

Hoe donker kan het zijn?

“Oh mens, daal af, doe je kleding uit, geef je haardos prijs, lever je vrouwelijkheid in, en zwijg! Naakt, gebogen en verloren, moet je 7 poorten gaan. Buig en kruip door modder en slijk, de duisternis verschijnt.”



Foto: Paul Kampman

Kristel Hoogwout

Als vrijwilligerscoördinator bij Stichting Olijf (de patiëntenvereniging voor mensen met gynaecologische kanker) werft en begeleidt Kristel Hoogwout vrijwilligers, die lotgenotencontact bieden aan patiënten met gynaecologische kanker.

Het is precies datgene waar Kristel zelf ook weet van heeft

Moedige, vrijwillige helpers. Mensen die bereid zijn om te luisteren naar het verhaal van de ander, even meegaan in de duisternis, de modder, het slijk waar de ander doorheen gaat. Mensen die de pijn van de ander in de ogen durven kijken, werkelijk stil staan in de diepte, van de rouw, en het verlies.

Het is precies datgene waar Kristel zelf ook weet van heeft. Ook zij is daar geweest. In het donker van het verliezen van haar vrouwelijkheid en haar haren, bij

het in de ogen kijken van de dood, en de angst voor het verliezen van alles wat haar dierbaar is. Kristel komt uit een familie met een erfelijke belasting van het BRCA1-gen. In 2007 besloot zij daarom haar borsten preventief te laten amputeren en direct te laten reconstrueren, om de kans op het krijgen van borstkanker te verkleinen. Toen Kristel in 2010 besloot om ook haar eierstokken preventief te laten verwijderen - ze was inmiddels moeder geworden van een zoon en een dochter - bleek het al te laat te zijn. Tijdens de preventieve operatie werd er kanker in de eierstokken aangetroffen, met metastasen in het bekken. Er volgde een tweede operatie waarbij ook haar baarmoeder verwijderd werd, gevolgd door chemotherapie. Kristel, die werkzaam is geweest als (kinder)verpleegkundige en praktijkopleider bij een Academisch Ziekenhuis, ervoer aan den lijve hoe de kanker haar van al haar waardigheid beroofde. Ze schreef er het gedicht 'Innana' over (zie kader).

Kristel merkte in de periode van haar ziekte en behandelingen hoe belangrijk het is als er mensen om je heen bereid zijn om met je in het donker te zijn, die naar je luisteren, die niet proberen om je op te beuren, maar je pijn in de ogen durven te kijken. Ze merkte dat het niet vanzelfsprekend is dat mensen dit kunnen en er zo voor je zijn.

Toen Kristel haar eierstokken preventief had laten verwijderen, bleek ze al te laat te zijn

Innana

*Oh mens, daal af
Doe je kleding uit
Geef je haardos prijs
Lever je vrouwelijkheid in
En zwijg!
Naakt, gebogen en verloren
moet je 7 poorten gaan
Buig en kruip door modder en slijk
De duisternis verschijnt*

*Oh mens, ontmoet
nu jij spoedig sterven zal
jouw eigen schaduw
Die zo goed weet
Van wantrouwen en angst,
pure haat en ook venijn
Je lichaam hangend aan een haak
Rottend en verloren
Jouw schaduw schreeuwt en tiert
Hoe donker kan het zijn?*

*Oh mens, heb vertrouwen
Want met eigen licht kun je kijken
Ook als het donker is
Licht koestert de schaduw
En wijkt niet, is trouw en geduldig
En kijkt vol mededogen
Waar anderen soms gaan
Zal zij altijd blijven
Oh mens sta op, keer terug
Klim alle treden op
En neem je schaduw mee*

Nog bezig met de chemotherapie begon Kristel aan de 'Driejarige', een opleiding

in professionele communicatie van Phoenix Opleidingen (zie noot). Ze had zich al voordat ze ziek werd voor deze opleiding ingeschreven en besloot ondanks alles toch te starten. De opleidingsdagen werden lichtjes in de donkere periode. De oplei-

ding bracht een zoektocht naar bronnen en drijfveren in zichzelf teweeg, en er was een bedding van steun en betrokkenheid van medecuristen. Het hielp haar door haar donkere periode heen. *“Oh mens, heb vertrouwen, Want met eigen licht kun je kijken, Ook als het donker is.”* Aan het einde van de behandelperiode kwam Kristel in contact met Stichting Olijf, waar ze als bestuurslid 'Lotgenotencontact' aantrad. Ze ontdekte wat voor moois er bij Olijf gebeurt: workshops, de Olijfdag voor leden en onder andere telefonische ondersteuning aan vrouwen die een ziekteperiode door moeten maken. Toen de vacature voor vrijwilligerscoördinator vrij kwam, wist Kristel dat dit haar, zowel wat haar professionele als persoonlijke achtergrond betrof, op het lijf geschreven was. Inmiddels combineert Kristel het werken bij Stichting Olijf met haar eigen praktijk 'Vederkracht', waar ze mensen begeleidt bij rouw en verliesproblematiek. *“Oh mens, sta op, keer terug, Klim alle treden op, En neem je schaduw mee.”*

NOOT

- Kristel Hoogwout werkt als vrijwilligerscoördinator bij Stichting Olijf, het netwerk voor vrouwen met gynaecologische kanker (www.olijf.nl) en als coach in haar eigen praktijk www.vederkracht.nl. Stichting Olijf was ook aanwezig op het NVPO-congres op 20 maart;
- De 'Driejarige' is een opleiding in professionele communicatie, bij Phoenix opleidingen, gebaseerd op systemisch werken, Transactionele analyse en NLP.