



Uit Verwachting

Uit verwachting is een deels autobiografische roman over een 40-jarige single die onverwachts in verwachting raakt van een man waarmee ze geen relatie heeft en die niets met de zwangerschap te maken wil hebben. Hoofdpersoon Niki besluit voor het alleenstaand moederschap te gaan tot dat bij 12 weken blijkt dat het hartje niet klopt en Niki's leven voor een tweede keer 180 graden draait.

Leonie van Mierlo over Uit Verwachting

Eliane van Beukering las de boekrecensie van 'Uit verwachting'. Het onderwerp triggerde haar, daarnaast kwam de naam van de schrijfster haar zeer bekend voor. Leonie van Mierlo was dezelfde Leonie die ze kende van de middelbare school. Een dubbele reden om het boek te gaan lezen.

Eliane merkte dat zij een aantal zaken in het boek zeer herkenbaar vond beschreven. Zo beschrijft Leonie heel mooi hoe zij steun vindt bij een familie opstelling om een ingrijpende beslissing te nemen. Ook de emoties en de gang van zaken in het ziekenhuis rondom de miskraam die Niki meemaakt waren zeer herkenbaar voor Eliane die dat zelf ook een aantal keren heeft meemaakt. Het creatief bezig zijn als vorm van verwerking van verdriet heeft Leonie heel helder beschreven. Veel herkenning en voldoende aanknopingspunten om Leonie voor Femergy te interviewen over haar boek 'Uit Verwachting'.

Leonie, waarom heb je het boek geschreven? Was dat jouw manier om je verwarring en verdriet te verwerken of wilde je er vrouwen mee helpen die ook zoiets ingrijpends hebben meegemaakt als een miskraam?

Vooraf dat laatste. Toen ik mijn verhaal aan vriendinnen vertelde kwam ik erachter dat er veel vrouwen zijn die een miskraam ervaren hebben (in Nederland 1 op de 4), maar dat er nauwelijks over gesproken wordt. Het leek me goed om het onderwerp bespreekbaar te maken door zelf heel open te zijn en voor andere vrouwen herkenbaarheid te geven.

Hoeveel reacties heb je gehad van vrouwen die zich herkennen in jouw boek?

Honderden. Er komen nog wekelijks reacties binnen op mijn website. Het boek ligt nu een jaar in de boekhandel en nog steeds word ik er regelmatig op aangesproken. Het heeft heel veel losgemaakt. Het boek gaat dan ook niet alleen om het centrale thema kinderverwens, zwangerschap en miskraam, maar er zijn minstens zoveel reacties van vrouwen die meemaken dat hun leven niet loopt zoals ze het graag hadden gezien. Dat kan veel vormen hebben, zoals carrière, relatie. Het boek blijkt voor een aantal van hen een inspiratiebron te zijn hoe je ermee omgaat als het leven je iets anders brengt dan hetgeen je ervan verwacht had.

Heb je het gevoel dat je ze geholpen hebt? Hoe voelt dat voor jou?

Dat het een aantal van hen geholpen heeft is gebleken uit de mails die ik van lezeressen gekregen heb. Dat voelt heel bevoorrecht. In mijn boek ben ik heel



Nieuwsbrief, nummer 2, maart 2010

open over mijn verdriet. Het heeft vrouwen geholpen om een inkijkje te krijgen in mijn echte leven, dat een ogenschijnlijk zelfbewuste vrouw een heel verdrietige en zelfs desolate kant kent. Wat vrouwen me ook terug hebben gegeven en wat ik één van de belangrijkste learnings vind in het boek, is de kracht om juist als je je slecht voelt, je open te stellen voor je dierbaren. Dat is niet een zwakgebod, maar een sterktebod.

Hoofdpersoon Niki beseft hoeveel hulp en steun ze krijgt van mensen om zich heen, zowel tijdens als na haar zwangerschap. Voor haar zwangerschap was zij vooral een zelfstandige vrouw, die het wel alleen kon en geen hulp nodig had. Herken je dit ook in jezelf?

Jazeker. Ik merk dat ik voor een deel mijn ouders daarin heb gekopieerd. Zij wilden of durfden hun verdriet ook niet aan de omgeving te laten zien. In dit proces ben ik daar bewust van geworden, maar ook dat ik dat zelf graag anders wilde. Het was ook voor het eerst in mijn leven dat ik de kracht heb gevonden om in mijn verdriet en wanhoop tegen vrienden te zeggen: "Ik voel me zo verdrietig en alleen, mag ik bij jou zijn." Het zal voor mij altijd een leerpunt blijven, het voelt nog steeds niet natuurlijk, maar ik heb ervan geleerd te zien wat voor moois er dan ook op je pad kan komen.

Jij bent nu zelf coach. Zie je drempels bij vrouwen die jou om hulp vragen?

Ja, het begin van veel coachingsvraagstukken heeft te maken met het begeleiden van cliënten in het accepteren van de situatie zoals die is. Een soort to-get-real over de problematiek waarin ze zijn terecht gekomen. Vrouwen zijn vaak veel te lang over hun grenzen heen gegaan en coaching kan vaak inzicht geven in hoe ze het zo ver hebben kunnen laten komen.

