

Voorwoord

De aanleiding

Begin 2012 krijg ik de diagnose MS (Multiple Sclerose). MS is een 'moderne' en steeds vaker voorkomende, zogenoemde auto-immuunziekte. Ondanks de horrorverhalen over het mogelijke verloop van deze ziekte en de serieuze blikken van de neuroloog bij het uitspreken van dit 'vonnis', weet ik diep van binnen zeker dat ik hier iets mee kan. In plaats van me mee te laten slepen door angst voor het onbekende en me te laten leiden door allerlei specialisten vanuit de reguliere ziekenzorg, ofwel meteen mijn heil te zoeken in het zogenaamd alternatieve circuit, neem ik de tijd om goed tot me door te laten dringen wat deze diagnose betekent en wat er op dit moment nodig is. Nu.

En dan nu stap voor stap verder. Onderzoeken, ervaren, voelen, leren en vertrouwen dat ik de weg zal vinden uit deze situatie. De weg van gezondheid, bewustwording en heling. En zodra ik erachter ben waardoor deze ziekte veroorzaakt wordt en hoe ik hiervan kan genezen, schrijf ik er een boek over en kunnen andere MS-patiënten ook genezen. Althans, dat was in 2012 mijn overtuiging. Inmiddels ben ik 7 jaar verder en zijn mijn ideeën genuanceerder; in veel opzichten voel ik me beter dan ik me ooit heb gevoeld en aan de andere kant ben ik erachter gekomen dat er voor mijzelf en wellicht voor veel andere MS-patiënten geen 'quick fix' is: geen eenvoudige en snelle oplossing. Desondanks heb ik zoveel interessante en belangrijke informatie ontdekt over zaken die van invloed kunnen zijn op de ontwikkeling van MS en andere (auto-immuun)ziekten en (neurologische) aandoeningen, dat ik mijn onderzoek graag met jou en de rest van de wereld wil delen.

Iets meer over mijzelf

Ik ben een hoogopgeleide jonge vrouw – op het moment van de diagnose tussen de 30 en 40 jaar oud - en ben onder andere coach, beeldend kunstenaar en bouwkundig ingenieur. Ik ben leergierig, sterk, sportief, creatief, dapper, gevoelig, analytisch en visueel ingesteld. Daarnaast heb ik een sterk ontwikkelde intuïtie en ben ik erg oplossings- en resultaatgericht. Ik werk veel en hard en sta snel (vaak iets te snel) klaar om een ander te helpen en ik ben een echte ‘doorzetter’. Ik ga vaak (gelukkig steeds minder) over mijn grenzen heen en ben vaak (gelukkig ook steeds minder) behoorlijk hard voor mezelf. Dit profiel – leeftijd, opleidingsniveau, karaktereigenschappen en gedrag - zie je terug bij veel MS-patiënten en dat is volgens mij geen toeval. Daarover later meer.

De totstandkoming van dit werk

Ik ben een autodidactische kunstenaar; dit houdt voornamelijk in dat ik het liefst en het gemakkelijkst dingen leer door ze zelf te doen en te ervaren. Ook bepaal ik graag helemaal zelf wat en hoe ik iets doe, creëer of vastleg, zodat ik me zo min mogelijk hoeft te laten afremmen door oordelen en meningen van anderen. Op deze manier ben ik dit onderzoek en het schrijven van dit boek ook aangegaan; in mijn eigen tempo en op mijn eigen manier heb ik mijn intuïtie gevolgd, heb ik vragen en antwoorden gevonden en heb ik dit gehele proces beschreven. Ik zie vaak schoonheid en perfectie in dingen die anderen niet zien – zelfs, of misschien wel juist het krijgen van MS zie ik als het perfecte geschenk op het perfecte moment in mijn leven - en ik ervaar de totstandkoming van dit boek als mijn grootste kunstwerk tot nu toe. Dit boek heeft een duidelijk uitgangspunt, een opbouw en veel

verschillende elementen die samen een bont geheel vormen en toch goed bij elkaar passen. Net als bij een abstract of semi-figuratief schilderij, is het in de eerste instantie een kwestie van gevoel – het moet je aanspreken of op de één of andere manier prikkelen of raken - en wanneer je er langer naar kijkt, ga je er steeds meer in zien en herkennen. Ik hoop jou met dit boek ook genoeg te prikkelen om verder te willen kijken.

Voor wie is dit boek geschreven?

