

## ***La vie devant moi***

***Persoonlijk essay over doorleven na kanker***



door  
Annemarie van den Berg

## Inleiding

### Vanzelfsprekendheid voorbij

Op mijn 32-ste krijg ik borstkanker. Na een jaar zijn de behandelingen voorbij en wil ik snel weer meedoen aan het gewone leven. Ik wil de ziekte achter me laten. Ik ben krachtig, wil geen uitzondering zijn en zeker niet met de stempel *die is zielig* op mijn voorhoofd lopen. De angst wordt minder na verloop van tijd; ik heb gewoon pech gehad, maar ben er gelukkig relatief op tijd bij.

De ervaring heeft me verrijkt en een completer mens gemaakt. Ik voel me wel vaak anders dan mijn leeftijdgenoten, die lijken veel onbezorgder in het leven te staan. De vanzelfsprekendheid is voorbij. Dat heeft ook een goeie kant: ik leef bewust, maak heldere keuzes, geniet wellicht meer.

### Opnieuw leren leven

Op mijn 46-ste worden er uitzaaiingen geconstateerd zonder uitzicht op genezing. Inmiddels ben ik de vijftig gepasseerd. Door medicijnen is mijn conditie stabiel. Mijn reactie op de ziekte en omgang met de schok verschilt deze keer met veertien jaar eerder. Nu moet ik uit een ander vaatje tappen. Maar uit welk vaatje?

Na een periode van ontkenning, verdriet en rouw ga ik schoorvoetend op zoek naar hulp met de vraag: 'Hoe ga ik om met de angst en mijn wil om te leven, om nieuwe dingen op te pakken?' Ik zoek en vind hulp bij een lotgenotengroep en een psycholoog. Ook daarna houd ik levensvragen, die ik niet zomaar kwijt kan bij een etentje of na een potje tennis. Ik zoek contact met een filosoof en vind uiteindelijk *een thuis* bij de opleiding *Coaching rondom kanker*. Daar voel ik herkenning en erkenning voor wat ik heb meegemaakt. En daar begint, nu ik erop terugkijk, mijn heling door de studiedagen, aangereikte literatuur en vele reflecties.

Inmiddels begeleid ik mensen in een soortgelijke situatie, ieder met zijn unieke ervaring en verhaal, in de kunst om het leven weer te leren omarmen.

### Doorleven, maar hoe?

Ik ben zes jaar verder, na in 2014 naar huis te zijn gestuurd met 'een gemiddelde levensverwachting van drie jaar'. 'Hoe dóe ik het?' heb ik me talloze keren afgevraagd. En heel af en toe wordt me die vraag me ook gesteld. Ik stamel meestal maar wat, kan er geen eenduidig antwoord op geven, en vind dat een beetje onnozel. Natuurlijk moet ik die vraag kunnen beantwoorden, want ik dóe het toch?! En zo begin ik aan dit essay.

Kanker krijgen grijpt diep in, je verliest de vanzelfsprekendheid van het bestaan. Dat verlies gaat vaak als een schaduw in je leven mee. Een controle in het ziekenhuis, een vervelende hoofdpijn of het overlijden van een verwant... Ze confronteren je vaak opnieuw met dat verlies (Van Edom, 2014).

Hoe ga je hiermee om als je, na je behandelingen, weer *gewoon* aan het werk moet, *gewoon* verder wil leven? Terwijl alles in een ander daglicht staat. Dat is het thema van dit essay. Het is mijn persoonlijke, particuliere verhaal over hoe ik met dit lot omga. Tegelijkertijd geloof ik dat mijn verhaal niet zo uniek is, en dat we met elkaar veel meer overeenkomen dan verschillen. Ten minste, dat valt me op in de gesprekken met (ex)kankerpatiënten. Het is zó herkenbaar wat ze me vertellen, het gaat zó over dezelfde vragen, twijfels, angsten en verlangens. Anbeek en De Jong (2013) verwoorden het treffend:

*Kwetsbaar leven brengt een zoektocht op gang, eigenlijk is het meer een zwerftocht*

Waarvan akte.