

Op pad met Noortje Wilting-Snelders: **haar reis naar vrijheid**

Interview door Ad Jacobs, April 2025

Sinds 2025 ben je voorzitter van het Jacob Genootschap regio Zuidoost Brabant. Kan je iets over jezelf vertellen?

"Ik ben Noortje Wilting-Snelders, geboren in 1964 in Wintelre. Mijn hele werkzame leven ben ik actief geweest als verpleegkundige, op afdelingen zoals Interne Geneeskunde, Dialyse, Hartbewaking en Intensive Care. De afgelopen 19 jaar werk ik als hartfunctielaborant in het Máxima Medisch Centrum in Veldhoven. Ondanks mijn lange carrière, ik ben begonnen in 1982 in het Sint Jozef Ziekenhuis, haal ik nog steeds veel plezier uit mijn werk en denk ik er voorlopig nog niet aan om met pensioen te gaan. Samen met mijn man Jack heb ik vier dochters, vier schoonzonen en drie fijne kleinkinderen. Maar naast mijn drukke leven als moeder, oma en professional, heb ik een eigen passie ontdekt; zelfinzicht vinden door langeafstandswandelingen."

Hoe ben je in aanraking gekomen met de Camino?

"In 2011 liep mijn man Jack de Camino Francés. Thuisgekomen zat hij vol verhalen en voelde ik een vonk. Dat wilde ik ook ervaren, maar dan samen met hem. In 2014 maakten we die droom waar en gingen we op pad om een deel van de Camino Português te lopen. De tocht van Porto naar Santiago de Compostella was geweldig; negen dagen wandelen, gevolgd door vier extra dagen naar Finistère. We liepen gemiddeld 32 kilometer per dag en genoten intens. Dat gevoel van vrijheid, het onderweg zijn, de eenvoud van het leven: het smaakte naar meer. In de jaren daarna liepen we nog verschillende Camino-routes, waaronder een deel van de Camino Primitivo."

Wat was voor jou de aanleiding om de Camino Francés alleen te lopen?

"In 2018 brak een nieuwe fase in mijn leven aan. Mijn dochters waren het huis uit, en ik besepte dat ik jarenlang vooral voor anderen had gezorgd, altijd zorgen, zorgen, zorgen... Nu was het tijd om iets voor mezelf te doen. Ik besloot de Camino Francés in mijn eentje te lopen. Maar kon ik dat wel? Kon ik mijn thuis loslaten? Was ik fysiek en mentaal sterk genoeg om 800 kilometer helemaal alleen af te leggen?"

Ik koos voor de Camino Francés omdat dit de meest bewandelde route is, met voldoende accommodaties voor overnachtingen, een stukje zekerheid. Want spannend vond ik het wel"



Hoe begon die reis voor jou?

“Op 10 mei 2018 begon mijn avontuur. Maar niet voordat ik in Vessem mijn heenzending had ontvangen van broeder Fons bij Kafarnaüm. Omringd door familie en vrienden voelde ik de kracht om op pad te gaan. Jack had een pelgrimspaspoort gekocht, waarin mijn vier dochters iets liefs hadden geschreven. Ik kreeg kleine cadeautjes, een armbandje, een zeepje, kaarten, waardoor mijn rugzak meteen een stukje voller, maar vooral waardevoller werd.

Daarna bracht Jack mij naar vliegveld Charleroi, vanwaar ik naar Biarritz vloog. Vervolgens reisde ik per trein verder naar Saint-Jean-Pied-de-Port. Vanaf daar was het alleen nog maar mij en de weg. De eerste dag ging ik direct de Pyreneeën over, een pittige tocht van 25 kilometer. Maar ik was fit en voelde me sterk.”

Meer dan alleen een wandeltocht

Wat was het grootste verschil tussen lopen met een reisgenoot en alleen lopen?



"Wat ik niet had verwacht, was hoe anders het zou zijn om alleen te lopen. Zonder afleiding van een reisgenoot merkte ik dat ik sneller contact maakte met andere pelgrims. Ik liep een tijd met Jessica uit Duitsland en Sergio uit Italië, maar telkens viel het gezelschap weer weg. Precies zoals ik het wilde: deze Camino was van mij, ik wilde het helemaal zelf doen. Ik heb geen contacten overgehouden aan mijn Camino, ik heb vooral mezelf helemaal opnieuw leren kennen”.

Wat wilde je met deze tocht bereiken?

