

De Ontmoeting

De Ontmoeting

Vertrouwen doet leven

Amalia Sesto

- De pagina's die je nu in handen hebt, zijn gevuld met verhalen en inzichten die reflecteren over wat het betekent om te ontmoeten in de volle betekenis van het woord.
Van kleine dagelijkse ontmoetingen tot de grote levensveranderende ontmoetingen. Dit boek is een uitnodiging om met een open hart en een nieuwsgierige geest het onbekende te omarmen en een biologische kijk op ziekte te verwerven, in plaats van een farmaceutische kijk. Laat je meenemen door de verhalen, de verwarring en de verlichting die elke ontmoeting met zich meebrengt.
- Copyright ©: Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbende, Amalia Sesto.
- Auteur: Amalia Sesto
- Vormgeving: Amalia Sesto
- Foto cover: ArtsyBee
- 2025, eerste druk
- ISBN: 9789403796161

Inhoud

Voorwoord	6
De golven van het leven	7
Angst en verlangens	23
Het verlangen bereiken	50
Het gevolg	73
Terug naar het vertrouwde	90
De veranderingen	97
Rust	139
Tot weerziens	153
Vertrouwen	170
Het leven	181

Voorwoord

In het leven is elke ontmoeting een spiegel, een moment van confrontatie, verwondering en soms verwarring. ‘De Ontmoeting’ nodigt de lezer uit om stil te staan bij de golven en de kracht van deze ontmoetingen, die in al hun gedaantes ons leven vormen. Van het onverwachte contact met een ander, tot de confrontatie met onze diepste verlangens, angsten, twijfels en overtuigingen. Elke ontmoeting is een kans om onszelf opnieuw uit te vinden, om te groeien of om juist nederig te zijn en te leren van de conflicten die ons pad kruisen.

Dit boek gaat over die momenten van verbinding, waarin we onszelf en de wereld rondom ons beter leren begrijpen met als rode draad, de Biologische Natuurwetten. Het is een uitnodiging om de vele vormen van ontmoetingen te omarmen. De ontmoetingen met anderen, met onszelf, met veranderingen, met conflicten die ons uitdagen en met de nieuwe perspectieven die ons leven verrijken. Soms zijn het de moeilijke ontmoetingen die de diepste indruk achterlaten, terwijl andere juist licht werpen op onbekende mogelijkheden.

De reis van een ontmoeting is nooit eenduidig. Sommige leiden ons naar harmonie, andere leiden naar chaos. Maar elke ontmoeting heeft zijn waarde, omdat het ons uitnodigt om niet alleen te kijken, maar ook om werkelijk te zien, zowel naar de wereld als naar onszelf. Het is een pad van zelfontdekking, van groei, van loslaten en vasthouden.

Veel leesplezier!

Hartegroet,

Amalia.

De golven van het leven

Op haar 44ste verjaardag kijkt Amy terug op een leven vol emoties en lessen. In haar vroege twintiger jaren droomde ze van het moederschap en het stichten van een gezin, maar ondanks haar onvermoeibare inspanningen bleef een zwangerschap uit.

Het is een terugblik van eindeloze bezoeken aan dokters en specialisten, hormoonbehandelingen en operaties, alles in een wanhopige poging om hetgeen te bereiken waar ze naar verlangde: een kind. Naarmate de jaren voorbij vlogen en haar hoop begon te vervagen, nam Amy uiteindelijk de hartverscheurende beslissing om deze droom op te geven en verder te leven met de teleurstelling die het met zich meebracht. Deze keuze betekende ook het einde van haar huwelijk met haar toenmalige echtgenoot, hun gedeelde wens voor kinderen kon de druk op hun relatie niet overleven.

