke 2e woensdag van de maand Open maaltijd in de Muiderkerk**

Ook dit seizoen is er weer een open maaltijd voor gemeente en buurt: eten en elkaar ontmoeten in de kerkzaal.

**Elke 2e woensdag van de maand, 18.00-19.30 uur, Muiderkerk, €4,-, info en aanmelden via Sjoukje van der Laan: sjvanderlaan@gmail.com**

### **IEDERE VRIJDAGMIDDAG Stiltemoment in de Sloterkerk**

Elke vrijdagmiddag is de Sloterkerk geopend voor een stiltemoment, meditatie, het aansteken van een kaars. Ook wordt het orgel bespeeld.

**Iedere vrijdag, 16.30-17.30 uur, Sloterkerk, tussen 17.00 en 17.15 uur wordt het orgel bespeeld, osdorpsloten.nl**

lieve stad

# BIER & BROOD

*maken als uiting van geloof*

Bij Gist krijgt het heilige vorm via deeg kneden met je handen, en leidt bier brouwen je naar inzichten over het leven. Hoe zit dat? We vragen het initiatiefnemers Maarten Vogelaar en Kirsten Kalkman

Tekst NELLEKE BOS | Beeld LEANNE DIJKDRENT

**M**aarten: 'Eigenlijk wilde ik in 2020 op sabbatical naar India gaan, en ik overwoog een christelijke yogaschool te beginnen. Ik zag in de coronacrisis hoe mensen plotseling werden teruggeworpen op zichzelf, op een digitaal leven zonder menselijk contact. Ik zag de eenzaamheid om me heen en ik zocht een manier om mensen toch met elkaar te verbinden. Zo ontstond een plek voor vrijwilligerswerk: ik had als hobby bierbrouwen, en iemand kwam een dagje schoonmaken en die kon weer desembrood bakken. En daar was Gist. Gist gaat ook over iets dat langzaam mag groeien. Die symboliek is een werkvorm voor ons geworden.'

## Beziel met je handen werken

Iets met je handen doen, je lichaam, je zintuigen betrekken: dat is de basis voor alle activiteiten van Gist. Maarten: 'Je ziet dat kerken leeglopen en dat betekent dat er ruimte ontstaat. Volg je nieuwsgierigheid en je ziet heel veel mooie dingen gebeuren in de stad. We

leven in een geweldige tijd. God kan zich op een authentieke manier manifesteren en het is bijzonder dat nu niet meer de overheid of een religieuze instantie bepaalt hoe jij moet geloven maar dat je dat van binnenuit vorm kunt geven. Het leven mag van binnen

naar buiten toe handen en voeten krijgen. Dat is wat we hier proberen. We maken het liefelijk. We maken iets concreets. In een tijd waarin het hoofd overprikkeld is willen we daar een andere benadering tegenoverstellen. En we betrekken de ziel bij wat we doen.'

Kirsten geeft aan: 'Het zintuiglijke, fysieke leven in het proces van brood

Hoe kan  
iets méér  
worden  
als je het  
deelt?





## ERVAAR HET ZELF BIJ GIST

maken gebruiken we om het te hebben over je eigen leven. Hoe werkt overgave? Wat is transformatie? Hoe kan iets méér worden als je het deelt? Er ligt een enorme schat in het kijken naar hoe een graankorrel brood wordt, of hoe desem ontstaat.

Via je lichaam kun je ontdekken hoe iets in jou werkt. Je bakt brood met je handen. We focussen op brood, bier en meditatie, wat allemaal tot reflectie kan leiden. Het opent de weg naar binnen en naar het luisteren naar elkaar.'

### **Hand op Gods hart**

'Jonge mensen staan open voor nieuwe ervaringen en dan zien andere godsdiensten (uit India bijvoorbeeld) er aantrekkelijk uit, ziet Maarten. 'Veel mensen zijn aan het zoeken, en dat gebeurt zowel binnen als buiten de kerk. De thema's van het leven, zoals rust vinden, omgaan met tegenslag en depressie, en verlangen naar verbinding en betrouwen, die komen we allemaal tegen.'

Gist gaat ook over een persoonlijke zoektocht, vertelt Maarten. 'Wat betekent het verhaal van Jezus nou in onze tijd? Deze tijd van 'ontlijving', van digitalisering, individualisering?' Juist nu is het een bevrijdende boodschap dat God een lichaam kreeg. Hij is onderdeel van deze wereld, met alle vreugde en pijn die daarbij hoort.' Daarom passen

- **De Nacht van de Kiemkracht**  
Een bijzondere paaswake in de nacht van 30 op 31 maart.
- **Nieuwe meditatiecursus**  
Tweewekelijks op dinsdagavond een gist-avond: 5 en 19 maart, 2 en 16 april.
- **Ambachtsworkshop - van bier brouwen tot zeefdrukken**  
Werk met je handen en voel wat dat met je doet. Brood, bier en meer.

Voor opgave, aanmelden en meer lezen over al deze activiteiten zie [gist.amsterdam](http://gist.amsterdam)





vernieuwde vormen van christelijke spiritualiteit zo goed bij de stad van vandaag. In christelijke yoga, meditatie en ambachtelijk werk maak je met je lijf mee hoe God hier is. Dat hoort voor Maarten ook bij zijn eigen verlangen. 'In mijn eigen zoektocht merkte ik dat ik kwijt was wie of wat God is. Ik kreeg een religieuze ervaring waarin ik een uitnodiging voelde om naar binnen te gaan en mijn hand op Gods hart te leggen. Dat betekent veel voor me. Ik hoop dat bezoekers van Gist, per ongeluk of intentioneel, Gods hart voelen kloppen.'

### Op wilskracht of hartskracht

Kirsten was eerder in haar leven al betrokken bij de oprichting van idealistische organisaties, en zij merkte dat je soms vanuit een droom keihard werkt om die werkelijkheid te maken. Kirsten: 'Bij Gist ontstond de plek niet vanuit dat harde werken, maar veel meer vanuit een verlangen naar openheid. Alles gebeurde van binnenuit, van de grond af bouwde het zich op. Zonder structuur of specifiek doel. Die houding geeft een totaal andere energie.'

We oefenen als samenleving niet vaak meer om de stroom te volgen van wat er is, en te ontvangen wat er dan gebeurt. Bij Gist keken we vanaf de begintijd heel goed naar wat er ontstond: wat is er nodig voor de bezoekers, en waar is de overvloed? Daar koersten we op.'

Er ontstond een gemeenschap van vrijwilligers die bij de verschillende ambachten betrokken waren. Expats, mensen die uit een burn-out komen, vluchtelingen, gepensioneerden. Samen met je handen werken is het verbindende punt, en taal, opleidingsniveau of achtergrond blijken er dan niet meer toe te doen.

Kirsten: 'Inmiddels merkten we dat Gist eigenlijk te succesvol is geworden, we konden het niet meer dragen. We zouden de hele dag open kunnen zijn voor mensen, maar die menskracht hebben we niet. We richten ons vanaf nu vooral op de activiteiten en minder op de vrije inloop, zodat we onze belofte waar kunnen maken.'

