

LEDEN VAN MMV VERTELLEN HOE ZE PERSOONLIJK INVULLING GEVEN AAN HET THEMA 'GEZOND ETEN – GEZOND LEVEN'.

TEKST PETRA PRONK BEELD EDWIN VAN DER KAAP

# “Ik ben milder, opgewekter, lichter”

In mei werd Miny Potze (75) geopereerd aan borstkanker. De specialisten adviseerden ook bestralingen en antihormoontherapie, maar dat weigerde ze. ‘Ik los dingen graag op natuurlijke wijze op.’

**K**iezen voor een natuurlijke behandelwijze tegen het advies van je specialisten in, is niet eenvoudig. Dat ervoer Miny Potze toen ze besloot het bij een operatie te laten. “De artsen waren begripvol. Ik had me goed georiënteerd op internet; ze vonden niet dat ik onverantwoord bezig was door hun advies niet op te volgen, maar ik had niet hun zegen. Er was geen arts die achter mijn keuze stond. Het was helemaal mijn eigen beslissing. Dat ik het op dit punt zonder steun moest stellen, daar heb ik het moeilijk mee gehad. Maar ik had een sterke innerlijke overtuiging dat ik dit pad wilde volgen. Een agressieve behandeling, zoals bestraling, druist in tegen alles waar ik in geloof.”

### Complimenten

“Ik besepte wel dat ik aanvullende maatregelen zou moeten nemen, want kanker komt niet zomaar uit de lucht vallen. Daarom ben ik naar een NNTT-arts gegaan. Ik ben al veertig jaar bezig met gezonde voeding, dus wat dat betreft hoefde ik niet ‘bekeerd’ te worden. Het dieet dat ik nu volg, verschilt niet wezenlijk van hoe wij al jaren eten. Voor mij was het geen grote switch. Wel slik ik extra supplementen, en daardoor voel ik me energiever dan ooit. Ik krijg veel complimenten over hoe ik er momenteel uitzie.”

### Psychisch

“Behalve in gezond eten geloof ik ook in gezond denken. Ik vermoed een psychische component in het ontstaan van mijn ziekte. Je hoort vaak dat mensen jaren vóór het uitbreken van kanker iets hebben meegemaakt wat ze niet konden verwerken, waarbij ze zich machteloos voelden. Dat was bij mij ook het geval. Precies twee jaar nadat mijn geliefde jongste broer aan pancreaskanker overleed, werd bij mij borstkanker geconstateerd. Dat, opgeteld bij het feit dat ik uit een moeilijk gezin kom, heeft mij doen besluiten tot regressietherapie om ‘oude kwesties’ op een andere manier te kunnen zien en te vergeven. De boeken van Willem Glademans hebben daarbij enorm geholpen.”

### Lichter

“Mijn kijk op het leven is veranderd. Ik ben milder geworden en ook opgewekter, lichter. Ik maak me niet meer zo gauw bezorgd en voel me niet meer voor van alles en nog wat verantwoordelijk. Een heel verschil met de maanden vóór de diagnose. Ik was vastgelopen, zat als het ware in een grijze mist, ook met het boek dat ik aan het schrijven ben. Dat gaat over de tweede levenshelft, wat wij daarin nog kunnen leren en ontwikkelen. Dat heb ik nu weer opgepakt. Het is net alsof ik bevrijd ben van een zekere zwaarte en donkerte.”