In 1998 stapte Amy in een nieuwe relatie met Frank, een wijze natuurverbonden man met beide benen op de grond. Vanaf het begin wisten ze allebei dat kinderen geen deel uit zouden maken van hun toekomstplannen. Frank is een ambitieuze en gedreven man wiens projecten een breed scala aan onderwerpen bestrijken. Zijn initiatieven variëren van het oprichten van een hulporganisatie voor verwaarloosde dieren tot het ondersteunen van boeren bij de uitbreiding van hun assortiment biogroenten. Daarnaast heeft hij talloze andere projecten opgestart die gericht zijn op duurzaamheid, dierenwelzijn en maatschappelijke betrokkenheid. Frank zet zich in voor een betere wereld, waarbij hij constant bruist van de ideeën en waaraan Amy graag haar bijdrage levert met passie en toewijding. Hun huis, gelegen aan de rand van een bos, is een oase van rust waar ze zich kunnen ontspannen na de lange werkdagen.

In 2009 nam Amy een besluit dat haar leven voor altijd zou veranderen. Ze besloot om haar pad volledig te verleggen en schreef ze zich in voor een intensieve 4-jarige opleiding in natuurlijke geneeskunde. Tijdens haar studie begon ze de wereld van de gezondheidszorg door een andere bril te zien en ze implementeerde deze aanpak in haar directe omgeving en in haar nieuwe gezondheidspraktijk. De basis van haar nieuwe levensvisie is het grondig onderzoeken van de oorzaak van lichamelijke kwalen en klachten en deze vervolgens behandelen met enkel natuurlijke stoffen, zoals kruiden, voedingssupplementen en tincturen. Geen enkel medicijn komt nog in huis. In plaats daarvan pakt ze verschillende kwalen en klachten aan met supplementen, kruiden en tincturen.

Amy is vastbesloten om haar kennis te delen met anderen. Ze wil alles te weten komen over de Biologische Natuurwetten waar dr. Hamer zo gepassioneerd over sprak en hoe deze de oorzaak van ziekte en lichamelijke klachten kunnen aanpakken. Zodra de oorzaak ontdekt en aangepakt wordt, zal de ziekte of de klacht vanzelf verdwijnen. Ze zoekt naar antwoord op vele vragen: “Wat probeert mijn lichaam mij te vertellen met deze klacht? Welk conflict probeert mijn lichaam te verwerken door middel van deze klacht? Wat doe ik, voel ik of denk ik nu of in het verleden dat heeft geleid tot deze aandoening?” Het is alsof er een diepe wijsheid schuilt in ons lichaam, een eeuwenoud systeem dat ons constant probeert te helpen en te herstellen. Dit is haar methode, gedurfd en onbeschaamd.

Amy's grote droom was om dr. Hamer persoonlijk te ontmoeten. Via één van haar leraren die dr. Hamer al eens ontmoet had, wist ze het telefoonnummer van dr. Hamer te bemachtigen. Ze belde gretig twee keer in de hoop hem te bereiken, maar in plaats daarvan werd ze geconfronteerd met zijn beschermende partner die hem bewaakte als een leeuw. De vrouw beschermde zodanig fel de privacy van haar partner dat de uitspraken van

Amy, haar verlangen om dr. Hamer te ontmoeten, in één ruk met haar klauwen van de tafel werden weggeveegd. Amy realiseerde zich al snel dat het een onmogelijke taak zou zijn om dr. Hamer persoonlijk te ontmoeten. Onvervaard nam ze weer contact op met dezelfde leraar die haar het nummer van dr. Hamer had gegeven. Via zijn connecties kon ze in contact komen met mijnheer Helmut, een goede vriend van dr. Hamer, wiens achternaam voor velen onbekend is. Na het uitwisselen van verschillende e-mails waarin Amy haar motivatie voor deze ontmoeting uitlet en de reden waarom ze het baanbrekende werk van dr. Hamer en de Biologische Natuurwetten zo graag wou bespreken, spraken ze een datum af wanneer Amy naar Duitsland kon reizen om mijnheer Helmut persoonlijk te ontmoeten.