### Afspiegeling van de samenleving

Maarten: 'Ik vind het echt belangrijk dat het hier een afspiegeling van de maatschappij is, en niet spiritualiteit als kers op de taart voor de happy few. We werken samen met mensen met allerlei achtergronden, leeftijden, geloven, culturen. Een gemixte groep mensen die bezig wil zijn en ook een luisterend oor kan gebruiken.'

Het christelijk geloof heeft ook in deze tijd belangrijk verhaal te vertellen, ervaren Kirsten en Maarten: 'God wordt stof, wordt aarde, wordt brood. We zitten in deze tijd in een vervreemdende werkelijkheid, weg van ons voedsel, van ons lichaam, van elkaar. Als je zuurdesem wil maken, begint het met een drabje. Het gist zit in de lucht, en vraagt tijd voordat het in het desem komt en groeit. Dat is God, dat is liefde, en het vraagt tijd en aandacht. Hier geloven we in.' 

# Samen met je handen werken is het verbindende punt

## NACHT VAN DE KIEMKRACHT

Kirsten: 'Met Pasen besteden we aandacht aan de nacht van de kiemkracht, een paaswake. We volgen het verhaal van Pasen door de beweging van de natuur heen. Neem het sterven van Jezus, waar we op Goede Vrijdag bij stilstaan. Op zondag leeft hij, is hij opgestaan. Maar daartussen zit Stille Zaterdag. Een dag waar geen verhaal over is. Dat blijkt de alles veranderende omslag die plaatsvond terwijl niemand het zag. Dat onthult voor mij veel over hoe we ons leven mogen ontvangen. In vertrouwen dat de liefde heelt, op een dieper niveau dan we weten. Als je op dat vertrouwen kunt koersen, kan het je helpen. In het ongeziene en onbeweeglijke gebeurt een wonder. Er is meer mogelijk dan we op eigen kracht voor elkaar kunnen krijgen.'







INSPIRATIE



*Ga van hier weg.  
Open je ogen, oren en hart,  
Voor alles wat je oog ziet  
en je oor hoort.  
Voor allen die  
op je pad komen.  
Laat het een inspirerende  
ontmoeting worden.*

ZEGENWENS VAN FRIEDESHEIM

# Voedsel voor de ziel

Hoe ontstij je de dagelijkse zorgen en gedoetjes, en vind je nou die voeding voor de ziel? ADAM speurt precies naar die boeken die je van binnen verrijken.

*Samengesteld door ELS VAN SWOL*



## DEMENT VOL VERWONDERING

Paula Irik (1952), gepensioneerd geestelijk verzorger en bekend binnen kerkelijk Amsterdam, schreef verschillende boeken over dementerende mensen. De laatste loot aan deze stam is *Over een andere boeg. Ontmoetingen met God in het verpleeghuis*. Gods stem, Bijbelse verhalen en christelijke liederen van vroeger weerklinken in het leven van verpleeghuisbewoners.

**Paula Irik - Over een andere boeg. Ontmoetingen met God in het verpleeghuis** Uitgeverij Elikser, 203 | 226 pagina's  
ISBN 97809463655101 | Prijs € 22,50 | [eliker.nl](http://eliker.nl)

## OOSTERHUIS' PSALMEN HERZIEN

Na het overlijden van Huub Oosterhuis (1933-2023) verscheen op 1 november 2023 de herziene uitgave van zijn *150 psalmen vrij*, op muziek gezet door Antoine Oomen (1945). Oomen houdt zich sinds 2017 bezig met het toonzetten van teksten van Huub Oosterhuis.

**Huub Oosterhuis/Antoine Oomen - 150 psalmen vrij**  
Uitgeverij Ten Have | 228 pagina's | ISBN 9789025912314  
Prijs € 24,99 | [uitgeverijtenhave.nl](http://uitgeverijtenhave.nl)





# waar om ben ik hier?

Een kleine  
wereldgeschiedenis  
van zingeving

PROMETHEUS

RENS BOD

## VRAGEN VAN ALLE TIJDEN

Over de vragen die wij eeuw na eeuw allemaal hebben, schrijft Rens Bod, hoogleraar Digital Humanities aan de Universiteit van Amsterdam.

Hij geeft een historisch overzicht van zingevingsvragen en -vormen.

**Rens Bod – Waarom ben ik hier?**  
**Een kleine wereldgeschiedenis  
van zingeving** Prometheus

256 pagina's | ISBN 9789044652239

Prijs € 22,50

uitgeverijprometheus.nl

## OP ZOEK NAAR VERBINDING

Psychiater Esther van Fennema en predikant Joost Röselaers (Vrijburg) interviewden zeventien mensen over de vraag of er een nieuw verhaal kan worden gevonden dat samenbindt. Aan het woord komt onder anderen de al eerder voor *Kerk in Mokum* geïnterviewde componist Merlijn Twaalfhoven.

**Esther van Fennema en Joost Röselaers – De leegte voorbij.**

**Op zoek naar een verhaal dat ons verbindt** Prometheus

304 pagina's

ISBN 9789044654448

Prijs € 22,99

uitgeverijprometheus.nl



## JEZUS HEEFT VELE GEZICHTEN

Dichter en essayist Willem Jan Otten schreef 33 essays over hoe Christus in verschillende kunstuitingen verbeeld wordt. Beeldend kunstenaar Paul van Dongen maakte er afbeeldingen bij.

**Willem Jan Otten en Paul van Dongen – Wie zeggen de mensen dat ik ben**

Skandalon Uitgeverij | 152 pagina's

ISBN 9789493220454 | Prijs € 27,99

www.skandalon.nl



## 7 niveaus van eenzaamheid

**A**ls LHBTI-predikant vroeg de gemeente Amsterdam mij of ik iets kon zeggen over eenzaamheid onder homomannen. Inmiddels zelf een homoman van middelbare leeftijd kon ik daar inderdaad wel wat over zeggen – ook op basis van wat ik daarover in mijn leefwereld opmerkte. Pakhuis de Zwijger presenteerde alle bevindingen.

### 70 PROCENT

Er bleken zeven niveaus van eenzaamheid te bestaan en ongeveer zeventig procent van alle Amsterdammers verkeerde op een van die niveaus. Ik schrok eerst nogal van dat percentage, maar erover nadenkend kon ik mijzelf ook terugvinden op één van die niveaus – een single homoman van middelbare leeftijd met weliswaar een goed bestaan in een fijne werkomgeving en een sociaal netwerk, maar ook met soms het gevoel steeds nadrukkelijker zelf te moeten investeren in een zinvol leven, waar er voor vele anderen toch meer de gebaande paden zijn van familie, generaties die elkaar opvolgen en de vanzelfsprekende levensfasen die daarbij horen.

