

Gelukkig zijn en rijkdom zien terwijl je chronisch ziek bent?

Gelukkig zijn en rijkdom zien terwijl je chronisch ziek bent? Dat kan. Hier volgen hier een aantal handreikingen uit onverwachte hoek: ervaringsdeskundigen en professionals die met chronische ziekte te maken hebben.

Wie persoonlijk of in zijn omgeving geconfronteerd wordt met gezondheid en ziekte zal wellicht de wenkbrauwen fronsen wanneer dit in combinatie wordt gebracht met een gelukkig en verrijkt leven. Rijkdom en geluk worden, als ze materialistisch worden uitgelegd, vaak gezien als randvoorwaarden om een gelukkig leven te hebben en gelukkig te zijn.

En chronisch zieken dan?

Met bovenstaande uitleg zou je als chronisch zieke kennelijk niet gelukkig kunnen zijn of jezelf gelukkig voelen, laat staan rijk of verrijkt. Als na een kortere of langere periode de diagnose chronisch(-progressief) ziek wordt uitgesproken is het alsof je, net als op vakantie, via een haarspeldbocht aan de koude en ruwe kant van het leven bent terechtgekomen. Je lijf, je kompas, laat je in de steek. Bij sommige chronische ziekten zijn de symptomen, de progressieve ontwikkeling van de ziekte of bijwerkingen van medicijnen zodanig dat er karakterverandering kan optreden en je niet meer wordt wie je was.

Gedragen veerkracht

Dat vraagt intens veel van de zieke en van degenen die om de zieke heen staan. Het betekent, naast de grote en steeds terugkerende stap van moeten naar willen, het volgende:

- 1. De werkelijkheid onder ogen zien;*
- 2. De pijn van het verlies ervaren en daar mee leven;*
- 3. Je aanpassen aan de wereld na het verlies; de mooie dingen uit het verleden koesteren;*
- 4. Opnieuw leren genieten van het leven en herinneringen levendig bewaren; dankbaar zijn voor wat vandaag goed ging.*

Dit brengt ons bij 'Van chronische rouw naar gedragen veerkracht'. Verdriet, kansen, terugval en veerkracht, het zijn als het ware inhoudsvolle woorden die elkaar lijken uit te sluiten. Maar in het kader van ziekte, zingeving, geloof en hoop horen ze toch ook weer wel bij elkaar.

Meer lezen? Klik hier voor het volledige artikel op Friesch Dagblad!