Op de dag van de afspraak kan Amy haar geluk niet op. Ze arriveert bij het huis van dr. Hamers goede vriend. Wanneer ze de trap naar de voordeur oploopt, ziet ze het statige huis omringd door goed onderhouden tuinen. Ze kan de energie van kennis, wijsheid en vrede die het huis omringt, voelen. Net als ze op het punt staat om op de deur te kloppen, gaat deze open en ziet ze een vriendelijke oude man met twinkelende ogen en een warme glimlach. “Welkom, Amy,” zegt hij, terwijl hij zijn hand uitsteekt. “Mijn naam is Helmut, kom gerust binnen.” Amy stapt naar binnen en ervaart een gevoel van eerbied en ontzag. De muren lijken gemaakt van boekenkasten en de lucht is zwaar van de geur van wierook. Ze volgt de oude man naar een gezellige studeerkamer, waar ze zich in comfortabele fauteuils nestelen. “Ik voel me vereerd u te ontmoeten, mijnheer,” zegt Amy, die zich een beetje nerveus voelt. “Het werk van dr. Hamer heeft een diepgaande impact op mijn leven gehad. Ik wil met deze belangrijke inzichten zoveel mogelijk mensen bereiken, zodat ook zij een biologisch verklaarde en gezonde kijk op ziekte krijgen, vrij van angst. In mijn praktijk heb ik er al verschillende cliënten mee kunnen helpen.” De man grinnikt. “Mooi om te

horen. Hij heeft dat effect op veel mensen. Ik ben dankbaar dat ik hem mijn vriend en collega mag noemen.” De volgende paar uren bespreken Amy en de man de principes van de Biologische Natuurwetten, waarbij ze zich verdiepen in de wetenschap erachter. Mijnheer Helmut vertelt ook over de persoonlijke reis van dr. Hamer, een reis die begon met het verwoestende verlies van zijn zoon, Dirk Hamer. Deze gebeurtenis bracht hem ertoe te ontdekken dat dr. Hamer kanker had. Het gewicht van verdriet en shock hangt zwaar in de lucht als dr. Hamers eigen woorden weerklinken in mijnheer Helmut's hervertelling, elke zin getint met emotie en rauwe eerlijkheid. Het is een verhaal van pijn en strijd, maar ook van veerkracht en hoop. Terwijl dr. Hamer worstelde met zijn gezondheid, wou hij tegelijkertijd de koers van de reguliere geneeskunde veranderen. Hun gesprek lijkt eindeloos te kunnen doorgaan. Het moment mag van Amy wel eeuwig duren.

Tegen de tijd dat ze hun gesprek afronden, heeft Amy het gevoel dat ze er een mentor en een dierbare vriend bij heeft gekregen. Als hij haar naar de deur begeleidt, voelt ze een intense aarzeling. Ze wil niet dat deze fantastische ontmoeting zou eindigen. Wanneer het tijd is om afscheid te nemen, omhelst hij haar vaderlijk en wenst haar succes.

“Heel erg bedankt, mijnheer Helmut. Dit betekent enorm veel voor me.”

Hij glimlacht met een vermoeide maar warme kromming van de lippen. “Zeg het voort Amy, want het werk dat je doet is belangrijk.”

Met een glimlach die niet van haar gezicht te vegen is, loopt Amy euforisch de deur uit. Het voelt alsof ze op de top van een berg staat, omringd door de frisse lucht die haar longen vult en met de hele wereld aan haar voeten. Ze loopt naar haar auto en ervaart een golf van vreugde en opwinding, als een golf die tegen de dijk beukt en haar in zijn kracht omhult. Dit was het dan, de ontmoeting met een zeer goede vriend van haar idool

waar ze zo lang naar had uitgekeken. Elke minuut van hun gesprek was als een puzzelstukje dat op zijn plaats viel, wat een duidelijker begrip van haar overtuigingen onthulde en nog meer versterkte.