### TABOE OP EENZAAMHEID

Sinds die bijeenkomst ben ik het woord ‘eenzaamheid’, ook voor mijzelf, vaker gaan gebruiken. Niet om er nou zo’n persoonlijk drama van te maken, maar om het taboe enigszins te doorbreken. Het echte drama heb ik ook gezien in Amsterdam: een lesbische



vrouw moederziel alleen in haar huis, tussen de bierblikjes en de ongeopende rekeningen, nog niet zo lang met pensioen en heel snel uit allerlei sociale verbanden gevallen die eerder zo vanzelfsprekend leken. Eenzaamheid in totale isolatie bestaat en het komt, vrees ik, veel meer voor dan we denken.

### PLAN VAN AANPAK

Fast forward: 2024. De aandacht voor eenzaamheid en andere problematieken onder LHBTQIA-personen groeit. Onder de noemer ‘mental health’ staat het onderwerp in heel Europa op de kaart. Ook in Amsterdam. Als LHBTI-predikant verken ik mijn mogelijkheden om van dienst te zijn op dit terrein. Vaak is er sprake van een gemankeerde zelfwaardering en geïnternaliseerde discriminatie. Dit zijn thema’s die ook met behulp van zingevingsvragen besproken kunnen worden. Religieus trauma staat geestelijke gezondheid van LHBTQIA-personen nogal eens in de weg – helaas niet erg verrassend. Juist zij hebben in hun kerk van herkomst vaak te maken gehad met gevoelens van of daadwerkelijke uitsluiting. In zulke gevallen ben ik graag een goede doorverwijsoptie. Maar als het even meezit, zit ik ook graag in de roze opblaaskerk die ieder jaar op het Milkshake Festival staat. Zeg nou zelf, daar hoort toch een roze dominee in met wie je een praatje kunt gaan maken!

WELIE ELHORST IS LHBTI-PREDIKANT IN AMSTERDAM

BIJZONDERE PLEK TOEN EN NU...



# De Nassaukerk

Alles verandert altijd. De kerken van Amsterdam kunnen erover meepraten. ADAM struint de stad af en brengt kerken in beeld, van hun bouwjaar tot hun allernieuwste bestemming. We nemen nu een kijkje in de Nassaukerk.

*Tekst: BAUKJE BURGGRAAFF EN PETRA HOGEBOOM Fotografie: ARCHIEF, MARLOES VAN DOORN*





*Wie*  
de Nassaukerk  
*Waar*  
De Wittenkade 111  
*Sinds*  
1925

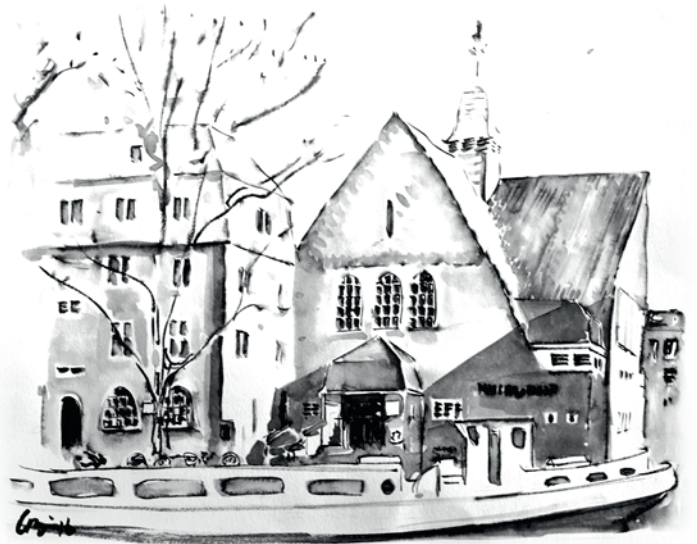


## DE EEUW VAN DE NASSAUKERK

Jaap Buning (72), al 45 jaar gemeentelid van de Nassaukerk, vertelt over hoe het is begonnen: 'De Nassaukerk is gebouwd in 1925 op het laatste stukje bouwgrond van de Staatsliedenbuurt: aan de Wittenkade in een 'rode' buurt. Gebruikelijk was dat een gereformeerde kerk door een gereformeerde architect werd ontworpen. Maar de rooms-katholieke architect H.G. Krijgsman kreeg na een prijsvraag de opdracht om de kerk te ontwerpen. Door hem zijn er katholieke symbolen te vinden in de kerk, zoals de arend, het beeld van God dat zijn kinderen met zijn vleugels opvangt.

De Nassaukerk ging in 1982 als één van de eersten Samen op weg met de hervormde Prinsessekerk. De buurt was in die tijd een krakersbolwerk met een levendige vredesbeweging. Toen de krakers en de ME tegenover elkaar stonden, gingen predikant Paula Irik, kerk- en buurtwerker Ricus Dullaert verkleed als engel en Ellen Terpstra, een katholieke non, ertussen staan om het geweld te beteugelen.

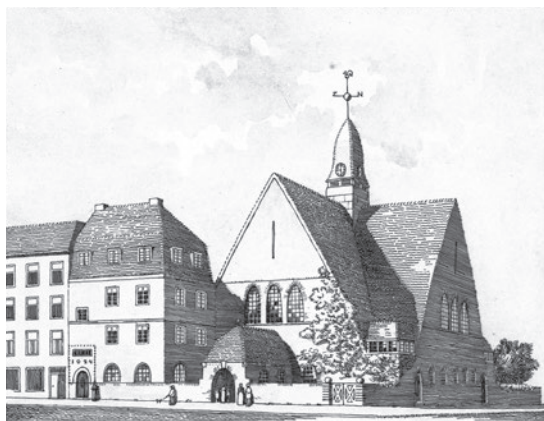
De Nassaukerk zegende in 1983 als eerste gemeente alle relaties in: met alle spanningen van dien. Maar we zijn er uitgekomen. De kerk ging in 2005 op in de Protestantse Kerk Amsterdam (PKA). Tien jaar geleden ontstond uit het jongerenwerk van de Nassaukerk Taizé in Amsterdam. Eerst een pioniersplek, nu een zelfstandige missionaire gemeente van de PKA.'



## Een katholieke architect ontwierp deze protestantse kerk

## TAIZÉ IN AMSTERDAM

Een bijzonder moment in de Nassaukerk is de maandelijkse Taizédienst. Een bijeenkomst die, net als in de Franse oecumenische kloostergemeenschap Taizé, bestaat voornamelijk uit zingen en stil zijn, zonder preek. Jongeren vanuit de hele wereld komen naar Taizé om dit te ervaren. Dichter bij huis kun je deze sfeer proeven bij 'Taizé in Amsterdam', en je hart ophalen als je Taizé al kent. Jongerenwerker Petra Hogeboom vertelt hoe dit gaat: 'Het is als een pioniersplek begonnen vanuit de Nassaukerk. Inmiddels is dat al meer dan tien jaar geleden, en zijn we naar een missionaire gemeente gegaan. Als Taizé in Amsterdam maken wij gebruik van de Nassaukerk. Taizé in Amsterdam verzorgt elke maand op een donderdagavond een dienst in de stijl van Taizé. Dit betekent dat we liederen zingen met een korte tekst die we vaak herhalen. En er is een lange stilte, dit alles zorgt ervoor dat de diensten erg meditatief zijn. Voorafgaand aan de dienst kun je voor een paar euro ook nog aanschuiven bij een gezamenlijke maaltijd en een themagesprek. Bij het themagesprek praten we over de tekst die terugkomt in de dienst. Verder organiseren we een keer in de maand een activiteit die voor verbinding zorgt, dit kan een spelletjesavond zijn of een diepgang-avond.'



