

# **Nooit opgeven en altijd blijven lachen, daarmee maakte Bibian Mentel zo veel mogelijk van haar leven**



Foto: Mentelity Foundation

**Hoezeer het leven haar ook testte, ze bleef het als een cadeautje zien. Paralympisch boegbeeld Bibian Mentel kon genieten, terwijl de dood jarenlang nabij was. Een vrouw die antwoord had op de moeilijkste levensvragen is niet meer. Snowboardkampioen en paralympiër Bibian Mentel is na een decennialange strijd tegen kanker overleden. Ze zal herinnerd worden om haar ongekennde veerkracht en positieve levensinstelling, meer nog dan om haar gouden medailles.**

Hoe kun je nog genieten van het leven, wetende dat de dood voor je voordeur staat? Die vraag kreeg Mentel vaak. Ze moest er wel om lachen. "Dan heb ik slecht nieuws voor jou", zei ze steevast tegen de vragensteller, "de dood zit naast iedereen. Denk maar aan al die mensen die plotseling overlijden." Om daar meteen een van haar levenslessen op te laten volgen: iets

wat je niet kan veranderen, moet je soms parkeren. Noem het struisvogelpolitiek. Af en toe je kop in het zand steken kan heilzaam zijn, ook om je gedachten te sturen naar dat wat goed en mooi is.

Mentel was naar eigen zeggen een zondagskind. Ze groeide op in de veilige omgeving van het Gooi. Nadat ze haar propedeuse rechten had gehaald, besloot ze haar hart te volgen. Ze verhuisde naar de bergen van Zwitserland om daar te snowboarden, haar grote passie. Ze bleek er nog goed in ook. Op 27-jarige leeftijd was ze klaar voor de Olympische Spelen van Salt Lake City, toen er botkanker in haar onderbeen werd geconstateerd. Dat moment zou bepalend blijken voor haar verdere leven, vooral door de wijze waarop ze haar lot droeg.

Aanvankelijk werd geprobeerd haar been te behouden. Een eerste operatie leek succesvol, maar na een half jaar kwam de kanker terug. Bij een van haar laatste publieke optredens, op een seminar over winnaarsmentaliteit, haalde Mentel nog aan hoe ze de moeilijke keuze maakte waar ze toen voor stond. "Het is belangrijk je te realiseren dat je altijd een keuze hebt. Het leven kan eng zijn, of zwaar, maar hebben we ooit problemen opgelost door bang te zijn? Soms moet je kiezen uit twee kwaden, maar dan is het wel jouw keuze. Datgene wat het beste bij je past. Dat kan kracht geven."

***Meer lezen? Klik hier voor het volledige artikel in de Trouw.***

Meer lezen over de Mentelity Foundation? Klik hier!