Haar kleine auto heeft haar al door veel lange ritten heen geloodst, maar geen enkele was zo belangrijk als deze. Ze start de motor en rijdt de kronkelige wegen af. Wanneer ze de snelweg oprijdt vullen de bekende klanken van ‘Walking on sunshine’ de auto en ze zingt luidkeels mee, haar stem kraakt van emotie en vreugde. De kilometers smelten weg en een brede glimlach siert haar gezicht en ze is dankbaar, zo enorm dankbaar, voor deze kans. Ze verkeert in een staat van opwinding die met geen enkel medium geëvenaard kan worden, een euforie die voortkomt uit bevestiging en inspiratie. Het voelt als een zegening, als brandstof voor haar ziel en ze weet dat ze hier nog lang op zou teren. Ze staat te popelen om deze ervaring met haar man Frank te delen.

Bij het oprijden van de oprit van hun huis in de buitenwijk, werpt de zon een warme, oranje gloed over alles. Ze stormt door de voordeur naar binnen en wordt onmiddellijk begroet door Noa, haar prachtige langharige hond die kwispelend en springend haar blijdschap toont. “Hoi, lieve Noa,” lacht Amy, “ja, ik ben weer thuis meisje!” Ze hangt haar jas op en loopt de woonkamer in, waar Frank op de bank zit met een boek. “Hoe was het?” vraagt hij, al wetend dat Amy zou stralen van enthousiasme.

“Onbeschrijfelijk! Schat, die man is zo wijs en zo toegankelijk. We hebben het over de Biologische Natuurwetten gehad, over de emotionele oorzaken, conflicten en trauma’s die leiden tot ziekten en zelfs over hoe ik de Biologische Natuurwetten toepas in mijn eigen praktijk. Ik kan het gewoon niet geloven!” Amy ploft naast Frank op de bank en Noa springt er meteen bij. Gedurende de volgende twee uur vertelt Amy elk detail van haar ontmoeting met mijnheer Helmut. Hij wist haar te vertellen hoe

dr. Hamer was begonnen met zijn eigen persoonlijke verhaal, de tragische gebeurtenis die hem ertoe had gebracht de aard van ziekte in twijfel te trekken. Hoe hij zo hartstochtelijk geloofde in de emotionele wortels van ziekte en hoe hij had gestreden tegen de reguliere medische wereld. Elk detail van hun ontmoeting vertelt Amy met een enorme enthousiasme. Haar ogen glinsteren van de passie en haar stem klinkt als een rivier van geluk. Frank luistert geduldig want hij weet hoe belangrijk dit voor haar is. “En het mooiste,” gaat ze verder, “hij zei dat het werk dat ik doe belangrijk is. Dat geeft me zoveel vertrouwen, schat. Ik wil dit van de daken schreeuwen!” Noa, die de energie en het geluk van Amy absorbeert, gaat rond de woonkamer rennen en spelen, als een kind dat te opgewonden is voor een feestje.

De avond krijgt een gezellige wending. Frank stelt voor om een kop kruidenthee te maken en ze lopen samen naar de keuken. Noa nestelt zich eindelijk rustig aan Amy's voeten. Frank zet een pot thee en de geur van verse kruiden vult de keuken, wat een gezellige sfeer creëert. Ze praten over luchtige onderwerpen zoals Franks werkdag, de nieuwe burens die net verderop in de straat zijn komen wonen en de plannen voor het weekend. Zelfs in deze alledaagse gesprekken sijpelt Amy's geluk door. Ze drinken rustig hun thee op en gaan alle drie richting slaapkamer. Met warme harten en rustige zielen sluiten ze de dag af, wetende dat de toekomst vol hoop en mogelijkheden is.

Amy ligt nog een tijdje wakker in bed, nog steeds glunderend en genietend van de gloed van haar perfecte dag. Ze sluit haar ogen en ziet dr. Hamer voor zich en hoort de stem van mijnheer Helmut. Hun ontmoeting was meer dan ze ooit had durven hopen. Met een serene glimlach en het zachte gesnurk van Noa op de achtergrond, valt ze uiteindelijk in slaap.

