



'IK MOET NOG ONTDEKKEN WAT IK NIET MEER KAN DOEN NA HET MISSEN VAN MIJN BEEN'

Ze is al zes keer Nederlands kampioen snowboarden geweest, als Bibian Mentel (35) last van haar rechterenkel krijgt. Het blijkt kanker te zijn en een beenamputatie is onafwendbaar. Vier maanden later zoekt ze alweer op haar snowboard de berg af. INTERVIEW **MARIEKE SIBARANI** FOTOGRAFIE **BRENDA VAN LEEUWEN**



HOE GRAAG

mijn vriend Edwin de woorden ook uit mijn mond wil horen, de belofte om met hem oud te worden en over dertig jaar samen op een bankje aan het water te zitten, kan ik niet doen. Het lukt mij hoogstens een jaar vooruit te denken, niet langer. Terwijl stiekem een stemmetje wil uitroepen dat ik er over tien jaar nog zal zijn om mijn zoon Julian (5) volwassen te zien worden, durf ik mijn wens niet hardop te uiten, bang dat ik het over mezelf afroep en het noodlot voor straf toeslaat.

In 2000 ontdekten de artsen een kwaadaardige tumor in mijn rechterenkel. Ze vertelden me dat mijn bot poreus was en ik nooit meer mocht sporten. Mijn wereld stortte in. Ik deed mee aan alle World-Cupwedstrijden, stond vierde op de wereldranglijst snowboarden bij het onderdeel boardercross. Ik behoorde tot de Nederlandse topsporters en sportte dagelijks. Ik deed aan squash, zwom, mountainbikete, was in de winter verslaafd aan snowboarden, terwijl ik zomers op mijn wakeboard op de Loosdrechtse Plassen stond. Met dit bericht was het alsof ik van de hoogste top van de zwarte piste in een vaart naar beneden knalde.

Ik kreeg een botbesparende operatie en herstelde snel. Ondanks mijn sportverbod kon ik mezelf niet bedwingen en liep ik alweer wat rondjes op de loopbaan. Tot de artsen een paar maanden later ontdekten dat de tumor zich had uitgezaaid naar mijn botvlies. Om uitzaaiingen tegen te gaan, was amputatie van mijn been de enige mogelijkheid. De artsen lieten de beslissing aan mij, maar eigenlijk had ik geen keuze. Ik kreeg drie dagen bedenktijd en toen ik eenmaal mijn besluit had genomen, nodigde ik mijn vrienden en familie uit. Om te vertellen dat ik geen andere keuze had, dat de uitzaaiingen anders zeker toegang zouden krijgen tot de rest van mijn lijf, dat het een voldongen feit was waar ik niet omheen kon, dat ik volledig achter mijn beslissing kon staan, hoe wreed die ook was. Het was de veiligste optie. Door er zo open over te praten, wist iedereen wat er ging gebeuren, en zette ik tegelijkertijd mijn verwerkingsproces in gang. Natuurlijk was dit het slechtste nieuws om als snowboarder te krijgen. Maar het had erger gekund, ik leefde tenminste. Vanaf dat moment heb ik gekeken wat er nog wél mogelijk was in plaats van wat ik allemaal niet meer zou kunnen. Die positieve instelling is mijn overlevingsmechanisme geweest. Ik heb nog niets kunnen ontdekken wat ik na het missen van mijn been niet meer kan doen, en ben nu zelfs een betere wakeboardster dan voordat ik mijn been verloor. Dat perfectionistische zit in mij, als topsporter wil ik mezelf voortdurend verbeteren. Ik sport bijna dagelijks en heb een eigen minifitnesruimte ingericht in de schuur achter mijn huis. Sporten, en dan met name snowboarden, is mijn uitlaatklep voor mijn verdriet, woede en geluk.

Inmiddels ben ik zes jaar verder, maar het lukt mij door mijn ziekte nog steeds om van iedere dag te genieten. Het leven is voor mij niet meer vanzelfsprekend, ►

'STIEKEM ROEPT
EEN STEMMETJE
DAT IK ER OVER
TIEN JAAR NOG
ZAL ZIJN OM
MIJN ZOON
VOLWASSEN TE
ZIEN WORDEN,
MAAR HARDOP
ZEGGEN DURF
IK DAT NIET'





en omdat ik een dag ook volop gebruik met het besef dat het wel eens de laatste kan zijn, is het allemaal niet zo erg meer. Ik kan tenminste zeggen dat ik alles uit het leven haal.