## VOOR IN JE AGENDA: TAIZÉ IN AMSTERDAM

Op 28 maart (Witte Donderdag) een dienst samen met de Nassaukerk, vanwege Pasen. De avond zal beginnen om 18.00 uur met een maaltijd.

Donderdagavond 2 mei en 6 juni een echte vertrouwde Taizédienst. Deze avonden beginnen altijd om 6 uur met een maaltijd, de dienst zelf begint om 20.00 uur. Je bent hartelijk uitgenodigd om ook een keer te komen!

**Taizé Amsterdam reist naar Taizé  
Jongerenreis 20-28 juli 2024**



## KERK MET HART VOOR DE BUURT

Jaap Buning: 'De Nassaukerk was en is nog steeds een echte buurtkerk. Het gebouw gaf in het begin plek aan wel 900 gelovigen. Tegenwoordig komen er wekelijks zo'n 50 tot 70 mensen naar de dienst, waarbij het onderscheid tussen gelovig of niet-gelovig is vervaagd. Het is een plek waar de Bijbel open gaat op zondag. De rest van de week bruist het gebouw ook van activiteiten voor de buurt.

In 1980 is het Kerk&Buurt-werk ontstaan met een eetproject, een muziekproject en opvang voor dak- en thuislozen. Intussen is dat uitgebreid met een kringloopwinkel onder de kerk en een burenhulp-project. Kerk&Buurt is nu een aparte stichting met ongeveer 130 vrijwilligers die samen met de Nassaukerk wil bijdragen aan een leefbare buurt. De kerk is ook een kerk met stip: ex-gedetineerden zijn van harte welkom. Dit helpt hen bij de reïntegratie in de maatschappij.

De Nassaukerk wil kerk voor en door de buurt zijn. Voorbeelden zijn ten eerste de jaarlijkse buurtcantates met teksten van kerkgangers en buurtgenoten over wat ons bezielt, bezeert en bezighoudt: op muziek gezet door Nico Hovius. En ten tweede het project Thuis in de Staats(liedenbuurt), met exposities van portretten van buurtgenoten, een festival en verhalen uit de buurt.'



## VAN AMSTERDAM NAAR TAIZÉ: JONGERENREIS

Elk jaar organiseert 'Taizé Amsterdam' een reis naar het Franse Taizé voor jongeren van 14 tot 30 jaar. De jongeren draaien hier mee in het ritme van Taizé, met drie diensten op een dag. Ook komen ze in een bijbelstudiegroepje en krijgen ze een taak zoals eten uitdelen, afwassen of nachtwacht zijn. In 2024 kun je van 20 tot 28 juli met een groep naar Taizé. Momenteel zijn de organisatoren nog druk in het voorbereiden van deze inspirerende reis. Zodra de inschrijvingen open gaan, staat het op de website. Dus houd die vooral in de gaten. [taizeinamsterdam.nl](https://taizeinamsterdam.nl)

# Vernieuwers hebben het te verduren

**M**et de overgang van Kerk in Mokum naar ADAM is het thema van dit nieuwe jasje uiteraard: een goed begin.

Dat een goed begin het halve werk is, wordt wel gezegd, maar dat terzijde... Een deur sluit, een andere gaat open. Min of meer, want niet alles verandert (ik verhuis bijvoorbeeld mee; jippie).

Maar goed, een goed begin volgt dus altijd op verandering. Verandering betekent iets nieuws, en nieuw is voor veel mensen een huiveringwekkend iets. De angst voor het onbekende, zullen we maar zeggen.

Als de dagindeling van mijn baby mee verandert met haar groei, heb ik daar moeite mee. Als ik voor ADAM mijn eerste column ooit mag schrijven, dan ben ik eerst een paar dagen verlamd van angst. Als ik me door onbekende mensen omring, vind ik dat niet per se prettig.

Mensen zijn gewoontediertjes, en precies dat is de bedreiging van de mensheid. Dat klinkt misschien zwaar, maar is denk ik daarom niet minder waar. Mensen doen graag hetzelfde als altijd, en ook zoals anderen het doen. Vernieuwers hebben het te verduren (neem nou Jezus).

Als je de Bijbel mag geloven, dan is het begin van alles de Schepping: en God zag dat het goed was. Maar, God was toen natuurlijk niet aan het oordelen. 'Goed' wordt hier gebruikt als afgeleide van



'tov', wat zoiets betekent als 'zoals het bedoeld is'.

'Goed' en 'begin' zijn dus onlosmakelijk met elkaar verbonden. Een begin volgt immers altijd op een einde, en is zowel

het gevolg van dat einde, als de nieuwe status quo. Daarmee kan een begin dus op zichzelf nooit onbedoeld of slecht zijn. Dat is een geruststellende gedachte.

Dit wil nog niet zeggen dat verandering altijd gewenst is, of een goed begin aangenaam. Als je tekstbestand ineens foetsie is. Als je partner besluit de liefdesrelatie te beëindigen. Als de waarde van je beleggingen ineens kelderen.

Tegelijkertijd kan verandering ook fantastisch zijn. Als de gemeente Amsterdam straten en kruispunten opnieuw inricht, sta ik te springen om ze te bewonderen. Met de meeste nieuwe kleren kan ik niet wachten ze (permanent) te dragen. Nieuwe kerken bezoeken deed ik tijden graag.

**Mensen zijn gewoontediertjes, en dát bedreigt de mensheid**

Verandering betekent beweging, en verandering genereert altijd ruimte. Verandering kun je uit de weg gaan, voor verandering kun je kiezen, en soms overkomt verandering jou. Verandering is dus altijd goed, mits je natuurlijk ook kunt loslaten wat bij de gratie van het goede begin beëindigd is.

ALINE VAN DE WATERING, SOCIOLOOG



# Pelgrimeren: lopen met jezelf

Elke lente en zomer gaan duizenden mensen op pad als pelgrim. Of je nu naar Rome, Istanbul of Santiago gaat – dat je onderweg veel meemaakt, is zeker. Buiten je comfortzone maakt alles meer indruk. Wat is de aantrekkingskracht van pelgrimeren?