De volgende dag belt Amy haar beste vriendin Jolene. Ze wil haar ervaring van de ontmoeting met mijnheer Helmut met Jolene delen. Amy en Jolene kennen elkaar sinds hun jeugdijaren

en hebben dezelfde passie voor natuurlijke schoonheid. Jolene heeft ervaring als make-up artieste en geniet ervan om vrouwen op een natuurlijke manier op te maken en ze te doen stralen. Ze werkt al jarenlang in een parfumerie, waar ze haar passie kan delen met andere vrouwen.

Net op het moment dat Amy belt, komt Jolene uit de dokterspraktijk en zit ze hulpeloos in haar auto te huilen. Door het snikken heen neemt ze de telefoon op en vertelt ze Amy dat ze net de diagnose baarmoederkanker heeft gekregen. Amy probeert haar te troosten via de telefoon, maar Jolene is ontroostbaar. Amy springt in haar auto om naar Jolene's appartement te rijden.

Onderweg dwalen haar gedachten naar Jolene's verleden. Al van kinds af aan droomde Jolene om te trouwen en deze droom werd eindelijk werkelijkheid toen ze op 41-jarige leeftijd met Wayne trouwde. Ze had jaren gewacht op een aanzoek en drie jaar geleden spraken ze eindelijk hun geloften uit. Na haar trouwdag draaide haar hele leven rond hun relatie. Zo zei ze haar baan bij de parfumerie op om met haar man te verhuizen naar een stad ongeveer 35 km verderop. Wayne werkt als muziekleraar op het conservatorium en krijgt veel optredens als muzikant in de welbezochte cafés in de stad. Jolene nam een baan als strijkhulp aan via een uitzendbureau, zodat ze vanuit thuis kon werken en dicht bij haar man kon zijn als hij thuis was. Aan het begin van hun huwelijk vergezelde Jolene Wayne vaak naar zijn optredens, maar al snel realiseerde ze zich dat hij tijdens die momenten weinig aandacht aan haar besteedde. Daar stond Jolene dan, alleen in schemerige bars, toekijkend hoe Wayne op het podium optrad en alle aandacht naar zich wist te trekken. De gekleurde, knipperende lichten verlichtten de menigte die dansten en meezongen met de muziek, terwijl Wayne, in zijn element, alle ogen op hem gericht had. Hij was een entertainer en moest zich op zijn publiek concentreren. Toen Jolene na één van zijn optredens ter sprake bracht dat ze het jammer vond dat hij haar op deze momenten negeerde, leidde dat tot verschillende ruzies

waardoor ze uiteindelijk besloot niet meer mee te gaan naar zijn optredens. Ondanks dat ze vele avonden alleen in hun bescheiden huurappartement doorbracht, koesterde Jolene elk moment dat ze met haar man was en keek ze elke keer reikhalzend uit naar zijn thuiskomst. Binnen waren de enige geluiden het zachte gezoem van de koelkast en Jolene's stille snikken, wanneer ze weer alleen in bed lag. De eenvoudige witte binnenmuren met slijtplekken en afgebladderde verf voelen kil aan. Het meubilair is niet bij elkaar passend en verouderd en het tapijt is op sommige plekken dun versleten.

Vier maanden geleden zakte de grond onder Jolene's voeten weg toen haar man plotseling besloot om hun huwelijk te beëindigen zonder enige waarschuwing. Hij was verliefd geworden op een andere vrouw, één van zijn studenten die vaak met hem meezingt tijdens zijn optredens in de stad. Binnen twee dagen pakte Wayne zijn spullen in. Jolene keek toe hoe Wayne dozen vulde met een aantal van zijn meest gekoesterde bezittingen, zoals zijn gitaar en saxofoon, samen met zijn kleren en enkele andere persoonlijke spullen. De tranen rolden als snijdende kristallen over haar gezicht toen ze zag hoe hij alle spullen verzamelde die ooit deel uitmaakten van hun leven samen. Hij trok de deur achter hem dicht en liet Jolene helemaal alleen achter in het appartement. Jolene's wereld stortte in een oogwenk in.