Mijn moeder heeft mij geleerd om het leven vooral met een lach tegemoet te gaan. Zij probeert overal het beste uit te halen, en de mogelijkheden boven de beperkingen te plaatsen. Zij is wat dat betreft mijn voorbeeld. We kijken altijd verder omdat we na een tegenslag ook weer door moeten, dus zetten we de schouders eronder en gaan we er weer tegenaan. Dat is onze manier van overleven in slechte periodes. Natuurlijk heb ik mijn moeilijke momenten gekend. De dag dat de tumor in mijn enkel werd ontdekt en de arts mij verbood ooit nog te sporten, was een dieptepunt. Ik was volop bezig met mijn voorbereiding op de Olympische Spelen in Salt Lake City 2002, en zou mijn droom nooit meer tot werkelijkheid kunnen brengen. Dat was zwaar. Die dag heb ik alleen maar met mijn moeder op de bank gehuild. Ontroostbaar was ik, maar de volgende dag alweer besloot ik mijn nieuwe leven aan te pakken.

Ik ging mij oriënteren of er nog meer sporters met een been waren, ik was niet de enige. En zo groeide langzaam mijn interesse om snowboarden als sport op de Paralympische Spelen op de kaart te krijgen, want er waren genoeg sporters die daar net als ik behoefte aan hadden. Zeker Amerika heeft nogal wat veteranen die met een been terug zijn gekomen uit de oorlog in Irak. Een nieuw hoopvol hoofdstuk opende ik, maar dan zonder mijn rechterbeen erbij.

Leven met één been

Na de operatie adviseerden de artsen om de eerste dag niet onder het laken te kijken, maar eerst even te wennen en voorzichtig te voelen. Dat was niet alleen gek, het maakte me ook intens verdrietig om te beseffen dat mijn rechterbeen voorgoed weg was. De volgende dag vond ik het moeilijk om de eerste keer een rondje met mijn rolstoel door de gang te maken. Mensen zouden me nakijken zoals ik zelf wel eens had gedaan als ik iemand met een been op straat zag lopen. Ik vroeg mij af waarom ik die persoon eigenlijk had nagestaard. Het was meer nieuwsgierigheid geweest dan afkeer, die gedachte maakte mij rustig. Mensen zouden eraan wennen, als ze maar eenmaal mijn stalen been hadden gezien, hoefden ze geen tweede keer meer te kijken. De eerste confrontatie zou moeilijk zijn, maar de acceptatie zou snel volgen. Ik besloot om ook daar maar meteen open over te zijn. De eerste dag na mijn vertrek uit het ziekenhuis scheen de zon en zat ik buiten aan het water op mijn woonboot. Ik had zorgvuldig een handdoek over mijn been geslagen, maar merkte dat het me tegenstond om mijn nieuwe been te verbergen, waar was ik bang voor? Voorzichtig haalde ik de handdoek weg. Mijn bovenbeen zat in het verband en het was duidelijk zichtbaar dat ik een been miste. Het zou voor veel mensen shockerend zijn, maar als ik mijn nieuwe been niet accepteerde, kon ik dat ook niet van de buitenwereld verwachten. Door mijn been te laten zien, merkte ik hoe mensen juist contact met mij maakten door er vragen over te stellen, sommigen wilden zelfs mijn been even aanraken. Maar er waren ook kennissen die mij vermeden omdat ze niet wisten wat ze met de situatie aanmoesten.

In die tijd was ik heel erg gefocust op de ogen van mensen, ik volgde met mijn ogen de richting van hun blikken, de manier waarop ze keken, de reactie als ze de stalen constructie van mijn been hadden ontdekt. Dat is in de loop van de jaren niet veranderd. Het zit in mij verankerd, een gedrag dat ik mij eigen heb gemaakt en altijd met me zal meedragen. Als ik in de zomer in een rokje loop en mijn prothese zichtbaar is, scan ik de verschillende blikken in een oogopslag. Ik begrijp dat mensen kijken, maar het zal nooit wennen. Zelf heb ik mijn been allang geaccepteerd, het zijn er inmiddels drie geworden. Zoals anderen meerdere paren schoenen hebben, heb ik keuze uit drie rechterbenen. Ze zijn allemaal instelbaar op hakhoogte, de een heeft een vering om te sporten, de ander niet. Zo heb ik er een om te squashen, een ander voor een hoge hak als ik naar een feestje ga, en het derde been 'trek ik aan' als ik naar mijn werk

'NA DE OPERATIE
ADVISEERDEN
DE ARTSEN
OM DE EERSTE
DAG NIET
ONDER HET
LAKEN TE KIJKEN,
MAAR EERST
EVEN TE
WENNEN EN
VOORZICHTIG
TE VOELEN'

ga. Als athlete manager bij Red Bull houd ik mij vier dagen per week bezig met alles wat met sport te maken heeft. We sponsoren niet alleen sporters, maar begeleiden ze ook in hun carrière. Daarnaast organiseer ik kleine sportevenementen.