*Tekst* HANNA YOO



**I**n november 2023 won Anya Niewierra de NS-publieksprijs met haar boek *De Camino*. Hoofdpersoon Lotte gaat de Camino lopen, met andere woorden, ze gaat op pelgrimstocht naar Santiago de Compostela. Haar man liep eerder dezelfde route, maar pleegde zelfmoord tijdens de wandeling. Lotte wil graag achterhalen wat hem daartoe gedreven heeft, maar er zijn krachten die liever niet willen dat ze daar een antwoord op krijgt. Dit fictieve personage Lotte gaat op pelgrimstocht naar aanleiding van een droevige gebeurtenis in haar leven. Ook in het echte leven gaan mensen vaak

lopen of fietsen op een keerpunt in hun leven; bij het verliezen van een baan, bij rouw, een midlifecrisis. Of je nu jong of oud bent, gelovig of juist niet, er worden heel wat kilometers afgelegd op weg naar Santiago de Compostela. Kortom, pelgrimeren is terug van nooit weggeweest.

#### **LOUTERING**

Van oudsher had pelgrimage te maken met boetedoening en loutering. Vanuit de kerk kon dan een pelgrimage opgelegd worden, zodat de zondaar in kwestie weer in het reine kon komen met God. Soms moesten misdadigers de Camino lopen als straf, dus ook het wereldlijke strafrecht speelde een rol in de verspreiding van de Camino. Maar de belangrijkste reden om de pelgrimstocht te lopen was toch wel devotie, een manier om het persoonlijke geloofsleven te verdiepen en te verrijken.





# Ik hoopte dat ik op de fiets tijd zou vinden om te reflecteren

## REFLECTIE

Voor Douwe Elsman (23) was dit ook een van de redenen om de Camino te fietsen. Het begon min of meer als grap; tegen een aantal vrienden begon hij te roepen dat hij naar Santiago de Compostela, of nog verder, naar Lissabon wilde fietsen: 'Met mijn vader en broers had ik al regelmatig lange afstanden gefietst in Nederland en ik was geïnspireerd door de fietsverhalen van Martijn Doolaard. Met als perspectief dat ik vrij zou zijn na mijn studie Social Work werd het plan voor de fietsreis steeds serieuzer. Wat ik hoopte was dat ik op de fiets tijd zou vinden om te reflecteren over hoe de afgelopen jaren voor me waren geweest, dat ik mijn passie in mijn werk kon vinden en dat ik meer tijd zou hebben om samen met God door te brengen.'

## JE HOOFD LEEGMAKEN

Tijdens het fietsen lukte het Douwe steeds beter om zijn hoofd leeg te maken. Hij voelde ruimte om te reflecteren op het verleden en als hij niet fietste, schreef hij de dingen van zich af. Ook had hij de ervaring dat hij tijdens deze trip uit zijn comfortzone moest komen. Zijn sociale leven viel weg. Op de Camino werd hij veel meer op zichzelf teruggeworpen.

'Ik zou mezelf niet als controlfreak omschrijven, al waren er zeker spannende momenten tijdens de Camino waarop ik niet wist wat er na zou gebeuren en hoe ik verder zou moeten gaan. Maar elke keer kwam er toch een oplossing. Die afhankelijkheid



**Douwe Elsman**  
maakte de pelgrimsreis naar Santiago als markering tussen zijn studie en zijn werkende leven. De reis zelf gaf hem inzicht in de richting die hij met zijn werk in wilde gaan.

van God heb ik tijdens de Camino nog veel sterker ervaren. In de natuur voelde ik me klein. Het landschap was prachtig en als ik in de bergen aan het fietsen was, leek het net of God me omhelsde.'

## BESTEMMING

Na zijn opleiding Social Work wilde Douwe erachter komen wat een goede werkplek voor hem zou zijn. Toen hij in Lissabon aankwam en dringend wat geld wilde verdienen, ontmoette hij Jorge: 'Jorge is een therapeut die mensen helpt die vastlopen in het leven. Ik mocht hem daarbij ondersteunen op zijn boerderij. In Nederland ben ik dan ook werk gaan zoeken in de verslavingszorg en kon ik aan de slag in een grote kliniek. We leven samen met de jongeren en door een relatie met ze op te bouwen kunnen we ze later



## VICARIE PRO

Wil je naar Santiago pelgrimeren namens een ander, dan heet dat 'vicarie pro'. Je moet aan twee voorwaarden voldoen om de felbegeerde St. Jacobsschelp te ontvangen als bewijs dat de Camino voltooid is, namelijk: 1. Degene voor wie gelopen wordt moet echt niet in staat zijn zelf de Camino te lopen, vanwege ziekte, ouderdom, een beperking of zelfs vanwege het feit dat die overleden is. 2. Er moet een band zijn tussen degene die loopt en voor wie gelopen wordt. Arnoud Krever liep de Camino voor zijn overleden vrouw en ontving na zijn eerste Camino een certificaat, de zogenaamde Compostela, met zijn naam erop en daarachter de vermelding 'vicarie pro Willie Malkus'. Zo kon gegarandeerd worden dat de spirituele voordelen van deze tocht naar Malkus gingen, Krever was in dit geval letterlijk en figuurlijk de voeten van zijn overleden vrouw.



ook een doel en richting laten zien in het leven. Gewoon door er te zijn voor ze, als een grote broer. Dit vind ik een heel mooie manier om de jongeren te helpen. Zo heeft het fietsen van de Camino mij bevestiging gegeven voor het werk dat ik in de toekomst zou gaan doen.'

### OP DE GOEDE WEG?

Dat niet iedereen op de Camino met diepe levensvragen rondloopt bewijst het verhaal van Arnoud Krever (75). Hij houdt zich tijdens de Camino juist bezig met de simpele vragen des levens, zoals 'Wat voor weer wordt het?', 'Waar kan ik mijn tentje opslaan?' en 'Zit ik op de goede weg?'. Als Arnoud aan het wandelen is, dan komt hij tot rust. Nu is hij met pensioen, maar tijdens zijn werkzame leven als leraar biologie vormde de Camino wel een bijzonder contrast. Niet dat de pelgrimstocht voor Krever een oppervlakkige bezigheid is; met de medepelgrims die je spreekt tijdens de wandeling ga je al snel de diepte in.

### LOPEN VOOR EEN ANDER

Al 34 keer liep Krever de Camino uit - volgens sommigen is hij recordhouder. Zijn eerste Camino liep Arnoud voor zijn toen net overleden vrouw Willie Malkus, die aan kanker bezweek op 25 juli, de naamdag van de Heilige Jacobus, in het jaar 1999. Zo maakte hij kennis met het lopen van de Camino 'vicarie pro', 'plaatsvervangend voor' (zie kader). Tot nu toe liep Krever, die zichzelf agnost noemt, voor 35 personen naar Santiago. Op deze manier krijgt het lopen zin en het motiveert hem ook om door te gaan als het even tegenzit.

