

Tips voor boeken, films en activiteiten Bij het thema 'Mijn lichaam', januari 2014

BOEKEN



Jacqueline Kool: **Goed bedoeld. Levensbeschouwelijk kijken naar handicap en ziekte.**

(Boekencentrum, 2002)

Ervaringsdeskundige en theoloog toetst de gangbare religieuze beeldvorming rond ziekte en handicap. In het tweede gedeelte geeft ze inspirerende voorbeelden van nieuwe religieuze beelden, preken, overdenkingen, liturgische vormen en liederen.



Christiane Berkvens-Stevelinck: **Een witte stok met gps** (Meinema, 2013)

Hoogleraar Europese cultuur en remonstrants predikante over de spiritualiteit van de beperking.



Peter A. Levine: **De stem van je lichaam. Trauma's helen met je lichaam als gids.** (Altamira, 2011)

Medisch bioloog met veertig jaar klinische ervaring met getraumatiseerde cliënten beschrijft de

methode Somatic Experiencing Technique. Daarbij worden in het lichaam opgeslagen angst en hulpeloosheidsgevoelens losgekoppeld om langdurige schade van trauma's te voorkomen.



Deepak Chopra: **Herontdek je lichaam, hervind je ziel.** (Kosmos, 2009)

Chopra stimuleert ons om ons lichaam niet als uitsluitend hardware te zien, maar er een zielvolle verbinding mee aan te gaan door het te verbinden met onze diepste verlangens en levenszin.

Twee artikelen van A.J.A.C.M. Korte in: L. Simpelaar (Eds), Het persoonlijke en het politieke. (Vrouwenbibliotheek Utrecht, 1999):

Het lichaam een zegen? De nieuwe fascinatie voor het lijfelijke bestaan (pp. 31-36)

Kennis van het vlees: Feminisme, spiritualiteit en de lichamen van vrouwen (pp. 37-46).

FILMS



Fantastic Voyage (Richard Fleischer, 1966)

Science fiction. 1995: om een professor te redden worden vijf specialisten met een onderzeeër atomisch ingekrompen tot de omvang van een bacterie en in de bloedbaan van de professor geïnjecteerd. Het team heeft 60 minuten om een bloedstolsel in de hersenen te vernietigen. Wordt deze tijdslimiet overschreden, dan zal alles weer z'n oorspronkelijke afmetingen aannemen en de geleerde zal uiteen worden gereten.



Le scaphandre et le papillon (The diving bell and the butterfly) (Julian Schnabel 2007)
Na een beroerte raakt de 43-jarige Bauby opgesloten in zijn verlamde lichaam. Hij kan alleen zijn linkeroog nog bewegen. Een logopediste leest letters voor en Jean-Dominique moet knipperen op het moment dat hij de gewenste letter voorbij hoort komen. Zo kan hij zich uiten en schrijft hij een boek over zijn ervaringen.

[Holland Doc](#): 19 documentaires (radio of tv) over mensen met een handicap

LINKS naar ARTIKELEN EN ACTIVITEITEN

Calvijn worstelde met de waarde van het menselijk lichaam, stelt dr. Alida Sewell in haar proefschrift. In Reformatorisch Dagblad wijdt er een [artikel](#) aan.

[‘Ik geloof in de verrijzenis van het menselijk lichaam’](#) – audiëntie van Paus Fransiscus op 4 december 2013.

[Corpus experience](#) – Tentoonstelling, ‘levensechte’ reis door het menselijk lichaam.

[Webquest](#): als je in het lichaam van een ander terecht komt, hoe kom je er dan weer uit?

GEDICHTEN

Ode in lijden

Het is zo donker om mij heen
nu 't licht mijn ogen niet meer vult.
Ik voel mij soms zo diep alleen,
in dichte eenzaamheid gehuld.

Nog altijd lijkt het niet genoeg.
Waarom, o God, komt er nog meer?
't Is niet dat ik berouw van U vroeg,
maar waarom voel ik 't lijden weer?

Wat blijft er van mij over, God,
wanneer mij al mijn zinnen ontvallen?
Waar is Uw zege over het lot?
Kunt U mij zomaar laten vallen?

Toch weet ik dat – ook om mij heen -
mijn vrienden over mij zich ontfermen.
Ik weet: U laat mij niet alleen;
U toont door hen mij Uw erbarmen.

Dat is de een'ge kracht die telt.
'k Vertrouw dat – ondanks alles – mijn leven
in Uw ogen zeker meetelt.
Ook na de nacht mag ik leven.

