

## Zin op zondag



De stille week:

Ergens tussen licht en donker

## Vast u wel of vast u niet?

De afgelopen periode stond voor veel moslims en christenen in het teken van vasten, vanwege de Ramadan en de 40-dagentijd. Deze laatste periode mondt uit in de stille week.

Zelf moet ik bekennen dat het idee om te vasten me dit jaar tegenstond. Het is misschien niet zo devoot, maar ik had er geen puf voor. Soms is het leven van zichzelf al zwaar genoeg. En zijn kleine geneugten bijna noodzaak om het wat te veraangemen. Als ik dit opschrijf geneer ik me. En bevraag ik mijn eigen gevoelens. Want is mijn leven nu echt zo zwaar?

## Vast veel ellende in het ziekenhuis

Ruim tien jaar werk ik zelf als Predikant-Geestelijk Verzorger in het Martini Ziekenhuis. Een keuze om betrokken te zijn bij 'de rafelranden van het bestaan'.

'Tjonge, dat is vast zwaar' is een veelgehoorde reactie als ik over mijn werkzaamheden vertel. Maar als tegenreactie benadruk ik altijd de mooie en lichte kant van de ontmoetingen hier. Dan zeg ik dat ik me bevoorrecht voel om, op deze plek, dichtbij mensen te mogen zijn.

## Weg van de diepte

Of verlang ik er ook wel eens naar om niet naar het ziekenhuis te hoeven, al is het voor werk? Soms zijn de verhalen die ik hoor intens verdrietig of raken ze aan een eigen gevoelige snaar. In zo'n situatie ontstaat er dikwijls behoefte aan licht en luchtigheid.

Je kunt niet altijd het dieptepunt van je emoties aanraken. En daar verblijven. Verlieservaringen kunnen zo groot zijn dat je terecht komt in een ruimte in jezelf waar alle licht ontbreekt. Bijna als een graftombe. Waar je even kan zijn, maar dan ook weet: ik moet hier uit. Ik heb zuurstof nodig.

## Intermezzo: Op de fiets

Het was de eerste keer van het jaar dat ik op de fiets naar mijn werk ging. De weersomstandigheden waren perfect, koud maar niet te. Vogels floten, de zon kwam op. Ik genoot en voelde me in mijn element. Er was geen enkel contact met het verdriet dat ik eerder in die week gevoeld had.

Tot het moment dat ik langs de kant van de weg een omgekeerde kruiwagen zag liggen. Er staken witte poten onderuit van een koe of eerder een kalfje, te oordelen naar de slankheid ervan. De kruiwagen herbergde een dood dier.

Mijn eerste reactie was er een van ergernis. Mijn vredige ochtendsfeer was ruw verstoord. Daarna dacht ik: misschien is het goed om dit te zien. Juist nu.

## Stille Week

Deze fietservaring brengt me terug bij de week die voorafgaat aan Pasen. Deze week eindigt bij de vrouwen die, gebukt onder verdriet, toch op weg gaan. Zij komen bij de graftombe, die geopend blijkt.

De stille week helpt mij persoonlijk om ruimte te geven aan licht én donker, dood en leven, naast elkaar. Misschien lopen ze meer in elkaar over dan ik zelf voor mogelijk hield. Ik oefen in deze week met integratie. Door een beetje donker toe te staan in het lichte. Of minder oordeel te hebben tijdens donkerheid.

‘Ergens tussen licht en donker’ komt uit een songtekst van Froukje. Dit lied eindigt met: “Straks in de schemering. Komt het beslissende moment. En ik weet niet waarom. Moeten we samen zijn? Ik denk wellicht in donker en licht. Donker en licht, donker en...”

## **ZIN OP ZONDAG**

Wekelijks verschijnt er een bezinningsflyer Zin op Zondag die u ter inspiratie wordt aangeboden door afdeling Geestelijke Verzorging.

Wilt u reageren op de inhoud van deze Zin op Zondag?

Uw reactie is welkom! U kunt ons mailen of een gesprek aanvragen. Hieronder staat hoe u ons kunt bereiken.

## **GEESTELIJKE VERZORGING**

**Ds. Hilde Boekeloo, Martijn Hermse, Else van der Hoek en Anne Uyttenboogaart** zijn als geestelijk verzorgers verbonden aan ons ziekenhuis.

Ook kan er een beroep gedaan worden op een Islamitisch geestelijk verzorger. Wanneer u een gesprek met een van de geestelijk verzorgers op prijs stelt, kunt u dit doorgeven via de verpleegkundige op uw afdeling. Ook kunt u contact met ons opnemen via het secretariaat, telefoon 050 524 5278, of via [geestelijkeverzorging@mzh.nl](mailto:geestelijkeverzorging@mzh.nl) Meer informatie vindt u op onze website: [www.martiniziekenhuis.nl/geestelijkeverzorging](http://www.martiniziekenhuis.nl/geestelijkeverzorging)

## **STILTECENTRUM**

Wie een plek zoekt om even tot zichzelf te komen, een gedachte op te schrijven of iets te lezen, kan iedere dag van de week het Stiltecentrum bezoeken.

Deze ruimte is gelegen op de begaande grond naast het grote restaurant.

Komt u via de hal van de hoofdingang, dan volgt u route 0.7.

Het Stiltecentrum is een plaats van bezinning, een rustpunt in het ziekenhuis. In de inrichting heeft licht een centrale plaats.

U kunt er zelf ook een kaarsje branden.

Deze bezinningsflyer is samengesteld door Hilde Boekeloo.