Mocht Krever niet de persoon zijn die het vaakst de Camino heeft gelopen, dan zal hij toch wel degene zijn die de meeste bloemen heeft gefotografeerd onderweg. Inmiddels staan er meer dan 1100 soorten beschreven op zijn website. Alle foto's zijn door hemzelf gemaakt en ook alle beschrijvingen zijn van zijn hand.

[floresdeloscaminosasantiago.eu](http://floresdeloscaminosasantiago.eu)

Ook in het echte  
leven gaan mensen vaak  
lopen of fietsen op een  
keerpunt in hun leven





## WIST JE DAT....

De Camino ook wel de Sint Jacobsroute heet?



Amsterdam een St. Jacobsstraat en een St. Jacobsdwarsstraat heeft?



Pelgrims nooit te beroerd zijn om hun ervaringen te delen met aspirant-wandelaars?



Je reisgenoten kunt zoeken als lid van het Nederlands Genootschap van Sint Jacob?



Je via 'Pelgrims voor pelgrims' relatief goedkoop kunt overnachten bij andere pelgrims die hun huis openstellen?



Er een schat aan informatie staat op [santiago.nl](http://santiago.nl)?



# Het lopen zelf geeft houvast, een moeilijke doch ongecompliceerde opdracht

## JOUW PLEK VAN BETEKENIS

Zo kan ieder een eigen invulling geven aan zijn of haar Camino. Zoals socioloog Herman Vuijsje, die juist van Santiago naar Amsterdam liep, stelde: 'Ik maak zelf wel uit wat mijn plek van betekenis is'. Een alternatief voor de pelgrimstocht naar Santiago de Compostela is de Sultans Trail opgezet door Turkse Nederlander Sedat Çakir. Een wandel- of fietstocht van Wenen naar Istanbul, door Oostenrijk, Hongarije, Kroatië, Roemenië, Bosnië-Herzegovina, Servië, Bulgarije en Turkije. De omgekeerde route werd een aantal eeuwen geleden afgelegd door verschillende heersers van het Ottomaanse Rijk. Hoewel West-Europa uiteindelijk nooit werd veroverd door de Ottomanen, ging er een siddering door het hele continent. In Zuidoost-Europa heersten wel eeuwenlang de Ottomanen. Deze wandeling symboliseert de gelijkheid en vrede tussen mensen van verschillende culturen in tegenstelling tot het eerste gebruik van de route, namelijk dat van oorlog en geweld. In alle landen waar de Sultans Trail heen voert is een indrukwekkend aantal vrijwilligers bezig om de routebeschrijvingen te vervolmaken en de apps te verbeteren. Zelf liep Çakir ooit met de Koran en de Bijbel in zijn rugzak naar Santiago. Door de samenwerking tussen verschillende culturen is alleen al de totstandkoming van deze pelgrimstocht weer een stap op weg naar vrede op aarde.

## WANDELEN MET JE ZIEL

Dat de Camino ook genezing kan brengen in de strijd met jezelf bewees Bente van der Wouw met haar boek *Onderweg*. Er waren allerlei dingen in haar leven voorgevallen, waaronder een burn-out

en de breuk met haar jeugdliefde. Zij begon min of meer onvoorbereid aan de Camino. Ook als ze tegen de dag op zag ging ze lopen en als het lopen tegenviel, bleef ze toch doorgaan. Het lopen zelf was haar houvast, een moeilijke doch ongecompliceerde opdracht. Lezers roemen Van der Wouws vermogen om ervoor te zorgen dat je je een medepelgrim waant. Mede door de openheid over haar mentale gezondheid is het een herkenbaar boek geworden. Natuurlijk kom je gedurende je tocht prachtige uitzichten en intrigerende mensen tegen, maar er liggen zeker ook ontberingen op de loer, zoals blaren, braken en bedwantsen. De pelgrim zal al deze uitdagingen het hoofd moeten bieden om de reis te kunnen voltooien.

Zo bezien is het onderweg gaan naar Santiago de Compostela een kleinere en afgebakende versie van het leven zelf. De lessen en ervaringen van de Camino kunnen meegenomen worden naar het echte leven. Of zoals Jeroen Gooskens zei: 'Want wat is pelgrimeren anders dan wandelen met je ziel, kijken met je innerlijk oog, luisteren met je hart, en zo het geheim van het leven op het spoor komen.' 

## DICHT BIJ HUIS

Naast een beroemde bestemming als Santiago kun je het ook binnenlands houden. Zo heb je in Nederland 'the walk of wisdom', een nieuwe niet-religieuze pelgrimsroute, die verbinding met de natuur bevordert. ([walkofwisdom.org](http://walkofwisdom.org)) De Drie Heilige Bronnen-pelgrimsroute, een eendaagse tocht rond Heiloo. ([sufitrail.nl](http://sufitrail.nl)) Het Krishnamurti-pad bij Ommen, verschillende kloostertochten en 'Jacobspaden', die een Nederlands deel beslaan van de grote pelgrimsroute.





# *Het Brandend Braambos in de Westerkerk*

TEKST CRISTINA PUMPLUN

**I**n de schemering van een zomeravond of juist op een winterse ochtend straalt het de bezoekers het meest indrukwekkend tegemoet: het 'Brandend Braambos' in de Westerkerk. Op tien gietijzeren bogen zijn koperen bladeren en kaarsenhouders bevestigd. Als in elke houder een kaarsje brandt, lijkt deze gestileerde braamstruik daadwerkelijk in brand te staan.

## **UNIVERSEEL VERLANGEN**

Dit kunstwerk is een indrukwekkende verbeelding van het Bijbelse braambos uit het boek Exodus, waarin de Eeuwige aan Mozes verscheen in een vlammende struik in de woestijn. Het Brandend Braambos staat sinds 2008 in de zuidoostelijke hoek van de Westerkerk. Het dient van begin af aan als plek voor bezinning in deze monumentale stadskerk en het verbeeldt wat christelijke, joodse en islamitische tradities met elkaar verbindt: een universeel menselijk verlangen om het onbenoembare, de nabijheid van de Eeuwige te ervaren. Bezoekers van de kerk, afkomstig uit alle windstreken, houden er even stil. De meesten steken een kaars aan en verbinden dat met hun eigen gedachten. Vaak gaat het dan om mensen die men heeft moeten loslaten aan de dood of aan het leven.

## **HANDVORMIG BLAD**

Vorm geven aan de zoektocht van mensen naar de nabijheid van God was deel van de opdracht die de kunstenaar Hans 't Mannetje (1944-2016) van de Westerkerk kreeg. Hij vatte de naam voor de struik,

die Mozes zag branden en die in oudere Nederlandse Bijbelvertalingen 'braambos' werd genoemd, letterlijk op. En zo staat in de Westerkerk een forse braamstruik, een koepelvormig struweel van koper, waarop de grote vijfvingerige bladeren het meest opvallen. De kunstenaar vroeg zich af\*, hoe hij toch de koperen bladrozetten van de braam moest vormgeven? "Wat nu juist zo mooi is aan de levende bladeren, is het 'gebaar' dat ze maken. Het naar je toe reiken. Het heet toch niet voor niets 'handvormige' bladeren." En hij realiseert zich dat een braam in de natuur een onderkomen voor allerlei insecten en vogels is: "In het ontwerp wil ik in ieder geval een merel en enige gehakkelde aurelia's: vanwege hun prachtige naam. En verschillende huisjesslakken: van metaal gegoten zijn dat zulke aardige knolletjes." Het Brandend Braambos in de Westerkerk is zo een tastbaar symbool voor het leven, voor verbinding van mensen met elkaar voor het aangezicht en in de nabijheid van de Eeuwige.