"Mijn doel was tijd voor mezelf. Na al die jaren van zorgen voor anderen wilde ik ontdekken of ik ook goed voor mezelf kon zorgen. En dat lukte. De rust, de natuur, het simpele leven onderweg: het voelde als thuiskomen bij mezelf. Ik noem dat 'Me-Time'. Ik genoot van de stilte, de uitzichten, de natuur, de geuren. Ik genoot van elk bloemetje dat bloeit en besepte dat ik maar weinig nodig heb om gelukkig te zijn."

Was er een moment tijdens de Camino dat je bijzonder heeft geraakt?

"Een van de meest bijzondere momenten was bij de Cruz de Ferro. Hier liet ik een steentje achter voor mijn overleden vader. Ik had niet verwacht dat het me zo zou raken, maar toen ik daar stond, voelde ik zijn aanwezigheid. Het was alsof hij een stukje van mijn reis met me meeliep. Dat moment zal ik nooit vergeten."

Hoe ging het lopen je af?

"Aanvankelijk ging alles moeiteloos. Ik liep elke ochtend zonder problemen weg, maar na zo'n 600 kilometer kreeg ik op een dag plotseling pijn in mijn benen. Die ochtend vertrok ik nog fluitend bij de herberg, maar na zo'n acht kilometer, tijdens een rustpauze, voelde ik dat er iets niet goed zat. Er begon een zeurende pijn op te komen in mijn benen. Ik nam een pijnstillertje, maar het hielp niet, bij elke stap werd het erger. Het drong het tot me door dat ik iemand nodig had die op me lette. En toen gebeurde het wonder van de Camino: wanneer de nood het hoogst is, is de hulp nabij.



Precies op het moment dat ik bij een café aankwam, liep Sergio, met wie ik eerder al stukken had gelopen, naar buiten. Ik vroeg hem meteen: *"Wil je alsjeblieft met me meelopen? Mijn benen voelen niet goed, en ik wil, en durf, niet alleen verder."*

Samen gingen we op weg, maar de pijn werd ondraaglijk. Ik kon eigenlijk niet meer vooruit, maar stoppen wilde ik ook niet, opnieuw op gang komen was nog erger. Ik moest rust nemen. In Villafranca del Bierzo vonden we een albergue waar ik uiteindelijk drie nachten zou blijven. Sergio is de volgende dag zijn weg vervolgd."

Een bijzondere ervaring: het gaat écht niet meer

"Creperend van de pijn beseftte ik toen: *nu kan ik echt niet meer verder*. In de albergue moest ik op mijn blote knieën de trap op naar de slaapzaal, gelukkig waren er geen stapelbedden. Ik ging als laatste naar bed, zodat niemand zou zien dat ik de trap niet op kon lopen. Zelfs om naar het toilet buiten te gaan, kroop ik op mijn knieën over de stoep, als laatste van iedereen. Ik wilde het alleen doen, wilde niet toegeven dat ik het écht niet meer kon. Pas toen iedereen 's ochtends was vertrokken, vroeg ik uiteindelijk hulp aan de herbergier en zijn vrouw.



Zij zorgden ongelooflijk goed voor me. Hun herberg had een aparte kamer met een eigen badkamer, speciaal ingericht voor pelgrims met fysieke klachten die moesten herstellen. De herbergier liet het bad vollopen met afwisselend warm en koud water, de wisselbaden waren heerlijk, maar de pijn bleef. Hij trommelde een masseur op, en zijn vrouw wikkelde mijn benen in koolbladeren voor verkoeling en genezing. Ongelooflijk hoe zorgzaam mensen kunnen zijn.

De volgende dag bracht de herbergier me naar het ziekenhuis. De diagnose: tendinitis, ontstekingen aan de enkelpezen. *“Een paar dagen rust en je kunt wel weer verder,”* verzekerde de arts me”.

Wat was de oorzaak van de pijn?

“Ik ging er destijds nog van uit dat de arts gelijk had en dat het om een peesontsteking ging. Pas twee maanden na thuiskomst werd via een MRI-scan ontdekt dat ik een stressfractuur in beide scheenbenen had. De pijn bouwde zich geleidelijk op en werd steeds heviger, het bleek de voorbode van een uiteindelijke breuk. Op de scan was te zien dat beide scheenbenen gebroken waren. Dergelijke blessures komen ook voor bij soldaten die lange marsen maken; men noemt dat een marsfractuur. Ik had geen idee hoe ernstig het was en wilde koste wat kost doorgaan. Opgeven? Dat was voor mij geen optie. Ik bleef vastbesloten om naar Santiago te lopen”.



