



Een schitterbijeekomst

# Leven met verlies en hoop

**De Alba academie organiseert 'schitterbijekomsten'. Het doel van deze avonden is om mensen die schitteren een inspiratiebron te laten zijn voor anderen en zo organisaties creëren die schitteren. De avonden dagen je uit, zetten je aan het denken, stellen vragen, inspireren je, laten je proeven en reiken je nieuwe mogelijkheden aan.**

AUTEUR: ERICKA KUYTERS

En uitgedaagd werden de deelnemers op de schitterbijeekomst op 25 september. Laura Maaskant en Jakob van Wielink stelden een avond samen met het thema 'Leven met Verlies en Hoop'; ieder vanuit hun eigen betrokkenheid bij dit onderwerp. Jakob van Wielink is gespecialiseerd in leven vanuit kwetsbaarheid en rouwverwerking, en Laura Maaskant vertelt over haar leven en de manier waarop ze toeleeft naar de dood, die voor haar heel dichtbij is. In het boek 'Leef!' en met haar blogs neemt Laura mensen mee in het proces van kanker, genezing en de fase waarin genezing geen optie meer is. Toen haar kanker weer terugkwam, koos zij ervoor geen levensverlengende behandeling aan te gaan, maar om het leven dat er nog was te leven.

## Overgave

In haar lezing legt Laura feilloos het verband tussen het thema van de avond en overgave. Zonder overgave kunnen grote gevoelens als verlies en hoop immers niet echt doorleefd worden. "Beide thema's zijn in ieders leven aanwezig. Verlies kan in alles zijn: het verlies van het leven, maar ook van jong zijn, het verlies van een bloem die stopt met bloeien. Het verlies van een zomer, het verlies van een... vul maar in. Hoop kan ook in alles zijn: hoop op mooie dagen, op wereldvrede, hoop op een lekker toetje. Hoop op het onbereikbare of juist op de weg." Levenskunst gaat voor haar over de overgave aan de omstandigheden waar je in verkeert en tegelijkertijd onverstoort trouw zijn aan jezelf. Het verlies van je

leven of jongzijn ervaren en tegelijkertijd een manier kiezen om daarmee om te gaan waarmee je trouw bent aan jezelf.

“Er zijn zo veel dingen die we als mens niet in de hand hebben. Ons bezit, onze reputatie, onze ouders, onze baas, het weer, de uitslag van de halve voetbalfinale. Maar meer wezenlijk: onze sterfelijkheid. Wat we wel in de hand hebben zijn onze opvattingen en denkbeelden over deze kwesties. Dat is onze menselijke vrijheid, onze autonomie om altijd naar onszelf terug te mogen keren. Er is immers niets of niemand die je kan beroven van je eigen vrije wil, van je eigen gevoelens en van je eigen geluk.”

“Waar het volgens mij om gaat is dit: Hoe blijf ik aan het roer van mijn eigen vrijheid staan, hoe blijf ik aan het roer van mijn ziel staan? Hoe te leven met het feit dat de dood dichterbij komt, elke dag weer? Maar ook met het besef: Zijn wij niet allemaal terminaal? Iedereen weet toch dat de dood ooit op de deur klopt? Op het moment dat mijn situatie leek bepaald, wist ik dat ik invloed had op mijn manier van reageren, op mijn manier van bij mijzelf blijven. Op het moment dat ik hoorde uitgezaaide kanker te hebben, realiseerde ik mij dat ik toch de regisseur over mijn eigen leven kon zijn en blijven. De vrijheid die toen oprad, die was en is nog altijd levensgroot.”

### Levenswijsheid

Het is indrukwekkend als je iemand die nog zo jong is (23) met zoveel levenswijsheid hoort spreken. Inspirerend voor de deelnemers aan de avond, vaak minstens twee keer zo oud als Laura, om na haar lezing stil te staan bij meditatieve vragen als: Op welk moment

in jouw leven ervaar je de dood in jezelf? Hoe trouw ben je aan jezelf? Wanneer zeg je helemaal ‘ja’ tegen jezelf?

Bij mij leidt dat tot een overdenking en voelen van de impact van de dood op ons leven. Mijn ouders verloren hun oudste zoon toen hij drie jaar was. Ik werd geboren als zijn ‘vervanger’, midden in de rouw van mijn ouders. De dood

en afscheid moeten nemen, hebben ingewerkt op vele lagen in mijn leven. Ik ben ervan overtuigd dat het bijdraagt aan mijn professionaliteit als coach. Ik word altijd geraakt door

verlies, ben gevoelig voor de aankondiging ervan en ben tegelijkertijd gefascineerd door de groei die ermee gepaard kan gaan. Overgave aan het verlies dat bij het leven hoort, geeft de ruimte om te ontwikkelen.

### Doel

Het feit dat de dood bestaat, maakt dat wij willen leven. Waar het leven zo onverbiddekelijk duidelijk is in zijn beperkte tijd, is de spurt die Laura maakt in haar ontwikkeling inspirerend. In haar boek beschrijft ze hoe ze haar uitvaart voorbereidt. Haar afscheid op een mooie en zinvolle manier invullen is als het ware nu een doel in haar leven, alhoewel ze dat niet zo benoemt. Mij bracht dat op de vragen: Kunnen wij leven zonder doel? Reiken wij niet altijd naar een bestemming? Hebben wij niet altijd hoop nodig? Al is het maar de hoop op een mooie, passende uitvaart? ■

**Ericka Kuyters** werkt als zelfstandig trainer, coach en projectmanager [www.life-lab.nl](http://www.life-lab.nl) en [www.kuyters-partners.nl](http://www.kuyters-partners.nl) en is bestuurslid / secretaris van de ICF. Daarnaast is zij redactielid van het TvC.

Zonder overgave kunnen  
grote gevoelens als verlies  
en hoop niet echt  
doorleefd worden