\* IN 'THEE WESTERKERK', 2004

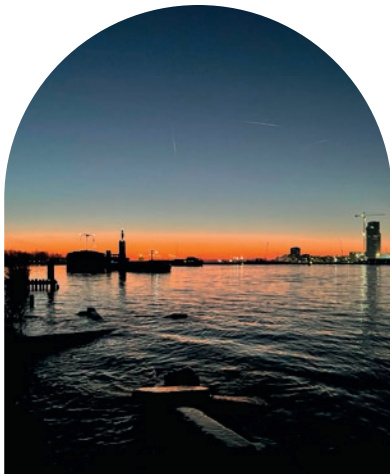
## **DE WESTERKERK**

Elke dag open van 11.00 tot 15.00 uur om een kaarsje aan te steken bij het Brandend Braambos. Voor diensten, concerten en meer, zie [westerkerk.nl](http://westerkerk.nl)



# Stilte in de stad

iedereen een plek



## ZWEMMEN IN HET IJ

*'Het allerliefst spring ik het water in, in alle vroegte, het jaar rond. Dan loop ik door de slapende straat, zelfs de honden worden nog niet uitgelaten. De hoek om, ik steek een veldje over, en daar is het IJ - zelfs in het donker is het klotsende water nog te zien door het licht van de stad zelf. Uit appartementen langs de kade, de scheepswerf waar altijd gewerkt wordt, een vrachtschip in de verte. Een paar eenden gaan voor me uit het water in. Ik volg. Als ik geluk heb, vliegt er een uil boven me of scheert een ijsvogel voorbij. Dit is mijn stilteplek, hier vind ik mijn inspiratie voor de dag die voor me ligt.'* **Nelleke Bos**

HEB JIJ IN HET DRUKKE  
AMSTERDAM WEL EENS  
BEHOEFTE AAN EEN  
PLEK WAAR HET STIL  
IS, WAAR JE TOT JEZELF  
KUNT KOMEN? KRISKRAS  
DOOR ONZE  
STAD ZIJN PLEKKEN  
WAAR DIT KAN.



## KOFFIE MET GEBED

Elke woensdag van 10.00 tot 12.00 uur is iedereen welkom voor een kop koffie/thee. Er is gelegenheid tot het ontmoeten van buurtgenoten. Aansluitend is er om 12.30 uur een middaggebed. **Willem de Zwijgerkerk, Olympiaweg 14**

## THUISKOMEN

Bij Hebron kun je thuiskomen. Op diverse dagen ben je welkom voor ontmoeting, maar ook om even de stilte op te zoeken en tot rust te komen in de kapel. Vaste openingstijden zijn: dinsdag van 10.00-16.00, vrijdag van 9.00-12.00 en zondag van 10.00-13.00. **Kapel Hebron, Ingang via de huiskamer, Polanenstraat 211**

## OPEN KERK IN DE KEIZERSGRACHTKERK

Stille Zaterdag 30 maart van 13.30 tot 15.30 uur - Koningsdag, zaterdag 27 april 11.30 tot 16.00 uur - zaterdag voor Pinksteren 18 mei van 13.30 tot 15.30 uur. Neem een kopje thee, steek een kaarsje aan en kom tot rust. **Keizersgrachtkerk, Keizersgracht 566,**

## IN DE MUIDER

Elke zaterdag van 11.00 tot 13.00 uur kun je even rustig in de Muiderkerk zitten, een kaarsje branden of met iemand praten. Ingang naast de toren, tegenover het Oosterpark. **Muiderkerk, Linnaeusstraat 37, Oost**

## ELKE WERKDAG OPEN

De Westerkerk is in de regel open van maandag t/m vrijdag van 11.00 tot 15.00 uur. Kom de monumentale kerk bewonderen, ga even zitten en steek een kaarsje aan als je wilt.

**De Westerkerk, Prinsengracht 281**



## WELKOM IN HET TROOSTCAFÉ

Thomas Troostcafé in De Thomas, Prinses Irenestraat 36, Zuidas

Een huis om op verhaal te komen voor wie leeft met een verlies of behoefte heeft aan een moment van bezinning. Tweewekelijks op dinsdag open tussen 15.00 en 18.00 uur. Op [dethomas.nl](http://dethomas.nl) staat wanneer het Troostcafé open is.

**Het Troostcafé, Prinses Irenestraat 36**

## BIJZONDERE PLEK

Loop op zaterdag- of maandagmorgen tussen 10.30 tot 12.30 uur binnen bij de Noorderkerk en geniet van een moment van rust, ga zitten om muziek te luisteren en verwonder je over het gebouw.

**Noorderkerk, Noordermarkt 48**

## MOMENT VAN RUST

Elke werkdag is er een avondgebed van 19.30 uur tot 20.00 uur. Een half uur van rust, gebed, muziek en de kaars die brandt. **Elthetokerk, Javastraat 118**

## IN HET HART VAN DE PIJP

De kapel van de Oranjekerk is bijna dagelijks geopend tot 20.00 uur. De kerk is doordeweeks open op dinsdag tot en met donderdag van 10.00 tot 15.00 uur. **Kapel Oranjekerk, 2e Van der Helststraat 1-3**

## MOMENT VOOR JEZELF

Woensdag van 9.00 uur tot 17.00 uur is de Bidkapel van De Ark open. Ieder is van harte welkom om binnen te lopen voor stilte of gebed. Vrijdag is er om 8.30 uur een ochtendgebed in de kapel. Op andere dagen is de kapel wisselend geopend. **Bidkapel van De Ark, Van Ollefenstraat 9**



## LICHTJE VOOR DE WEEK DIE KOMT

*'De woorden van de zegen klinken nog na in mijn oren, over de kracht van God, die leven geeft en leven sterkt. Uit mijn jeugd weet ik nog de zinnen: 'Moge de Heer u zegenen en beschermen...' De kerkgangsters gaan gezegend namens God de nieuwe week in. Achter in mijn kerk van nu staat de stiltehoek waar ik na de dienst altijd naar toe ga. Met een gebed in gedachten steek ik een waxinelichtje aan: 'God wilt u mijn werk deze week weer zegenen, mag het weer lukken?' Mijn kleine kaarsje staat te branden, bij al de andere kaarsjes. Nog even sta ik te kijken naar de flikkerende vlammetjes om stilte te ervaren en om te beseffen dat God ons nooit alleen de nieuwe week instuurt.'* **Baukje Burggraaff**

