



Foto: DvhN/Corné Sparidaens

'Uiteindelijk komt het altijd goed'

Inge Karg-Denekamp uit Groningen weet wat het is om wanhopig te zijn. Haar man stapte vijf jaar geleden uit het leven. De 41-jarige Inge heeft na een diep dal haar leven weer op de rit. Ze is opnieuw getrouwd en de gelukkige moeder van een anderhalf jaar oude dochter. Als levenscoach helpt de veertiger nu mensen bewuster te maken.

Door Anita Pepping

'Mijn relatie met Peter heeft tien jaar geduurd. Hij was psychotisch en depressief en had geen plezier in zijn leven. Ik heb van dichtbij gezien hoe het is om totaal wanhopig te zijn. Daardoor heb ik meer begrip voor mensen gekregen. Ik heb heel bewust meegemaakt hoe hij uit het leven is gestapt. Het klinkt misschien gek, maar toen de politie

kwam vertellen dat hij dood was, kwam er rust. Voor hem én voor mij. Ik was doodop. Deze ervaring was waardevol, ondanks al het verdriet. Ik ging weloverwogen nadenken. Het overlijden van Peter was vreselijk triest, maar het bracht ook positieve dingen. Niets gebeurt voor niks en ondanks alle ellende die we hebben meegemaakt, had ik het nooit willen missen. Het heeft mijn leven verrijkt en me een basisvertrouwen gegeven: hoe beroerd het ook is, uiteindelijk komt het altijd goed. Dat is mijn levensovertuiging.

Is dit wat ik wil? Die vraag stelde ik mezelf steeds vaker na Peters dood. Ik werkte als leidinggevende in een kinderdagverblijf en vroeg me af of ik dat werk wilde blijven doen. Ik kreeg last van opspelende astma en zag dat als een seintje van mijn lichaam. Waarom wilde ik mijn werk behouden? Alleen om financiële redenen? Ik ben gestopt en heb op dat moment besloten om zoveel mogelijk dingen te doen die ik leuk vind. Ik denk dat heel veel mensen dat graag zouden doen, maar het risico niet durven nemen.

Ik stond op een kruispunt in mijn leven. Tegen de veertig en met een kinderwens ontmoette ik Rick. Ik raakte snel zwanger en onze prachtige dochter Tara werd ge-

boren. Wat een cadeau! Wij leven met z'n drieën heel bewust en laten ons niet leiden door angst of door meningen uit onze omgeving. Niet iedereen begrijpt hoe wij in het leven staan, maar dat komt omdat velen kiezen voor zekerheden. Wij hebben bijvoorbeeld thuis geen tv. Die voegt niets toe. En in het voorjaar zijn we in Tibet geweest waar we gezien hebben hoe je vanuit je hart kunt leven. We zijn echt niet wereldvreemd; ik weet dat je niks bereikt met mediteren op een berg. Ik ben geen heilige die de wereld kan redden, maar door positief naar het leven te kijken kan ik mensen wel iets geven.

Rick en ik hebben net een eigen bedrijf opgericht; Vision4Life. Vanuit onze levenservaring coachen, trainen en begeleiden we mensen die op een keerpunt in hun leven staan. Op een liefdevolle manier confronteer ik de mensen en zij bepalen of ze er iets mee doen. Dat is het mooie: alle veertigers kunnen hun bagage gebruiken om weloverwogen keuzes te maken.

Door mijn ouders ben ik Nederlands-hervormd opgevoed en daar heb ik zeker 'Heb uw naaste lief' geleerd. Ik geloof niet in een god, maar wel in een universum. Ik ben ruimdenkend en accepteer iedereen

■ INGE KARG-DENEKAMP

Geboren: 14 december 1966
Woont in: Groningen
Burgerlijke staat: getrouwd met Rick (46) en moeder van Tara (1,5 jaar)
Beroep: levenscoach bij hun eigen bedrijf Vision4Life

zoals hij of zij is. Een allemansvriend? Misschien wel, maar niet iedereen hoeft mij leuk te vinden. Als ik vroeger een feest gaf, moesten er veel mensen komen. Nu zijn er een paar goede vrienden meer dan genoeg. Ik wilde altijd graag dat iedereen mij aardig vond, maar dat hoeft nu niet meer. Het is de winst van ouder worden; 40 zijn stukken leuker dan als 20-jarige te leven. En het wordt alleen nog maar mooier. Meer rust in mijn lijf en wetende dat ik soms ook best egoïstisch mag zijn.

Ik ben absoluut niet bang om oud te worden. Integendeel, ik wil graag een oude, wijze vrouw zijn. Rimpels, hangende billen of putjes in de benen kunnen me niks schelen. Het gaat om uitstraling. Over ooglidcorrecties of botox-injecties heb ik geen oordeel. Als iemand zich daar prettig bij voelt? Prima, maar ik vind zelf een oude, rimpelige vrouw veel mooier."

"Mijn eerste partner is niet vaak meer in mijn gedachten. Ik heb nu een goed leven en voel dat zeker als tweede kans. Met Rick kan ik de hele wereld aan en hoef ik me nergens zorgen over te maken. Ik leef in het hier en nu en dat bevalt prima. Ik stel mezelf regelmatig de vraag: Is dit wat ik wil? Op dit moment beantwoord ik die vraag volmondig met: JA."