Doorzetten tegen beter weten in

“Na drie dagen vertroeteld te zijn ging het iets beter en ging ik strompelend op pad gesteund door wandelstokken. Het gaat wel weer,” hield ik mezelf voor, maar de pijn was hevig. Na 5 kilometer liep ik een dorpje in en daar ontmoette ik Jessica weer, de Duitse pelgrim die ik aan het begin van mijn Camino had leren kennen. Ook zij had een blessure en vertelde dat ze een taxi zou nemen naar de volgende etappe. Ik besloot met haar mee te gaan.

De volgende dag begonnen we samen aan een nieuwe etappe, maar al snel was het duidelijk: mijn benen konden niet meer. Ik belde opnieuw een taxi die me naar de volgende herberg bracht, waar Jessica ook naartoe ging. De dag erna nam ik de bus naar Sarria, 100 kilometer voor Santiago. Ik bleef daar twee nachten. Toen Jessica aankwam, aten we samen wat en zochten steun bij elkaar. Zij kon niet meer op wandelschoenen lopen en voltooide de laatste 100 kilometer op sandalen. Ik wist dat ik niet meer kon lopen, maar opgeven was nog steeds geen optie voor mij”.

Maar verder lopen was uiteindelijk niet meer mogelijk. Ik moest mijn lichaam respecteren en luisteren naar mijn benen, die duidelijk aangaven: stop. De teleurstelling dat ik de tocht niet kon uitlopen was groot. Mijn wil was sterk, maar de pijn ondraaglijk. Thuis wisten ze inmiddels dat ik problemen had, maar niemand, ikzelf ook niet, vermoedde dat mijn benen gebroken waren. De laatste kilometers moest ik noodgedwongen met de bus afleggen.

Zo bereikte ik, ondanks alles,
Santiago.

Niet op de manier waarop ik had gehoopt, maar ik was er. En misschien was dat precies de les die de Camino me wilde meegeven: loslaten, accepteren en doorgaan. Mijn lichaam was gebroken, maar ik had mezelf hervonden.

Op het plein ontmoette ik Sergio weer die ik sinds Villafranca del Bierzo niet meer had gezien, hij maakte deze foto van mij, en na een gezellige lunch en een bezoek aan de kathedraal namen we definitief afscheid.



Heb je plannen om nog een keer een Camino te lopen?

“Sinds mijn Camino heb ik geen lange pelgrimstocht meer gemaakt. Er blijft een lichte angst: kunnen mijn benen het nog aan? Maar diep van binnen weet ik dat ik ooit terug zal keren. Met zooltjes van de podotherapeut en in een voorzichtiger tempo, zal ik opnieuw de uitdaging aangaan.

Of ik die volgende Camino alleen zal lopen of samen met iemand, weet ik nog niet. Misschien toch weer alleen. Want wat ik heb geleerd, is dat ik het kán. Thuis ben ik vaak omringd door mijn man, kinderen, familie en vrienden, maar op de Camino ontdekte ik dat ik het ook in mijn eentje durf. En dat geeft een krachtig gevoel van vrijheid.

Wat ik onderweg ook heb ervaren, is dat je er nooit alleen voor staat. Als je in de problemen komt, is er altijd iemand die je helpt. Je hoeft het niet alleen te doen. Mijn hele leven was ik er vooral voor anderen, ik hielp waar ik kon. Maar op de Camino ontdekte ik dat anderen er óók voor mij zijn als ik het nodig heb. Dat was een bijzondere en waardevolle les.

Daarom zou ik tegen iedereen die twijfelt willen zeggen: **ga gewoon**. Laat je niet tegenhouden door angst of onzekerheid. Onderweg zul je merken dat je sterker bent dan je denkt. Lopen is niet alleen goed voor je lichaam, maar ook voor je geest. Het helpt je los te laten, je hoofd leeg te maken en in het moment te zijn. Om helemaal vrij te zijn.

Loop niet te fanatiek. Soms liep ik wel 35 kilometer of meer op een dag, maar dat bleek achteraf te veel. Neem de tijd. Geniet. Dertig is niet nodig, 25 kilometer is echt genoeg.

De roep van de weg blijft. En ooit, op een dag, zal ik mijn rugzak weer oppakken en opnieuw op pad gaan.”