

Mede-oprichter van Innogenetics : van internationale carrière naar innerlijk herstel

“Ik moest ánders leren leven”

■ **HERTSBERGE** – Lucie Fransen uit Hertsberge is een talentvolle wetenschapster die zich vastbeet in de biologie. Ze studeerde af aan de Gentse universiteit als doctor in de moleculaire biologie. Met enkele enthousiastelingen lag ze aan de basis van het biotechbedrijf Innogenetics, dat internationale faam verwierf maar in slechte papieren raakte. Lucie Fransen zelf kwam in een diep dal terecht waar ze maar heel langzaam – met vallen en opstaan – uit kwam. De moeizame weg daar naartoe beschrijft ze in haar pas uitgegeven boek: ‘Het veld van tederheid’.



Lucie Fransen schreef een boek over haar leven als cvs-patiënte: “Niemand had gemerkt dat ik mij volledig had uitgeput. Ik had te veel voor de anderen geleefd waardoor ik mezelf had weggecijferd.” (Foto Simon Mouton)

DOOR PIET HIMPENS

Een boek met als titel *Het veld van tederheid*, toch niet wéér een verhaal over mindfulness... Het trekt me aan. Schrijfster Lucie Fransen woont met haar man Jo Taveirne aan de Kasteeldreef in Hertsberge. Meer dak dan huis, lijkt het wel. Zit daar al geen symboliek in verborgen? Een dak lijkt als een schild en biedt bescherming tegen allerlei invloeden van buitenaf. Toch moet het van binnenuit sterk ge-

noeg zijn. Het gebinte moet alles kunnen dragen. De toon is gezet. Lucie Fransen glimlacht: “Leuke beeldspraak. Aan de voorkant van het huis valt inderdaad het gesloten dak op. Maar achteraan is alles open. We laten de natuur binnen. En we laten ook iedereen toe die harmonieert met de mensen die in dit huis wonen.”

U kunt terugblikken op een internationale carrière om u tegen te zeggen. Hoe is het allemaal begonnen?

Lucie Fransen: “Ik ben opgegroeid in een academisch milieu. Het leek dan ook vanzelfsprekend dat ik aan de universiteit zou studeren. Mijn grootvader was professor in de psychiatrie en mijn vader was prof. dr. ir. in de textielkunde. We waren met zes kinderen thuis en iedereen volgde een universitaire opleiding.”
“Ikzelf was van kindsbeen af gebeten door wetenschap. Ik wou biologie studeren en raakte gefascineerd door het moleculaire leven in een cel. Ik doctoreerde en was een van de medeoprichters van het Gentse biotechnologische bedrijf Innogenetics, dat door zijn beursnotering internationale bekendheid verwierf.”

En toen liep het fout...

“Niet onmiddellijk. Ik werkte meer dan 20 jaar in het bedrijf, zowel als wetenschappelijk onderzoekster als op managementniveau. Achteraf gezien was dat een dodelijke combinatie. Je moet weten dat Innogenetics groeide van 5 naar 640 werknemers. Door me alsmaar meer toe te spitsen op dat-

gene waar we met ons bedrijf naartoe wilden, geraakte ik helemaal vervreemd van datgene waar

“Het lichaam is wijs en als je niet luistert, straft het je af”

ikzelf als persoon naar op zoek was. Ik dacht zelfs niet meer na over mijn eigen welzijn. Ik verloor de levensnoodzakelijke verbinding tussen mijn weten en mijn voelen. Het was dan ook niet verwonderlijk dat op een bepaald moment, het levenslicht uitging. Dat gebeurde zo’n zes jaar geleden. Pats... ik zat in het donker. Een burn-out. Ik kon niets meer. Slechts na een hele tijd stelden de dokters de diagnose cvs of het chronisch vermoeidheidssyndroom.”

Die diagnose moet als een donderslag bij heldere hemel aangekomen zijn. Hoe ga je daarmee om als je zoiets te horen krijgt?
“Ik móést wel anders leren kijken. Mijn brein wou nog wel, maar mijn lichaam weigerde alle dienst. Zodra ik opnieuw mijn oude manier van doen wou oppakken, kwam er kortsluiting en plaatste mijn lichaam mij buitenspel. Sindsdien moet alles in mijn leven wat meer gedoseerd gebeuren en heb ik geleerd om op een andere manier in het leven te staan.”
“Ik heb weer leren luisteren naar

van een stroomleverancier.