Ze bezoekt week na week meerdere therapeuten om met haar verdriet om te kunnen gaan, maar niets lijkt te helpen. Haar geliefde man is nu bij een andere vrouw! Jolene kan er geen touw aan vastknopen. Naast emotionele stress heeft ze ook last van fysieke kwalen. Ze slaapt nauwelijks en heeft overal pijn in haar lichaam. Na verschillende tests en consulten blijkt dat Jolene's fysieke symptomen een manifestatie zijn van het hartverscheurende verraad dat ze ervoer door het plotselinge vertrek van haar man. Ze realiseert zich dat hij niet alleen haar hart heeft gebroken, maar ook haar vertrouwen heeft vernietigd. Jolene's hele wereld is verbrijzeld. Het verdriet en het trauma

nemen elk moment in beslag, waardoor ze zich gebroken en verloren voelt. Jolene's ooit gelukkige leven verandert in een nachtmerrie en ze worstelt om een uitweg te vinden uit de duisternis die haar nu elke dag overspoelt. Nu staat ze alleen, omringd door gebroken herinneringen en gevangen in een web van verdriet en pijn met daar bovenop baarmoederkanker. Haar huid, ooit stralend en gezond, is nu getekend door slapeloze nachten en eindeloos verdriet. Het haar dat vroeger altijd speels en jeugdig was, hangt nu onverzorgd langs haar bleke gezicht, als een weerspiegeling van de chaos binnenin. De glans in haar ogen is gedoofd door tranen en wanhoop.

Wanneer Amy bij Jolene binnen loopt en haar op de bank ziet hangen, een bleke schaduw van haar vroegere zelf, draait Amy's maag om. De muffe geur in de ongezellige kamer is de geur van droefheid, alsof de kamer gevuld is met oude herinneringen. De ruimte is bezaaid met kleding, cd's en fotoalbums die verspreid liggen over de vloer. Ze helpt Jolene overeind en houdt haar stevig vast in een troostende omhelzing. Ondanks Amy's pogingen om haar gerust te stellen dat het mogelijk is om van baarmoederkanker te herstellen, blijft Jolene emotioneel gebroken. Amy ziet de diepe put van wanhoop waarin Jolene gevangen zit en weet dat ze een manier moet vinden om haar eruit te trekken. Plotseling schiet haar het idee te binnen om een vriendinnenreisje te regelen, zodat Jolene kan ontsnappen aan de zwaarte die haar nu omringt. Alles om een sprankje vreugde terug te brengen in Jolene's leven. Amy springt op en grijpt naar haar telefoon, haar vingers trillen van enthousiasme wanneer ze het berichtje typt en verzendt naar hun vriendinnen Mandy en Chris: "Meiden, we hebben er al vaak over gesproken om samen op vakantie te gaan. Nu is hét moment! Jolene verkeert in een moeilijke situatie en we moeten haar er doorheen slepen. Haal jullie agenda erbij en kijk wat mogelijk is, ik bel jullie vanavond nog. Kus, Amy." Een vuur van vastberadenheid brandt in haar ogen en ze is vastbesloten om haar vriendin te helpen, hoe dan

ook. Ze wendt zich terug tot Jolene, die weer ineengezakt op de bank zit. Amy staat op en loopt de keuken in, waar het een puinhoop is, om een kop kamillethee te maken. Ze brengt de hete kop thee voorzichtig naar Jolene en zet zich naast haar. Jolene fluistert zachtjes. “Ik hoop zo op een verzoening met Wayne maar ik weet dat dat niet mogelijk zal zijn.”

“Ik begrijp het,” antwoord Amy, “maar het is nu belangrijker om je met jezelf te verzoenen en jezelf lief te hebben Jo. Al te vaak zijn we bezig met de liefde van anderen te willen voelen en vergeten we hoe belangrijk eigenliefde is.” Ze zakken dicht tegen elkaar aan, de warmte van de thee en elkaars aanwezigheid biedt een flintertje troost.

