

Hoe geef ik mijn leven zin, iedere dag weer?
Welke spirituele vormen en rituelen geven diepte aan mijn bestaan?
Deze vragen vormen de leidraad van *Ik leef positief*.

Ik leef positief laat de enorme diversiteit en rijkdom aan oplossingen zien, die mensen voor zichzelf creëren. Het boek is bedoeld als oriëntatiehulp en uitdaging: Zou dit ook iets voor mij zijn?

Mensen die geconfronteerd zijn met hiv/aids vertellen over hun zoektocht naar de zin van hun bestaan en naar vormen van spiritualiteit die bij hen passen. De interviews en foto's voeren langs christelijke, boeddhistische, atheïstische, islamitische en New Age antwoorden op de grote levensvragen. Zo divers als hun antwoorden, zijn de achtergronden van de 24 vrouwen en mannen. Ze zijn tussen de 24 en 72 jaar, met homo-, hetero- en biseksuele leefstijlen, autochtone Nederlanders en nieuwkomers uit landen als Mexico, Suriname, Afrika, de Verenigde Staten en Iran.

Daarnaast biedt het boek een reeks wegwijzers om lezeressen en lezers bij eigen keuzes te ondersteunen. In het oerwoud van het spirituele aanbod in Nederland is het geen overbodige luxe om je er van bewust te zijn welke keuzemogelijkheden er zijn en hoe je je eigen weg kunt vinden.

Dit boek is voor iedereen die belangstelling heeft voor de zin van het leven en een levensvriendelijke spiritualiteit.

Mensen die geconfronteerd worden met hiv/aids en mensen die met een andere ernstige ziekte leven zullen de meeste thema's herkennen.

Professionals en vrijwilligers in de hulpverlening rond mensen met een levensbedreigende ziekte krijgen inzicht in hoe hun cliënten omgaan met de grote levensvragen.

Maar je hoeft niet met ziekte te maken te hebben om je door dit boek te laten inspireren.

Spiritualiteit en zingeving kunnen een leven in elke fase verrijken.

Inga Mielitz is theologe en projectleidster van Bureau *ShivA*. *ShivA* ondersteunt aidsorganisaties en individuele mensen bij vragen rondom Spiritualiteit, *hiv* en Aids.
Marjolein Annegarn is fotografe en gespecialiseerd in portretfotografie.