

Mijn leven doet zichzelf

Het is ons afsluitende gesprek waarin hij zegt: *‘Als ik er op terugkijk denk ik vaak: Ik had het niet willen meemaken, maar gek eigenlijk, toch heeft dit me ook veel gebracht’*. Het verhaal is een drama. Zijn dochter Anja overleed twee jaar geleden aan een hersentumor. Ze was 18 jaar jong. Hij belt mij op voor therapie. Het hartverscheurende verdriet is wreed en zo onherroepelijk. Keer op keer vertelde hij stukken levensverhaal over voorspoed, een mooi huis, gelukkig getrouwd-zijn en zijn fonkelende carrière en dan plotseling het wrede en onthutsende bericht dat je stralende kind ongeneeslijk ziek is. In die maanden zitten we heel wat uren in de spreekkamer. Langzamerhand dooft de emotie. Later verhaalt hij steeds vaker over de bijzondere momenten van verbondenheid die ze als gezin meemaakten aan het ziekbed, over hoe juist Anja kracht aan hén gaf en heilig ging geloven in de hemel. Hij is een poosje stil en zegt: *‘Soms is ze me zó nabij in een bijna voelbare aanwezigheid. Dan is er zoveel gemis, maar ook dankbaarheid. En ik denk dan na over leven en dood en praat daarover met mijn vrouw. Dat deed ik vroeger nooit. Het had zo niet moeten zijn, maar eigenlijk biedt Anja me, nu ze er niet meer is, diepgang in mijn leven’*.

De samenleving houdt ons voortdurend het sprookje voor over de maakbaarheid van ons leven. Ja, daar zijn we zelfs in gaan geloven. Maar vroeg of laat wordt deze aanname verstoord door het noodlot van het leven. In die zin zijn we allemaal slachtoffer van een leven dat zichzelf doet. Mensen die in staat zijn om hun slachtoffer-gevoel te overwinnen helpen zichzelf niet alleen ‘om weer verder te komen’. Er is meer: waar we struikelen daagt het leven ons uit om tot nieuwe zinbeleving te komen in ons héle bestaan: de mooie momenten en de pijnlijke. Dat is zielegroei. Dat kan en hoeft de ander je niet te vertellen. Dat leer je van het leven zelf.

Drs. Peter Kortekaas

www.de3weg.nl

psychosociaal therapeut / geestelijk begeleider

docent geestelijke begeleiding / mindfulness