Tegen de avond, bestelt Amy sushi bij het nabijgelegen sushi-restaurant, wetende dat haar vriendin Jolene daar verzoet op is en zelf nu niet de kracht heeft om te koken. Na het eten stelt ze voor dat Jolene een warm bad neemt om te ontspannen. Terwijl het water het bad vult, steekt Amy geurkaarsen aan, waardoor de zachte en ontspannende geur van lavendel de lucht van de badkamer vult. De zachte gloed van de kaarsen flikkert op de vensterbank en werpt een warm licht over de vloer, wat een rustgevende sfeer creëert voor Jolene’s bad. Gelukkig zijn er schone handdoeken en een zachte badjas, die Amy klaarlegt bij het bad.

Terwijl Jolene in bad zit, ruimt Amy het verwaarloosde appartement van haar vriendin op. Elke handeling is een stille getuigenis van haar zorg en vriendschap. Na een tijdje hoort Amy het geslof van Jolene die de badkamer verlaat en uitgeput naar haar bed strompelt. Zachtjes volgt ze haar vriendin, stopt haar in met de tederheid van een moeder en drukt een kus op haar voorhoofd. “Het komt allemaal goed,” fluistert ze, haar stem achterlatend als een zachte belofte in de nacht. Zachtjes sluipt ze het appartement uit, sluit ze de deur geluidloos en begeeft zich naar haar auto. De rit naar huis is stil, de wegen zijn leeg, het lijkt of de hele stad slaapt. Amy’s gedachten dwalen af

naar Mandy, Chris en naar Jolene, naar de uitdagingen die voor haar liggen en naar de hoop die ze vasthoudt.

Mandy is een 51-jarige vrouw die samen met haar man, Pete, een dochter heeft. Pete runt een succesvol kapsalon en staat bekend om zijn zelfvertrouwen en charme. Pete en Frank, Amy's man, groeiden samen op in hetzelfde dorpje. Mandy werkt parttime als verkoopster in een parfumerie waar Jolene vroeger ook werkte en op haar vrije dagen helpt Mandy in het kapsalon van haar man. Van buitenaf lijkt hun leven en relatie perfect, maar achter gesloten deuren is Pete's arrogantie en zijn behoefte aan controle over Mandy heel aanwezig. Bovendien houdt Pete van partnerruil en bezocht hij met Mandy regelmatig parenclubs. Ondanks dat Mandy niet geïnteresseerd is in deze levensstijl, ging ze mee in zijn verlangens om hem te plezieren. Mandy verlangt naar een traditioneler gezinsleven, zoals het koken van maaltijden voor haar gezin en vriendenkring en het doorbrengen van gezellige momenten met hen. Ze staat altijd voor iedereen klaar en wil het graag iedereen naar hun zin maken. Mandy verloor jaren geleden al het contact met haar eigen wensen en behoeften, omdat ze zich alleen richt op de wensen van haar man en zichzelf vaak tekort doet. Haar dochter Jill, merkte dat op en probeerde haar moeder ermee te confronteren. Ze stelde haar de vraag of het de moeite waard is om haar eigen geluk op te offeren voor het zijne. Mandy was te onzeker om hier op te antwoorden en voor zichzelf op te komen en bleef dus maar met Pete parenclubs bezoeken, allemaal om haar man tevreden te houden en spanningen te voorkomen. De afstand tussen moeder en dochter groeide naarmate ze meer in beslag werd genomen door de behoeften van haar man.

Op een dag ontdekte Mandy tijdens het douchen een knobbel in haar borst. Na tests en onderzoeken kreeg ze de diagnose borstkanker. Haar borst werd dezelfde week nog geamputeerd en ze begon aan een slopende chemotherapie en bestralingen. Vanaf toen was Mandy niet meer in staat om de verlangens van haar

man te vervullen. De bezoeken aan parenclubs en de partnerruilen kwamen abrupt tot een einde en ook hun intimiteit nam af.

Pete bezorgde haar een prachtige pruik toen haar haren uitvielen. Hij werd overdreven attent en was heel betrokken bij haar behandeling. Hij nam zelfs het spreken over voor Mandy en pronkte overdreven bij iedereen met zijn toewijding aan haar. Mandy voelt zich evenwel minderwaardig met haar geamputeerde borst en pruik en voelde zich niet langer een volwaardige vrouw in de ogen van haar man.

