

## **Eric van der Knaap .....leven vanuit gevoel.**

Eric is een oud- collega van mij. Hij is 55 jaar en in 2008 veranderde zijn leven drastisch.

### **Ik vraag Eric om in het kort te vertellen wat er gebeurde. In het kort lukt niet, de inleiding is een verhaal op zich.**

Op een dag ligt hij languit in de hal van het kantoor van onze werkgever. Hij heeft geen idee wat er is gebeurd en hij wordt met een ambulance naar het ziekenhuis gebracht. De artsen onderzoeken hem, maar weten niet wat er aan de hand is en Eric kan de volgende dag naar huis. Na een tijdje krijgt hij hoofdpijn en soms is hij even afwezig een zgn. absence. De hoofdpijn wordt heftiger en de absences duren steeds langer. Er volgt een opname van 1 week. Scans en andere onderzoeken volgen. Er zijn wat vlekjes te zien op de hersenscan, misschien littekens van een TIA? Het blijft gissen.

Eric vraagt een second opinion in het UMCG in Groningen. Na 2 dagen van onderzoeken, wordt hij de 3<sup>e</sup> dag 's morgens vroeg geopereerd. In de holtes van zijn hoofd zijn verkeerde cellen, poliepen ontdekt. Goed- of kwaadaardig is nog niet bekend, maar de cellen horen daar niet, dus ze worden weggehaald via de neus. De ingreep zou anderhalf uur duren.

Het loopt anders. Eric komt niet bij uit de narcose, zijn bloeddruk is veel te laag. Hij ziet zichzelf liggen in het ziekenhuisbed met veel witte jassen om hem heen, er is paniek. Hij is uit zijn lichaam, zweeft ergens boven in de kamer. Het is er rustig en mooi, de kleuren zijn prachtig en het voelt heel goed. Het voelt ook alsof hij voor een keuze staat. Verder die dimensie in of terug in zijn lichaam dat daar ligt. Iets in hem zegt dat hij nog niet klaar is met zijn leven, dat hij nog iets te doen heeft en dan is hij weer terug in zijn lichaam.

Als hij later in de middag bijkomt wordt snel duidelijk dat er iets mis is. Zijn korte termijn geheugen werkt niet en na een tijdje gaat zijn lange termijn geheugen ook achteruit. Totdat op een gegeven moment zoals hij het zelf zegt: 'mijn harde schijf werd gewist.' Alles wat hij mij vertelt van vóór de operatie en deels van ná de operatie heeft hij van horen zeggen, behalve de bijna dood ervaring, die weet hij nog precies. Zijn verleden, zijn herinneringen zijn helemaal weg!! Gelukkig herkent hij zijn vrouw en 2 dochters wel: hij voelt dat ze bij hem horen.

Ook zijn spraak wordt aangetast en hij krijgt tintelingen en uitvalsverschijnselen in zijn rechterbeen en in zijn linkerarm. Hij omschrijft het als een ballon die steeds kleiner wordt.....

Na 3,5 week kunnen ze medisch gezien in het ziekenhuis niets meer voor Eric doen. De diagnose is: een stofwisselingsziekte in zijn hersenen. Een zgn " witte stof afwijking" - zijn hersenen zien eruit als die van een 70-plusser.

Hij gaat naar het Revalidatiecentrum in Beetsterzwaag waar hij 3 maanden intern verblijft.

### **Het revalidatiecentrum**

Er werden allerlei testen gedaan op gebied van motoriek en taal. Het vreemde was dat Eric hele simpele testen niet kon en complexe testen wel. Het moeilijkste was de taal, zijn spraak. Hij kreeg plaatjes te zien en moest benoemen wat hij zag. Een boom bijvoorbeeld komt hem wel bekend voor, maar welk woord daarbij hoort? Geen idee.....

Eric scoort hoog op gevoelsniveau , vanuit ratio is hij niet te plaatsen. Hij past niet in een vakje. De logopediste start een therapie met muziek. De oefeningen met trillingen en klanken zorgen voor een reactie en zijn de sleutel tot zijn herstel.

Op het programma staan ook fitness en zwemmen voor zijn arm, waar langzaam weer gevoel in komt. Het gevoel in zijn been was in het ziekenhuis alweer terug. Eric mocht niet alleen naar buiten terwijl hij wilde lopen, fietsen, de natuur in voor zijn herstel. Gevoelsmatig weet hij dat hij niet zal verdwalen, al is de omgeving vreemd voor hem en kan hij geen naambordjes lezen. Hij gaat alleen het bos in, uren lopen en hij verdwaaft nooit.

