

INTERVIEW
UITGELICHT

Met vijftien jaar kon ze niet meer lopen. Daarna versierde Connie Salden (58) jongens, haalde Olympische titels, runde een assurantiekantoor en opende een centrum om geluk door te geven.

Steeds een optimist

Ik zit niet in een rolstoel, ik maak gebruik van een rolstoel. Mensen voelen vaak niet aan wat het verschil is. Laat ik zo zeggen, zoals jij 's morgens zonder nadenken je schoenen aantrekt, zo pak ik m'n rolstoel. Ik voel me ook geen gehandicapte, laat staan een patiënt. Ik ervaar geen enkele hinder van of spijt over mijn lot. Dat het zo gelopen is, is ook niet zonder reden geweest. Ik heb mede door de verlamming - een geweldig leven opgebouwd. Zo mooi, dat ik mijn dankbaarheid en geluk heel graag met anderen wil delen. Letterlijk. Ik wil, als het even kan een inspirator zijn, een zingever. De belangrijkste les die ik zelf heb geleerd is: beperkingen beginnen in je hoofd. Alles wat we niet bereiken, niet durven, niet proberen en niet doen, begint met gêne en angsten die we ons zelf aanpraten.

Ik was vijftien jaar toen ik een virus in m'n ruggenmerg kreeg. Binnen een week kon ik niet meer lopen. Na een paar maanden dokteren, belandde ik in Hoensbroek, in de alom bekende revalidatiekliniek. Het klinkt misschien raar, maar dat gun ik iedereen. Daar leren ze je het leven op te pakken. Daar besef je dat niets onmogelijk is, dat alles kan. Of het nu je rijbewijs, zwemmen, skiën of paragliden is. Daar ervaar je ook dat er altijd mensen zijn die het nog véél moeilijker hebben dan jij. Ik had slechts 'verlamde benen', terwijl andere medebewoners alleen nog hun hoofd konden bewegen. Dus, *count your blessings*. Ik heb na Hoensbroek in een roes het leven opgepakt. Een heel dierbaar buurtmeisje nam me op sleeptouw. We gingen uit, we feestten, ik zag er goed uit, had leuke kleren en na enige tijd genoeg zelfvertrouwen om zelf jongens te versieren. Die rolstoel is nooit een obstakel geweest. Maar na twee, drie weken had ik het meestal wel gezien. Totdat ik Peter tegenkwam. We zijn inmiddels 37 jaar samen en we genieten én leren nog elke dag van elkaar. Ik heb niks met woordjes als 'soulmate' of 'maatje'. Wat wij hebben gaat veel dieper. Natuurlijk ben ik voor bepaalde dingen afhankelijk van hem, maar hij weet het zo te brengen dat ik me in alles zelfstandig, vrij en on-

afhankelijk voel. Ik weet niet of er een mannelijke variant bestaat, maar qua liefde en inspiratie is hij mijn muze. Ik ben tot op de dag van vandaag blijven sporten, vooral zwemmen. Fanatiek als de pest. Vier keer per week lig ik in het zwembad. Op m'n achttiende werd ik voor de eerste keer Nederlands kampioen en op de paralympics van 1980 haalde ik brons op de 100 meter rugslag en zilver op de 4x100 meter estafette.

Doorzetten

Die paralympics zouden oorspronkelijk net na de Olympische Spelen in Moskou zijn, maar ten tijde van de Koude Oorlog beweerden de Russen doodleuk dat er in Rusland geen gehandicapten waren. Dus moest het IOC uitwijken naar Arnhem. Hoe dan ook, doorzetten, niet bij de pakken neerzitten, dat heb ik van mijn vader. Hij verloor tijdens de oorlog op z'n dertiende in één klap zijn hele familie bij een bombardement in Maasniel. Hetzelfde Maasniel waar ik op 30 juli 1959 werd geboren, als het laatste meisje vóór de annexatie door Roermond. Mijn vader heeft z'n leven letterlijk van nul af aan moeten opbouwen en mijn twee broers en mij alle geborgenheid en liefde gegeven die hij zelf heeft moeten missen. Uiteindelijk begon hij een assurantiekantoor dat zo succesvol en groot werd, dat mijn broer Huub, Peter en ik het later konden voortzetten en er gaandeweg een goede boterham aan overhielden. Maar veel belangrijker dan alle materiële voorspoed was dat ik - ook door de aard en karakter van mijn moeder - in een warm en positief gezin heb kunnen opgroeien. Ik besef maar al te goed dat daar de kiem van mijn eigen optimisme is gelegd. Daar kan een mens alleen maar heel dankbaar voor zijn. Optimisme is een levensbrandstof. Ik zie om me heen honderden gezonde mensen die niet in een rolstoel zitten en toch absoluut minder optimistisch en gelukkig zijn dan ik.