Naarmate ze meer avonden voor de tv doorbrengen, wordt Pete's arrogantie alleen maar erger, gevoed door zijn frustratie over zijn gebrek aan seksuele activiteit. Mandy voelt zich machteloos en troost zich met het feit dat haar relatie met Jill tijdens haar borstkanker enorm is verbeterd. Het is iets waar ze al die tijd naar heeft verlangd, maar niet kon bereiken vanwege Pete's controle over haar.

Kort geleden, tijdens een routineonderzoek, werd er een donkere vlek ontdekt op Mandy's sleutelbeen. De diagnose van botkanker werd gesteld. Ze ondergaat slopende rondes van chemische medicatie om de ziekte te stabiliseren, met de nodige bijwerkingen. Haar leven draait nu om ziekenhuisbezoeken en eindeloze behandelingen, een angstige strijd voor haar tegen de ziekte die haar toekomst bedreigt.

Chris is 48 jaar en is getrouwd met Dan, een rijke zakenman. Ze hebben samen twee zoons. Het lijkt alsof Chris alles heeft wat ze maar kan wensen. Ze hoeft niet te werken want haar man zorgt voor de luxueuze levensstijl van het gezin, zonder financiële zorgen. Haar schoonheid straalt van veraf en ze ziet er altijd perfect verzorgd uit met dure sieraden en designer outfits. Hun huis is een uitgestrekte villa en ze rijdt met een gloednieuwe Mercedes. In het geheim voor de buitenwereld worstelt Chris evenwel met lichte gezondheidsproblemen. Ze heeft al een aantal jaren last van osteoporose, maar dankzij regelmatige

behandelingen en supplementen die haar arts voorschrijft, weet ze het draaglijk te houden. De enkele keren dat ze heftige pijn ervaart en niet soepel kan bewegen, zal ze nooit onder de mensen komen want daar is ze te trots voor. Ondanks haar luxueuze leventje vindt Chris veel genegenheid in haar vriendschap met Amy, haar reflexologie therapeute waar ze elke twee weken langsgaat. Hoewel Amy een professionele grens tussen haar privéleven en haar praktijk handhaaft, heeft ze in de loop van de tijd een hechte band met Chris opgebouwd. Zo heeft Chris ondertussen ook Jolene en Mandy leren kennen en delen de vier dames een hechte en diepe vriendschap.

Op warme zomerdagen nodigt Chris haar vriendinnen graag uit voor poolparty's, waar ze kunnen loungen bij het zwembad en bijkletsen, ondertussen genietend van een glas champagne. Chris koestert deze momenten die ze met hen doorbrengt. Ze vertrouwt hen door en door en heeft hen de worstelingen en eenzaamheid in haar ogenschijnlijke perfecte leven toevertrouwd.

Aangezien Dan voor hun financiële behoeften zorgt, is hij vanwege zijn veeleisende baan bijna nooit thuis. Hierdoor voelt Chris zich eenzaam en losgekoppeld van hem. Chris plant daarom frequente etentjes met haar zonen in de meest exclusieve restaurants van het land. Geen enkel bedrag aan geld of materiële bezittingen kan evenwel haar gebrek aan eigenwaarde, dat voortkomt uit een eenzaam en onbevredigend huwelijk, verhelpen.

Ook wanneer ze Dan vergezelt naar werkevenementen, voelt ze zich niet op haar gemak en oninteressant tussen zijn collega's die zich alleen maar op zakelijke gesprekken richten. Dan's gedrag helpt niet mee door haar kennis en intelligentie te kleineren in het bijzijn van anderen.

Ondanks alle materiële bezittingen en pogingen om de schijn op te houden, kijken de drie vriendinnen door haar façade heen. Ze bieden haar een veilige plek waar ze zichzelf kan zijn zonder oordeel en ze weten dat Chris diep van binnen verlangt naar