Hij leert via plaatjes en klanken weer woorden die in het begin alleen een letterlijke betekenis voor hem hebben. Een bank is een bank en een kast een kast. Hoezo' geld op de bank zetten' of 'iemand op de kast jagen.' Nu gaat het goed met zijn spraak en taalkennis. Hij kan soms niet op een woord komen en omschrijft dan wat hij bedoelt. Een boek of lange stukken tekst lezen – zoals dit verhaal - lukt niet meer. Mailen in korte zinnen en app-en is geen probleem!



### **En dan na 3 maanden intern over op dagbehandeling.**

Die overgang is lastig. Veel reizen, te veel prikkels en hij is snel moe. Zijn vrouw brengt hem weg, gaat naar haar werk en haalt hem weer op, voor haar is het ook zwaar. Na een tijdje geeft Eric aan dat hij zelf weer gaat autorijden, hij voelt en weet dus dat hij het kan. De revalidatie-arts wil het verbieden, maar Eric luistert naar zijn gevoel en doet het gewoon. Het gaat prima.

Tijdens de creatieve therapie ontdekt hij het schilderen. Hij schildert – uiteraard – vanuit zijn gevoel. Dat is zijn passie, het helpt iedereen van jong tot oud om bij hun gevoel te komen: kleuren, stemmingen, beelden het geeft weer wat er in je omgaat. Eric geeft ook schilderworkshops! Het geeft kleur aan je leven. Het bijzondere is dat hij in het ziekenhuis op de afdeling neurologie geëxposeerd heeft met 9 van zijn kleurrijke schilderijen( van 7 oktober 2013 tot 10 januari 2014). De reacties waren zeer positief.

Zo kunnen mensen in de wachtkamers en gangen even in een andere wereld zijn... ..in de wereld van Erics kleuren en Erics energie.

Omdat hij alles vanuit zijn gevoel doet, kan hij niets met de rationele aanpak van zijn behandeling. Hij ontdekt dat er in de maatschappij gedacht wordt in vakjes en hokjes en voornamelijk vanuit ratio gehandeld wordt. Als patiënt heb je pech als je daar niets mee kunt. Hij vraagt zich af waar het in de behandeling eigenlijk om gaat. Gaat het om het welzijn van de patiënt of om de regels en ego's van de behandelaars? Er wordt niet genoeg naar de patiënt geluisterd, maar vastgehouden aan eigen

denkbeelden. Gaat het om standaardbehandelingen of om maatwerk? Juist daar waar behandelaars inlevingsvermogen nodig hebben, een mensgerichte aanpak, zitten ze vast in systemen, in hun ratio.

De psycholoog wil dat Eric eerst allerlei testen maakt, dat is nou eenmaal de procedure. Eric weigert, hij wil gewoon iemand die naar hem luistert, iemand die hem verder kan helpen. De psycholoog werkt alleen met testen als uitgangspunt .....dus geen gesprekken!!

Eric stapt over naar de dagbehandeling in het ziekenhuis van zijn woonplaats.

Gelukkig is ook hier een goede logopediste met wie Eric gevoelsmatig op één lijn zit. Zij heeft haar eigen, mensgerichte aanpak. Hierdoor komt zij wel in de knel met de voorschriften en protocollen van het ziekenhuis. Hij heeft veel aan haar te danken en het praten gaat steeds beter. Eric noemt het een ontdekkingsreis. Ze leren veel van elkaar en hebben een goede band. Helaas krijgt zij kanker en overlijdt in 2011. Eric vond het een voorrecht dat hij haar "tot het einde" mocht begeleiden. Hij stopt dan met de revalidatie en gaat alleen nog voor controles naar het ziekenhuis.

**Na een koffiepauze.....want Eric maar praten en ik maar schrijven .....weer verder. Ik ben benieuwd naar Eric's ervaringen met zijn directe omgeving. Zijn gezin, familie, vrienden en anderen.**

**Hoe was het voor jou om met je geheugenverlies om te gaan en met de mensen om jou heen?**

Ik kwam in een sociaal isolement. Ik was genezen verklaard en had een hernieuwde kennismaking met mijn omgeving. Mijn verleden is vorm gegeven door verhalen van de mensen om mij heen, door foto's en ik heb het zelf een soort van kleur gegeven.

In het begin worstelde ik met mijn beperking. Ik kreeg teveel prikkels, kon afspraken niet aan en ik kon niet tegen tijdsdruk, dat kan ik nog steeds niet. Na een gesprek van 10 minuten was ik moe en moest ik gaan liggen. Dat deed ik ook gewoon, ik volgde mijn ingevingen en dat zijn we in onze maatschappij niet gewend. Ik was waarschijnlijk in de ogen van de artsen een lastige patiënt.

