

# Dichter bij elkaar

## Levensportretten

**Een levensportret is een geschreven document over een leven, vaak vastgelegd in een boekje. Het is soms makkelijker om over je leven te spreken met een buitenstaander. Annemiek Engelen schrijft levensportretten. Een indruk van de uitspraken van mensen die zij gesproken heeft.**

Door Annemiek Engelen

Van tevoren vinden mensen het vaak spannend en dat begrijp ik. Het is niet niks om met een onbekend iemand in gesprek te gaan over jouw leven. Meestal gaat het na een eerste kopje koffie vanzelf. Het feit dat ik een buitenstaander ben, verlaagt juist vaak de drempel. Door de gesprekken staat iemand stil bij zijn of haar eigen leven. Dat brengt bijna altijd iets moois teweeg, ook als het een moeilijk leven is. Daarnaast gebeurt er vaak iets positiefs in de relatie met kinderen en partner. Een levensportret brengt mensen dichter bij zichzelf én dichter bij elkaar.

### Een moeder:

*De gelukkigste tijd van mijn leven was telkens wanneer ik beviel van een van onze vier kindjes. Het wiegje stond altijd op onze slaapkamer, naast ons bed. Er hing de warme zoete geur van baby'tjes. Als ik 's nachts wakker werd, voelde ik op de tast in het donker in het wiegje, pakte zo'n klein, warm, zacht handje van het slapende baby'tje, en dan voelde ik mij de gelukkigste mens op aarde. Omdat ik wist: dit is van mij, dit is mij gegeven.*

Een levensportret is concreet en tastbaar, na afloop heb je iets in handen. Vaak wordt het portret aan de geportretteerde aangeboden, maar het gebeurt ook dat mensen op eigen initiatief een levensportret laten maken. Ik werk voor ouders, jong en oud, die

weten dat ze niet lang meer leven en die hun kinderen of geliefde een persoonlijke boodschap willen geven. Het is een hele kunst om zelf de juiste woorden te vinden. Dan is het fijn als iemand luistert, samen met jou die woorden vindt en ze voor je opschrijft. Dat kan een boekje zijn, maar ook een afscheidsrede of een brief. Deze variant van het levensportret noem ik ook wel *levensschets*. Ik vind het fantastisch als een ouder de moed heeft om dat te doen, want goede woorden zijn van onschatbare waarde. Ze bieden troost en richting.

### Een moeder:

*Altijd ben ik onzeker geweest over mijzelf. Dat er over mij iets te vertellen zou zijn, kon ik me dan ook niet voorstellen. In mijn levensschets zijn bepaalde facetten uit mijn leven uitgelicht waar ik nooit bij stil had gestaan. Als ik die nu lees, ben ik trots. Het maakt dat ik voel dat mijn leven er wél toe gedaan heeft. Ik twijfel er niet aan dat mijn zoontje er later gelukkig mee zal zijn.*

### Een zoon over de levensschets van zijn moeder:

*Om te koesteren zo mooi. En elke keer haal ik er iets anders uit. Dit heeft eeuwigheidswaarde.*

### Een vader:

*Als ik naar mijn kind kijk, ben ik trots dat ik zijn vader ben. Onze zoon is uitgegroeid tot iemand die iets bijdraagt aan de wereld, hij heeft iets voor een ander over. Dat vind ik mooi. Wat ik hem op het hart wil drukken is dat het in het leven uiteindelijk altijd om de liefde draait, het is de grond van ons bestaan. Ik zou hem willen zeggen: geef je over aan het leven, neem het zoals het is en maak er wat van. Wees wie je bent, durf je eigen koers te varen. Daar kan niets tegenop.*

Meer informatie: [levensportretten.com](http://levensportretten.com) •

**Annemiek Engelen** is zelfstandig gevestigd bedrijfspsycholoog, portretschrijfster en vrijwilligster in een hospice.