Kun je ook tips geven hoe je, juist als je je down voelt, toch hulp te zoeken en te ontvangen?

Durven doen. En als je het lastig vindt, stel je dan voor dat jouw vriendin laat zien dat ze verdriet heeft. Hoe kijk jij dan naar haar? Heel veel vrouwen vinden het heel fijn dat een vriendin laat zien dat ze verdriet heeft en steun nodig heeft maar andersom gebeurt dat vaak niet. Bedenk dat jouw vriendin het ook fijn zal vinden om jou te helpen. Uiteindelijk hebben vriendinnen mij zelfs bedankt dat ze ook iets voor mij konden doen.

Niki zoekt troost in het beeldhouwen. Jij beschrijft heel mooi hoe het beeld 'Verwachting' onder haar handen tot stand komt. Heb je zelf een dergelijk beeld gemaakt?

Ik ben alweer 8 jaar geleden begonnen met beeldhouwen en ja, het beeld heb ik werkelijk gemaakt. Je kunt er een foto van zien op mijn website, waarop ook de drie ringen in het steen te zien zijn die ik mijn boek beschrijf. Het beeld is in werkelijkheid op een expositie verkocht aan een moeder die het aan haar schoondochter heeft gegeven die zwanger was na een miskraam. De verkoop van het beeld was emotioneel voor me, maar ook een manier om mijn verdriet los te laten en plaats te maken voor nieuwe ervaringen.

Hoe belangrijk is het dat mensen die zoiets ingrijpends in hun leven meemaken op een dergelijke manier omgaan met hun emoties?

Creativiteit is maar een vorm, een vorm die heel dicht bij mij ligt. Minstens zo



Nieuwsbrief, nummer 2, maart 2010

belangrijk is het afscheidsritueel dat ik heb gedaan. Ik ben veel vrouwen tegengekomen die een zelfde soort ervaring hebben of een ander soort verdriet, die hun verdriet letterlijk als een tas op de buik dragen. Dat staat hun happiness in de weg. Ik wens iedereen die met verdriet te maken heeft een uitingsvorm te vinden, beeldhouwen, schrijven, schilderen, om bereid te zijn om het verdriet ook echt los te laten. Dat is niet voor iedereen zo vanzelfsprekend. Loslaten van je verdriet moet je ook niet te snel willen doen. Eigenlijk zijn er 3 stadia: beetpakken, doorwerken en loslaten. Ik ben van mening dat het in het leven niet gaat om wat er gebeurt, maar hoe je er mee omgaat. Dat maakt het grote verschil.

Je beschrijft een aantal spirituele ervaringen in je boek, zoals de ervaring van Niki tijdens de 'familieopstelling'. Ben je zelf zo spiritueel ingesteld en welke ervaring heb jij met de familieopstelling?

Dat was ook een andere doelstelling die ik had met het boek: het toegankelijk maken van spiritualiteit. Ik heb de hoofdpersoon Niki daar kritischer naar laten kijken, dan dat ik daar zelf mee omga. Voor mij voelt het heel natuurlijk. Mijn eerste ervaring met de opstelling was ook mijn eerste ervaring met het voelen van energie. Ik heb zelf opgesteld gestaan als oma van iemand die ik niet kende. Het was een onbeschrijfelijk ervaring om aan iemand terug te geven wat zo'n oma voelde. Ik heb zelf een opstelling gedaan en veel inzicht gekregen in de gezins- en thuissituatie, die ik anders nooit zou hebben gekregen.

Gebruik je deze ervaringen ook tijdens je coachingsessies?

Ik werk wel eens met een stoelen-techniek. Daarbij laat ik mensen op stoelen zitten en drie verschillende opties neer te zetten. Ze nemen dan plaats op een stoel en beschrijven wat ze ervaren. Op deze manier hoop ik dat ze inzicht krijgen in hun vraagstelling. Ik gebruik dat meestal in combinatie met andere technieken, maar soms kan het aanvullende informatie geven.

Wat wil je zelf nog kwijt?

Wat ik de lezeressen wil meegeven: Probeer in de zoektocht naar geluk uit te zoeken wat belemmerende patronen zijn die maken dat je niet in je leven hebt gekregen wat je er van verwacht. Naast die zoektocht heb ik zelf veel berusting gekregen in het accepteren van het leven nemen zoals het zich aandient. Ik ben er steeds weer door verrast dat als ik iets niet krijg, er weer iets anders voor in de plaats komt dat toch weer onverwachte kansen biedt. Ik denk dat die twee dingen er allebei mogen zijn. Mijn zwangerschap en miskraam hebben ertoe geleid dat ik dit boek in de wereld mocht zetten en het verhaal van een groot aantal vrouwen mocht verwoorden. Daarmee is er toch iets heel moois uit gekomen. Wat ik zelf heel bijzonder vond is dat ik er op de dag van mijn boeklancering achter kwam dat het schrijven en publiceren van het boek negen maanden en krappe week heeft geduurd, de duur dus van een zwangerschap.

Op dat soort momenten geloof ik in de volmaaktheid van het leven.

Meer informatie over Leonie van Mierlo kun je vinden op haar website: www.leonievaniemierlo.nl.