**Wat is jouw stilteplek?** Laat het ons weten via [redactie@adam.nl](mailto:redactie@adam.nl) of stuur een DM naar [@protestantsamsterdam](https://www.instagram.com/protestantsamsterdam)





## Overzicht van stitteplekken in de stad

- |   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| <p><b>1 Ark Noord</b><br/>Banne Buikslootlaan 63c<br/>arkmiddennoord.nl</p>                   | <p><b>6 De Ontmoeting</b><br/>Louis Couperusstraat 133<br/>deontmoeting-pka.nl</p>    | <p><b>12 Nassaukerk</b><br/>De Wittenstraat 114<br/>kholwerda@hetnet.nl<br/>nassaukerk.nl</p> | <p><b>17 Oude Kerk</b><br/>Oudekerksplein 13<br/>oudekerk.nu</p>                     |
| <p><b>2 Ark-Jacobuskapel</b><br/>Van Ollefenstraat 9<br/>deark-jacobuskapel</p>               | <p><b>7 Elthetokerk</b><br/>Javastraat 118-A<br/>elthetokerkamsterdam.nl</p>          | <p><b>13 Noorderkerk</b><br/>Noordermarkt 48<br/>noorderkerk.org</p>                          | <p><b>18 Thomaskerk</b><br/>Prinses Irenestraat 36<br/>thomaskerk.nl</p>             |
| <p><b>3 Augustanakerk</b><br/>Erasmusgracht 24<br/>luthersamsterdam.nl<br/>/augustanakerk</p> | <p><b>8 Gast-huis Werkplaats</b><br/>Arie Biemondstraat 103<br/>heiligvuurwest.nl</p> | <p><b>14 Oranjekerkerk</b><br/>Van Ostadestraat 151<br/>oranjekerkerkamsterdam.nl</p>         | <p><b>19 Vrijburg</b><br/>Herman Gorterstraat 31<br/>vrijburg.nl</p>                 |
| <p><b>4 De Binnenwaai</b><br/>Ed Pelsterpark 2<br/>debinnenwaai.nl</p>                        | <p><b>9 Jeruzalemkerk</b><br/>Jan Maijenstraat 14<br/>jeruzalem-kerk.nl</p>           | <p><b>15 Osdorp-Sloten, De Opgang</b><br/>Tussen Meer 68<br/>osdorpsloten.nl</p>              | <p><b>20 Westerkerk</b><br/>Prinsengracht 281<br/>westerkerk.nl</p>                  |
| <p><b>5 Bethelkerk</b><br/>Plejadenplein 44<br/>bethelkerkamsterdam.nl</p>                    | <p><b>10 Keizersgrachtkerk</b><br/>Keizersgracht 566<br/>keizersgrachtkerk.nl</p>     | <p><b>16 Osdorp-Sloten, Slotkerk</b><br/>Osdorperweg 28<br/>osdorpsloten.nl</p>               | <p><b>21 Willem de Zwijgerkerk</b><br/>Olympiaweg 14<br/>willemdezwijgerkerk.nl</p>  |
|   | <p><b>11 Muiderkerk</b><br/>Linnaeusstraat 37<br/>muiderkerk.nl</p>                   |   | <p><b>22 Nieuwendammerkerk</b><br/>Hensbroekerstraat 28<br/>nieuwendammerkerk.nl</p> |

# Wat is je zielspositie?

**A**dformatie bestaat vijftig jaar. Of we een workshop willen verzorgen. Ja graag, zeiden we. We, dat zijn merkstrategie Marc, wereldveranderaar Christine en ondergetekende. Samen werken we aan een boek dat laat zien hoe je thema's van 'hart, ziel en geest' met de werkvloer kunt verbinden.

Zo staan we op een maandagmiddag in Capital C, de fraai verbouwde Diamantbeurs. Ons publiek bestaat uit twintig mensen uit het veld van communicatie en marketing. We vertellen over hoe we elkaar hebben ontmoet en waarom we samenwerken. Marc legt uit hoe een sterk merk een bepaalde breinpositie inneemt: Nike en Apple reizen als het ware met ons mee. Ik vul aan: er is ook iets als een 'zielspositie'. Meestal in de vorm van verhalen die je nooit meer vergeet.

Dan vertel ik kort het verhaal van de barmhartige Samaritaan, stand-up. Over de weg naar Jericho, de overval, de twee mannen die doorlopen en de derde die het slachtoffer op een ezel naar de herberg brengt. Sommige deelnemers horen het voor het eerst. Voor anderen is het lang geleden. We denken hardop na met elkaar. Zijn die priester en die leviet gewoon klootzakken? Of hadden ze zo hun redenen om door te lopen? Wat zou ik zelf doen? Ook de Samaritaan heeft haast. Maar



hij ziet en voelt en doet. Mee-lijden is dat. Dat je beseft dat je daar ook zelf had kunnen liggen. Of gewoon: dat je in een lijdend voorwerp een mens herkent. Iemand van jouw soort.

'Bij ons in het bedrijf zit het wel goed met de empathie', zegt iemand. 'Wij zijn goed voor onze klanten en voor ons personeel'. 'Stel je voor', zei ik. 'Jij neemt op een dag afscheid van het bedrijf waar je nu werkt. Je hebt er een paar jaar gezeten. Zou je dan kunnen zeggen: waar ik het meest trots op ben, is dat we hier nóóit met een boog ergens omheen gelopen zijn. Niet om issues, niet om mensen'. Het wordt heel stil. Dat is te mooi om waar te zijn. Maar waarom zou het eigenlijk niet kunnen?

**Je beseft dat je daar ook zelf had kunnen liggen**

'Wat een goed verhaal', zegt iemand bij de borrel. Ze switcht tussen Engels en Nederlands als ze vertelt hoe ze als expat dat 'met een boog om je heen' aan den lijve heeft ervaren. Zo'n welkome stad is het hier niet.

Als ik terugfiets, kijk ik net wat beter om me heen dan anders.

**TIM VREUGDENHIL** IS STADSPREDIKANT VAN AMSTERDAM EN LAAT ZO HET GELUID VAN DE KERK IN HET MAATSCHAPPELIJKE DEBAT HOREN



# Kom naar een *swingende* benefietavond vol *gospel*

*Beleef de prachtige stemmen van  
The New Gospel Sensation & Friends  
op een betoverende locatie*



Gepresenteerd door Noraly Beyer  
Opening door Gershwin Bonevacía

**Wo 24 april 2024** Vanaf 19:00

**De Nieuwe Kerk Amsterdam**



Reserveer uw tickets nu via:  
[nieuwekerk.nl/agenda](https://nieuwekerk.nl/agenda)

**Benefiet-  
concert voor de  
restauratie**

Alle opbrengsten van de kaartverkoop gaan naar de restauratie van de 8 zuilen. Zo draagt u bij aan de toekomst van De Nieuwe Kerk.