Aan de hand van mijn dossier en één gesprek ben ik volledig afgekeurd. Mijn werk als interim-manager kan ik niet meer uitvoeren.

**Wat deed het met je dat je werd 'afgekeurd'? Wat 'n rare uitdrukking trouwens ....**



Eigenlijk niet zo veel, het was geen nieuws voor mij. Het is heel simpel: het is zoals het is. Ik weet wat ik kan en wat niet. Mijn goede vriend Douwe stelde mij meerdere keren de vraag: "zou je niet terug willen naar hoe het vóór je hersenletsel was". Ik noem dat Eric versie 1.0. Nee zeg ik dan, ik heb zoveel moois mogen ontvangen zou niet willen ruilen; ik hou het bij Eric 2.0. Wat is er nou mooier in het leven dan mensen helpen: zoals "collega's" met hersenletsel, kinderen die "anders" zijn, rouwverwerking, levensvragen en/of mensen met allerlei klachten. Niet commercieel, maar gewoon uit liefde voor de medemens, omdat het zo voelt!

Ik heb zelf geleerd naar mijn lichaam te luisteren en duidelijk aan te geven wat voor mij het beste is. Sommige mensen snappen

dat niet, kunnen daar niet mee omgaan. Jammer dan. In het begin heb ik veel uitgelegd, maar hoe vaak moet je iets verklaren, toelichten? Het kost me teveel energie.

Ik doe alles vanuit gevoel en leef in het hier & nu. De kern van het leven is volgens mij: optimaal jezelf zijn, vrij zijn, doen waar je energie van krijgt, leven op basis van gevoel en je zintuigen. Uitspreken wat je voelt, wat je ziet gebeuren. Zoals een kind dat doet. Volwassenen hebben dat afgeleerd. Ik zie de maatschappij als één groot toneelstuk. Volwassenen spelen rollen en laten niet zien wie ze werkelijk zijn.

**Wij lopen regelmatig in het bos - waar we dankzij jouw richtinggevoel nooit verdwalen. En waar ik door een paar rake vragen en opmerkingen van jou weer nieuwe inzichten krijg. Dichter bij mijn essentie kom. Ik leer door jou nog meer naar mijn gevoel, mijn intuïtie te luisteren.**

**Wat is jouw advies aan de lezers?**

Ontdek wie je bent. Het mooiste cadeau wat je jezelf kunt geven is: zoek uit wie je bent, wat je wilt, wat je voelt. Doe dat stap voor stap en kijk wat er op je pad komt. Beperk jezelf niet, leg jezelf geen grenzen, kaders op. Kijk om je heen en ontdek. DE MOOISTE DAG VAN DE WEEK IS VANDAAG! Dus LEEF in het "hier en nu"!

Sta vooral stil bij wat je wel hebt en er staat nergens dat je alles alleen moet doen. Er zijn altijd mensen die je verder kunnen helpen. Sta je op een kruispunt in je leven? Zie het als een cadeautje in plaats van als een probleem. Ga ontdekken. Het leven biedt je mogelijkheden, laat je niet beperken door je omgeving en je eigen aannames. HET MOOISTE DAT JE KUNT ZIJN IS JEZELF! Ik heb geen betaald werk, maar ik help mensen om bij hun gevoel te komen.....bij zichzelf. Door gesprekken, door in de natuur te wandelen, door schilderen. Het is een voorrecht dat te mogen doen, het geeft me energie en maakt me blij.

Het grappige is dat we veel dingen wel weten, maar ervoor weglopen. We vluchten in afspraken, evenementen, nieuwe waarheden, nieuwe begrippen, nieuwe trends.

Ik zeg altijd: géén.... ja, maar.... → ERVAAR !!!

**Aan het begin van het interview geeft Eric mij een tegoedbon voor een dagdeel 'schilderen met gevoel'.**

**Op de bon staat ook een gedicht:**

*Als je niet weet wie je echt bent*

*Is er niemand die je echt kent*

*Als je niet weet wat je voelt*

*Is er niemand die begrijpt wat je bedoelt*



Een van Eric's kleurrijke schilderijen

Eric, bedankt voor het delen van je verhaal en voor je adviezen!

Wil je ook meer leven vanuit je gevoel, een schilderles volgen of heb je een vraag aan Eric?

Je kunt hem altijd mailen: [ericenergy11@gmail.com](mailto:ericenergy11@gmail.com)