Geeft U, mijn Vader, dan 't geloof
om op Uw liefd' te blijven hopen.
Al ben ik nu door lijden verdoofd,
eens zal ik vóór U rondlopen!

bron: <http://christendom-algemeen.plazilla.com/als-lichaamsfuncties-uitvallen-ode-in-lijden>

Zoals

Zoals je soms een kamer ingaat, niet weet waarvoor,
en dan terug moet langs het spoor van je bedoeling,
zoals je zonder tasten snel iets uit de kast pakt
en pas als je het hebt, weet wat het was,
zoals je soms een pakje ergens heen brengt
en, bij het weggaan, steeds weer denkt, schrikt,
dat je te licht bent, zoals je je, wachtend,
minutenlang hevig verliefd in elk nieuw mens
maar toch het meeste wachtend bent,
zoals je weet: ik ken het hier, maar niet waar het om ging
en je een geur te binnen schiet bij wijze van
herinnering, zoals je weet bij wie je op alert
en bij wie niet, bij wie je kan gaan liggen,
zo, denk ik, denken dieren, kennen dieren de weg.

Judith Herzberg
(uit: Zoals)

Van alles mis

Er is van alles mis met mij,

sorry dat ik het zeg.
Er is van alles mis met mij,
er klopt iets niet, niet echt.

Mijn neus te spits, mijn oren te groot,
steil en recht is mijn haar.
Mijn tanden staan zo schots en scheef -
een fietsenrek zeg maar.

Het duurt een poos eer ik de clou
van een grap ontdek.
De mensen lachen mij dus uit,
houden mij voor de gek.

Ik struikel telkens als ik ren,
ik zing niet maar ik brom.
Wat ik ook aanraak, 't gaat kapot.
Vind jij dat ook niet stom?

Er is van alles mis met mij,
sorry dat ik het zeg.
Er is van alles mis met mij,
er klopt iets niet, niet echt.

Eén ding klopt wel,
klopt absoluut:
mijn hart klopt
zestig slagen per minuut.

Marcel Zegers, bij Psalm 141,4: 'Houd mijn hart ver van het kwaad'
In: Oog in oog. Bijbelse gedichten voor alle leeftijden. (Boekencentrum, 2013)

GELIJKENIS

Een viool met drie snaren (of: muziek maken met wat je nog over hebt)

Op 18 november 1995 gaf de violist Itzhak Perlman een concert in de Avery Fisher Hall in het Lincoln Center te New York City. Als gevolg van polio in zijn kindertijd wandelde Perlman moeizaam, met krukken, naar een stoel in het midden van het podium. Behoedzaam legde hij de twee krukken op de grond, strekte zijn ene been en plooidde het andere onder de stoel. Hij nam zijn instrument en knikte tegen de dirigent dat hij klaar was. Maar enkele seconden nadat hij begonnen was met spelen, sprong een van de snaren van zijn viool. De klap klonk als een revolverschot door de zaal. Het publiek wist onmiddellijk wat er gebeurd was en verwachtte dat het concert zou worden stilgelegd tot een andere viool kon worden gevonden of een nieuwe snaar. Maar Perlman reageerde anders.

Hij haalde diep adem, sloot zijn ogen en gaf de dirigent een teken om opnieuw te beginnen. Het orkest zette in en Perlman speelde op drie snaren. Hij speelde met zoveel passie en zo krachtig en zuiver als men nog nooit gehoord had. Natuurlijk weet iedereen dat het onmogelijk is om een symfonisch werk te spelen op drie snaren. Maar Perlman wilde het die avond niet weten. Je zag hoe hij het stuk in zijn hoofd hercomponeerde en andere

vingerzettingen uitwerkte ter compensatie van de gebroken snaar. Op een bepaald punt klonk het alsof hij de snaren ontstemde om er nieuwe geluiden uit te kunnen halen die ze nog nooit hadden voortgebracht.

Toen hij stopte, viel er een diepe stilte in de zaal. En toen veerde het publiek op en juichte. Er barstte een uitzinnig applaus los vanuit iedere hoek van de zaal. De mensen stonden allemaal op, schreeuwend en juichend, en deden de gekste dingen om hem te laten zien hoeveel waardering ze hadden voor wat hij had gedaan.

Perlman lachte en veegde het zweet van zijn voorhoofd, stak zijn strijkstok omhoog om het publiek tot rust te manen en zei toen, op een rustige, mijmerende, eerbiedige toon: 'Weet u, soms is het de taak van een kunstenaar om erachter te komen hoeveel muziek je kunt maken met wat je nog over hebt.'

[vrij naar een vertaling van Nel de Boer van een artikel uit de 'Houston Chronicle' van Jack Riemer.]