Lang niet alle vragen en antwoorden die ik heb gevonden, gedurende mijn onderzoek naar de mogelijke oorzaken en geneeswijzen van Multiple Sclerose, hebben puur en alleen met MS te maken. Daarom ben ik ook van mening dat dit boek heel goed gelezen kan worden door nagenoeg iedereen die iets te maken heeft met ziekten, of het nu vage of chronische gezondheidsklachten zijn of ernstige (auto-immuun)ziekten of andere (neurologische) aandoeningen. De meeste informatie in dit boek kan ook interessant zijn voor alle anderen die geïnteresseerd zijn in gezondheid in het algemeen, juist omdat het onderzoek uiteindelijk zo breed is getrokken. Misschien ben ik overenthousiast en wat naïef, maar ik zou ik heel graag zien dat dit boek werkt als inspiratie voor o.a. specialisten, hulpverleners en onderzoekers, om met name auto-immuunziekten en neurologische aandoeningen eens op een andere manier te gaan bekijken. Op de langere termijn verwacht ik zelf dat reguliere, alternatieve, complementaire en holistische behandelaars en onderzoekers zullen gaan samenwerken omdat de vraag naar alternatieven steeds sterker wordt. Ook hier in het westen raken we er massaal van overtuigd dat er veel meer mogelijk is op het gebied van gezondheid en genezing dan

we op dit moment voorgeschoteld krijgen, en aan deze bewustwording zijn we in mijn beleving ook hard toe.

Dankwoord

Wanneer men een voorwoord schrijft, is het volgens sommige bronnen gebruikelijk dat er een dankwoord in staat: woorden van dankbaarheid.

Ik ben ongelooflijk dankbaar.

Allereerst ben ik dankbaar voor mijn eigenwijsheid en de moed om daar naar te luisteren en te handelen. Ik heb altijd open gestaan voor informatie en ervaringen van anderen en ik filter daaruit wat bij mij 'resoneert', of anders gezegd: wat mij aanspreekt, raakt of prikkelt. Ik kijk kritisch naar de zaken die ik tegenkom en voorgeschoteld krijg en vraag me dan af: "Op wie is dit van toepassing en is het wel waar? En als het al waar is, is het dan de gehele waarheid of zijn er nog meer kanten te ontdekken?" Tegelijkertijd ga ik ook altijd op mijn intuïtie af, op het zogenoemde 'onderbuikgevoel'. Ik ervaar mijn intuïtie als een 'weten' dat niet echt van jezelf lijkt te zijn, iets dat je zomaar hebt meegekregen bij je geboorte; een soort onmiskenbare 'echte' waarheid die van binnenuit opborrelt. Dit 'weten' is glashelder en je merkt het vaak pas op tijdens momenten van stilte: daar waar het grote ego met al zijn meningen, oordelen, projecties, gedachten en emoties even stil is.

Ik ben ook ontzettend dankbaar voor mijn lichaam, dat elk moment van de dag probeert te zorgen dat het zich vernieuwt en in leven blijft. Een lichaam met functies die als doel hebben om alle cellen te voorzien

Wat nu?

van alles wat ze nodig hebben om gezond en energiek te zijn en te blijven. Een lichaam waar hard werkende hersenen een belangrijk maar vaak overschat onderdeel van zijn.

Zelfs voor mijn karakter ben ik dankbaar. Er valt over te debatteren of mijn karakter al dan niet de oorzaak is (geweest) van mijn MS, en ik kan niet ontkennen dat het ertoe heeft bijgedragen dat ik ziek werd, maar het is hetzelfde karakter dat me er nu weer bovenop helpt. Ik heb veel te danken aan mijn weerstand tegen gehoorzaamheid en volgzzaamheid en aan mijn eigenzinnigheid; niet alleen hebben deze karaktertrekken dit interessante onderzoek opgeleverd, ze hebben me behoed voor nog meer en verdergaande neurologische schade.

Ik ben ook erg dankbaar voor jou en jouw bijdrage. Jij die deelt en verbindt. Jij die onderzoekt en schrijft. Jij die het internet creëert en jij die het gebruikt. Jij die open staat voor andere zienswijzen en jij die op zoek gaat naar de waarheid. Jij die lef toont en moed. Jij die kiest voor liefde in plaats van angst. Jij die leeft vanuit de vraag in plaats van de conclusie. Jij die mij steunt en jij die mij scherpt. Jij die liet zien dat ik op mezelf moest leren te bouwen en te vertrouwen. Jij die me niet als patiënt ziet of behandelt. Ik ben ook echt dankbaar voor jou!

Louise De Lange

Nederland - 2019