Alleen verder

Na mijn beenamputatie pakte ik het leven weer op. Mijn vriend en ik besloten een gezin te stichten en ik raakte zwanger van Julian. Tweeënhalf jaar later, toen ik net gewend was aan mijn nieuwe leven, kreeg ik een tumor in mijn rechterlong, een jaar later in mijn linker. Een deel van de longen werd weggesneden. Ik vroeg mij af of ik het deze keer zou overleven, en werd mij werkelijk bewust van mijn eindigheid. Daar had ik na mijn amputatie ook over nagedacht, maar nu ik opnieuw ziek werd, besepte ik hoe onverwacht en meedogenloos de kanker terug kon slaan. Na de eerste longoperatie keek ik uit naar mijn thuiskomst, om weer naast mijn vriend in mijn eigen bed te liggen, mijn zoontje vast te houden, me weer veilig te voelen. Dat liep anders. Toen ik die eerste avond thuis eenmaal rustig in dat lekkere bed lag, vertelde mijn vriend dat hij het niet meer kon opbrengen om er voor mij te zijn. Dit bericht kwam ongenadig hard aan. Dit was de vader van mijn zoon en de man van mijn leven. Samen hadden we door de kanker zoveel bestreden, we waren sterker dan ooit. Als we deze ziekte konden overwinnen, lag de wereld aan onze voeten, zo zag ik het tenminste. Maar hij zag het anders en liet mij na een zware periode achter met ons zoontje van ►

twee jaar. Deze breuk had veel meer impact op mij dan al mijn ziektes bij elkaar. Die had ik uiteindelijk overwonnen, maar nu werd een beslissing voor mij genomen, waar ik mij bij moest neerleggen. Ik voelde mij als verlamd, ik was verslagen, terwijl ik niet graag verlies.

De eerste weken had ik geen idee hoe ik dit verdriet te boven zou komen. Mijn zoontje Julian was twee jaar en mijn enige reden om iedere ochtend mijn bed uit te komen. Op de momenten dat ik het even niet meer zag zitten, kwam hij lachend naar me toe om te vragen: "Mama gaan we vandaag weer iets leuks doen?" Zijn bestaan heeft mij door deze periode gesleept, ik moest er voor hem zijn. Door hem won ik langzaam mijn leven terug. Misschien zijn er dagen geweest dat ik op de automatische piloot zat, maar ik was er wel voor Julian. De momenten dat ik het verdriet toeliet, was 's avonds als hij in bed lag en ik op de bank zat. Ik voelde mij verraden, gefrustreerd door mijn onmacht en in de steek gelaten.

De band is inmiddels hersteld, maar de wond is nooit helemaal geheeld. Een jaar verdriet voelen, is lang, maar gelukkig kwam Edwin in mijn leven net toen ik hem nodig had, een week voor ik mijn tweede longoperatie inging.

Nieuwe liefde

Eigenlijk kon ik het niet geloven dat er weer een man in mij was geïnteresseerd. Langzaam klauterde ik die roze wolk op waardoor ik weer eens voelde wat geluk was en de operatie goed aankon. Aan de andere kant besepte ik dat dit een sterke man moest zijn. Bovendien bekwam mij de angst dat ook hij het misschien niet zou volhouden. Mijn twijfel sloeg om in vastberadenheid. Voor mijn gevoel kon ik twee dingen doen, wantrouwig zijn en de kat uit de boom kijken of er vol voor gaan. Ik koos voor het laatste. Het leven is te kort. Iedere dag wil ik genieten, en dat doe ik voor de volle honderd procent.