“Dat is nu juist een van mijn kernvisies. Ik heb mijn levensstroom, mijn energie moeten terugvinden door mijn gevoel weer een kans te geven. Niemand had gemerkt dat ik mij volledig had uitgeput, zelfs mijn man niet. Gelukkig gaf mijn lichaam me de nodige signalen, zelfs al begreep ik die toen niet. Het lichaam is wijs en als je niet luistert, straft het je af, tot je leert je ‘weten’ in evenwicht te brengen met je ‘voelen’. En die zoektocht heb ik nu neergepend. Vijf jaar lang heb ik de lange weg van mezelf doorvoelen om te herstellen beschreven. Zo gaf mijn boek *Het veld van tederheid* het levenslicht. Ik beschrijf erin hoe je je leven kunt heroriënteren door wat je voelt. Hoe je van wilsmacht tot wilskracht kunt komen. Ik was mijn eigen wetenschappelijk experiment. Ongeloflijk hoe ik van wetenschapper naar doorvoelben kunnen evolueren.”

Schrijven werkte voor u therapeutisch op de weg naar herstel. Hebben andere mensen daar ook iets aan?

„Ik denk hoe dan ook dat veel mensen iets aan mijn boek kunnen hebben omdat het niet over mij gaat, maar wel over hoe je een uitweg vindt. Het boek biedt een leidraad hoe we de relatie met onszelf en onze omgeving kunnen verbeteren, ongeacht of we beroepsmatig of persoonlijk vastraken.”

“Leren kiezen voor wat kan, los van wat moet, is iets waar iedereen het moeilijk mee heeft. We hebben het niet geleerd om die smalle zone van eigenkracht tussen ervaringen van macht en onmacht te ontdekken en van daaruit in het leven te staan.”

● ‘Het veld van tederheid – resonantie, gevoel en bewustzijn’, telt 248 blz., werd uitgegeven bij Ankh-Hermes en kost 29,90 euro.

● Info : www.luciefanssen.com

het levengedevende verhaal diep in mij. Gedragsspatronen uit mijn vroegere bestaan moest ik loslaten om gewaarwordingen te ontdekken die lange tijd verborgen zaten: (zelf)-koestering en tederheid. Ik had mezelf lange tijd de rust niet gegund die ik nodig had en overschreed constant mijn grenzen. Ik was te gedreven, te perfectionistisch. Ik wou altijd het flinke meisje zijn. Ik had te veel voor de anderen geleefd waardoor ik mezelf had weggecijferd. Al mijn energie had ik buiten mij geleegd.”

Het is jouw energie... dat doet me denken aan de reclamespot

Over-leven met cvs

“Rond cvs bestaat er nog veel onduidelijkheid, over de oorzaken, de diagnose en de behandeling”, vertelt Lucie Fransen. “Ze spreken pas van cvs als er geen oorzaak aangetoond kan worden voor een vermoeidheid die de levenskwaliteit belemmert en die langer dan zes maanden aanhoudt. Bij mij heeft die diagnose zeker vier jaar op zich laten wachten. Ikzelf noch mijn omgeving merkten dat ik mezelf uitputte en voortdurend mijn grenzen overschreed. Plots kon ik niet meer. Maar dat was niet het gevolg van een acute inspanning, maar wel van jarenlang leven onder stress. De vermoeidheid verminderd niet door te rusten maar wel door je af te sluiten voor externe prikkels. Stille, afzondering, de natuur... zijn helend. Lichamelijke mogelijkheden zwakken af waardoor de aandoening een grote weerslag heeft op je professionele, familiale en sociale leven. Je wordt gedwongen tot bewust leven. Een zekere levenskwaliteit is ongetwijfeld nog mogelijk mits je leert diepgaand te verinnerlijken en gedoseerd om te gaan met de dingen van het leven.” (PH)

BIO

LUCIE FRANSEN

► PRIVÉ

Geboren in Gent op 12 juni 1956. Woont met haar man Jo Taveirne in Hertsberge.

► LOOPBAAN

- Doctor in de moleculaire biologie aan de Gentse universiteit in 1983.
- Bij Biogen in 1982.
- Medeoprichter van het Gentse biotechbedrijf Innogenetics in 1985.
- Na de diagnose cvs kreeg haar leven op 29 april 2004 een nieuwe wending.
- In 2011 schrijft ze haar eerste boek ‘Het veld van tederheid’.

(PH)