

## Huilen is gezond

Leg nu die krant maar even neer,  
echt lezen doe je toch niet meer,  
huil nou maar even.

Ja, tegen iemands lichaam aan  
zou dat natuurlijk beter gaan,  
maar huil nou even.

Dat jij de enige niet bent,  
dat is een troost die je al kent,  
dus huil maar even.

Een ander troosten voor verdriet  
dat kan ook niet, dat kan ook niet,  
maar huil toch even.

Altijd maar flink zijn is niet goed:  
als je niet weet hoe 't verder moet,  
huil dan toch even.

Straks, met nog tranen langs je kin  
denk je ineens: ik heb weer zin,  
om door te leven.

Willem Wilmink  
*Het beloofde land*  
2002