Edwin was uitgenodigd op de surpriseparty die vrienden voor mijn drieëndertigste verjaardag hadden georganiseerd. We kenden elkaar als goede kennissen, ik vond hem altijd al aardig, maar nu bleken we allebei vrijgezel te zijn. Hij leerde mij kennen als de zelfstandige vrouw die ik ben, die precies weet wat ze uit het leven wil halen. Soms kan dat best lastig voor hem zijn. Kleine dingen die er niet toe doen, kan ik gemakkelijk scheiden van waar het werkelijk om gaat. Ik richt mij op de hoofdzaken, mijn sport, mijn toekomst, mijn kind, mijn naasten. Als hij een zeur was geweest zou ik gillend gek worden. Gelukkig is hij dat niet. Hij is ook sportief. We delen onze liefde voor wake- en snowboarden, waardoor hij me gemakkelijk vrij kan laten als ik voor een week naar de sneeuw vertrek. Dat komt toch wel gauw zo'n zes keer per jaar voor, maar hij kent de gedrevenheid, de liefde voor de snelheid in de sneeuw. Hij beseft goed wat mijn ziekte inhoudt, en kan af en toe bezorgd zijn als ik verkouden ben en een hoest iets te lang aanhoudt. Zelf houdt het mij dan ook even bezig, maar ik laat het mijn leven niet beheersen. De angst om weer ziek te worden, hoort bij het leven van een kankerpatiënt en zal altijd op de achtergrond meespelen.

Ik leef volgens het Carpe Diem-principe. Iedere dag is prachtig, ook al is het een grauwe lucht. Ik ga er niet vanuit dat ik negentig word, maar ik leef bewust en geniet van de kleine dingen. Van Julian die in het zand speelt, de gesprekjes die we voeren. De kleine dingen die voor een ander zo normaal zijn, hebben voor mij zoveel betekenis.

Sinds ik een been moet missen, zet ik mij in om het snowboarden op de Paralympische kalender te krijgen en gok op de Spelen van 2014 in Sotsji, Rusland. Snowboarden moet als sport meer aandacht krijgen, daarom heb ik de Mentality Foundation opgericht. Een organisatie die zich inzet om mensen met fysieke beperkingen weer aan het sporten te krijgen, met name gericht op snow- en wakeboarden.

Bijzondere ontmoeting

Na mijn amputatie heb ik nooit getwijfeld of ik ooit nog kon snowboarden. Tijdens de X-Games, de Spelen voor alternatieve wintersporten in Amerika,

'ALS WE DEZE
ZIEKTE KONDEN
OVERWINNEN,
LAG DE WERELD
AAN ONZE
VOETEN, DACHT IK
MAAR HIJ ZAG
HET ANDERS'

heb ik een jongen ontmoet die ik van de hoogste gletsjers had zien sjezen. Hij kwam naast mij zitten, 'trok' zijn been 'uit', en zette hem naast de bank neer. Mijn mond viel open van verbazing. Hij vertelde zijn verhaal, hoe hij zijn been na een snowboardongeluk had verloren en bezig was met het ontwikkelen van een prothese. Op dat moment had ik last van ingescheurde enkelbanden, zonder te weten dat ik eigenlijk al kanker had. Tien maanden later was ik zelf mijn been kwijt. Voor mij heeft die ontmoeting moeten plaatsvinden zodat ik nooit de hoop zou verliezen om ooit weer op mijn snowboard te staan.

Ik heb altijd geweten dat ik op een dag weer zou snowboarden, en op de top van een Zwitserse berg de ijle lucht weer zou opsnuiven. Toen ik na zestien jaar skiën, in 1993 het snowboarden ontdekte, heb ik zeven jaar in de Zwitserse bergen gewoond om mijn passie te volgen. Van 's morgens vroeg tot dat de zon onderging, stond ik op mijn snowboard. De vrijheid die ik voel en het uitzicht over de vallei maakt me diep gelukkig. Dat gevoel zou ik nooit willen opgeven.

Vier maanden na mijn amputatie werd ik door een vriend uitgenodigd om weer eens mee te gaan naar het Zwitserse Saas-Fee. Daar zou ik kunnen uitrusten, een beetje wandelen en naar de snowboarders kijken. Ik had mijn snowboardkleding aan en keek begerenswaardig naar de kleine zovende mensjes beneden in de sneeuw. Hij daagde me uit: "Begint het niet te kriebelen Bieb?", vroeg hij. Natuurlijk deed het dat. Van top tot teen. Dit liet ik mij geen twee keer zeggen. Ik pakte zijn snowboard, stapte op de plank en zoefde naar beneden. Het was waanzinnig. Alsof de hemel openging. De derde dag stond ik op de zwarte piste. Bang om te vallen, was ik niet. Niets kon me gebeuren. Snowboarden voelt voor mij zo natuurlijk aan, zoals een ander op zijn fiets wegrijdt. ■

