

# 'In de woestijn kom je jezelf tegen'

● In de verlatenheid wordt helder wat in jouw leven echt belangrijk is

Door Hans Knijff

<< 13 De eerste keren dat Caroline Froeling de woestijn in trok, was dat de Sinai. "Maar nu het onrustig is in Egypte, ga ik naar Jordanië." In de woestijn kom je 'jezelf in het kwadraat tegen', zoals ze zegt. "Je moet er rekening mee houden dat je heel verdrietig kunt worden of je opeens heel moe voelt." Het zijn de eerste signalen dat de stilte en de verlatenheid hun werk doen, weet ze. In tweede instantie wordt, ver van huis en van de dagelijkse patronen, vanzelf helder wat nou echt belangrijk is in jouw leven. En wat je beter kunt laten schieten om die dingen de ruimte te geven die er tot dan toe onvoldoende was.

De woestijn kan je nog meer leren, legt ze uit: "Ik voelde me een keer heel nietig in die uitgestrektheid. Net op dat moment begon een vogeltje zacht te fluiten. Een piep-



▲ Bedoeïnen zorgen dat de groep niet verdwaalt. Eigen foto

klein geluidje, dat de absolute stilte even doorbrak. Maar doordat het gezang van het beestje door de bergen werd weerkaatst, klonk het alsof ik midden in een concertzaal zat. Je kunt je nog zo nietig voelen, bedacht ik toen, voor iedereen is er ruimte zich te laten horen."

De woestijnreis die Froeling or-

ganiseert, duurt van 22 tot en met 29 maart. De groep, zittend op kamelen of naast de dieren lopend, zal niet groter zijn dan 15 deelnemers. Froeling en Timmer gaan zelf mee. Hun taak is professionele begeleiding. "We staan de deelnemers tijdens de tocht door de woestijn persoonlijk bij." In principe wordt

## Informatie woestijnreis

Meer over de woestijnreis in maart staat op [www.carolinefroeling.nl](http://www.carolinefroeling.nl). Bij 'sinai-experience' staan ook prijzen.

er overdag niet gesproken, om de stilte maximaal te ervaren. Maar het is wel mogelijk om je iets van de groep los te maken voor een persoonlijk gesprek. Bedoeïnen zorgen dat de groep niet verdwaalt en koken traditionele maaltijden. Er gaan tenten mee maar Froeling zelf geeft de voorkeur aan slapen onder de sterrenhemel. "Die is zo waanzinnig mooi in de woestijn." Op de laatste dag van de reis is een bezoek aan werelderfgoedstad Petra gepland.

Froeling: "Daar is van stilte totaal geen sprake meer natuurlijk. Maar daar kun je, voordat je het vliegtuig terug naar Nederland instapt, het geleerde wel meteen in de praktijk brengen. Wil je als een dolle alles zien of probeer je van een paar mooie plekken met volle teugen te genieten?"