

## Zin op zondag



Wat is Vrijheid?

Als je in deze periode van het jaar door het raam naar buiten kijkt, zie je de mooiste dingen. De kleur groen in alle mogelijke schakeringen, het voorjaarszonnetje dat warm en vriendelijk schijnt en steeds meer bomen en planten die ons hun kleurrijke bloemen tonen. Het is alsof we in dit jaargetijde een glimp van het paradijs zien.

Jammer genoeg verdwijnt het paradijs, voor je het weet, weer uit het zicht. De ervaring van het fijne, goede leven kan je zo uit de handen glijpen. Als je in het ziekenhuis wordt opgenomen weet je daar alles van. Het noodlot kan zomaar toeslaan. Het paradijselijke gevoel, dat even zo prettig de kop opstak, ontglipt je en somberheid neemt weer de overhand.

Misschien moeten we concluderen dat er bepaalde randvoorwaarden zijn om (iets van) het paradijs te kunnen beleven of ervan te kunnen dromen. Ik denk dat vrijheid er één van is. De mogelijkheid om eigen keuzes te maken en de beschikbaarheid van verschillende handelingsopties. Laat die vrijheid in, tijdens een ziekenhuisopname, nu juist vaak ontbreken. Als patiënt kun je vaak niet eens zelf bepalen hoe laat je 's morgen opstaat, of 's avonds het licht uit doet.

Het bijzondere is dat ik, hier, in het Martini Ziekenhuis, regelmatig mensen tref die tijdens hun opname in staat zijn om de persoonlijke vrijheid te versterken of vergroten. Ik moet denken aan een oudere dame die op zaterdagavond luidkeels meezong met Nederland Zingt, omdat dat haar kracht gaf "en dat mag iedereen horen." De leerkracht die, dankzij een kinderboek over een flamingo met maar één poot, moed vond om na zijn amputatie te gaan revalideren. En de man die op zijn sterfbed glimlachend tegen zijn vrienden zegt: "Volgend jaar drinken we er samen eentje op."

Er zijn dus mensen die in omstandigheden die verre van paradijselijk zijn en bovendien onvrij, zeggen: hier laat ik mij niet door weerhouden of begrenzen. Met verbeeldingskracht en doorzettingsvermogen zijn zij in staat om de vrijheid in zichzelf te bewaren en daarin een klein paradijsje te stichten. Ik denk dat Daniel Lohues het over hen heeft, als hij zingt: "A'j in joen donkerste uur , 'n vrijheidslied verzinnen, a'j denken in de put, alles moet nog mar beginnen, dan be'j pas vrij." (Dan be'j pas vrij van het album Ericana).

"This could be paradise." Op de klanken van dit lied, danste Redo, vorig jaar bij het 5 mei-concert, de sterren van de hemel. De krachtige breakdance-moves werden afgewisseld met kleine handgebaren, een choreografie om kippenvel van te krijgen. Rondjes draaiend om zijn as, op zijn hoofd, schouders, voet of hand, hervond hij telkens opnieuw zijn evenwicht, terwijl hij vastberaden in de camera kijkt.

Redo werd geboren met verschillende fysieke uitdagingen, waaronder een kortere rechterarm en rechterbeen en een totaal aan vijf vingers. Tijdens de dans spreekt hij in een voice-over de woorden: "De waarde van vrijheid voel je pas echt als je beseft hoe kostbaar het is."

Misschien nog wel meer dan het groen van dit jaargetijde bewonder ik al die mensen, die de kracht vinden om in de kilte van het bestaan iets te ervaren en op te roepen. Die het paradijs tevoorschijn denken, en glimpen er van aan anderen tonen. Deze Zin op Zondag is geschreven als ode aan hen.

## **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.