Toen ik jonger was riep ik altijd dat ik drie kinderen wilde. Maar op m'n dertigste waren er nog steeds geen. Ik had een actief en druk leven en er waren talloze uitdagingen die ik nog wilde ervaren. Gaandeweg ebde het



„Zoals jij 's morgens zonder nadenken je schoenen aantrekt, zo pak ik m'n rolstoel. Ik voel me geen gehandicapte, laat staan een patiënt.” FOTO JOHN PETERS

moedergevoel weg. In die periode begon ik me wel steeds vaker af te vragen, wie ben je eigenlijk? Wat wil je eigenlijk écht? Als je je openstelt voor dat soort vragen komen er verschillende mensen en situaties op je pad die je de weg wijzen. Ik ben - al dan niet met Peter - allerlei cursussen en workshops gaan doen die je blik verruimen. Ik ben een beetje huiverig om in dit verband het woord spiritueel te gebruiken, dat heeft meteen zo'n zweverige bijklank, terwijl ik heel nuchter met beiden benen op de grond sta. Maar laat ik zo zeggen, erkwam een bepaalde rust in m'n leven. En het inzicht dat niets zomaar gebeurt. Toeval bestaat niet, er is altijd een reden. Ook mijn ziekte heeft een doel gehad. Het heeft me zelfvertrouwen gegeven en krachten die ik anders wellicht niet had ontdekt. Ik leerde ook dat de dood slechts het einde van ons lijf is, van

„**Alles wat we niet bereiken, niet proberen en niet doen, begint met gêne en angsten die we ons zelf aanpraten.**

Connie Salden

ons omhulsel. Onze ziel daarentegen, zal altijd voortleven, reïncarneren. Ik ben nu op een punt gekomen dat ik oordeelloos wil leven. Oordelen over andere mensen heeft altijd iets gelijkhebbers, iets negatiefs. Al die negatieve gedachten 'vervuilen' de wereld om ons heen. Als vanaf morgen alle mensen in Roermond, Venlo of heel Limburg positief gaan denken, dan verandert op de slag alle energie om ons heen. Daar ben ik van overtuigd.

Delen

In 2012 hebben we het verzekeringskantoor goed kunnen verkopen. Nadien heb ik een jaar een sabbatical genomen. Dat is een week die we ons konden permitteren. Maar gaandeweg groeide de behoefte om mijn eigen levensgeluk op een of andere manier te delen met anderen. Bovendien wilde ik alle

kennis, inzichten en wijsheden die ik had opgedaan bij cursussen kras door Nederland, bereikbaar maken voor mensen in Limburg. Eind 2015 zijn we een centrum voor inspiratie, bewustwording en groei begonnen, onder de naam LinZZ. Dat was een fantasienaam die Peters vader altijd gebruikte voor de zon. In een huiselijke setting worden nu wekelijks lezingen gegeven, maar ook yoga en massages, workshops en opleidingen. Aanvankelijk had ik nog de intentie om zelf ook cursussen te gaan geven, maar ik heb gemerkt dat spreken voor grote groepen me moeilijker afgaat dan een-op-eengesprekken. Tijdens zulke gesprekken probeer ik mensen te laten inzien dat ieder beperking die we ons zelf opleggen, begint in ons hoofd. Dezelfde plek trouwens waar ook iedere bevrijding begint...

„**Ten tijde van de Koude Oorlog beweerden de Russen doodleuk dat er in hun land geen gehandicapten waren.**

Connie Salden

DOOR RON BUITENHUIS

