

The Pity Party

Vivian Mac Gillavry
The Pity Party

Rietveld Uncut 2021

*Resilient Bodies: Strategies and Practices for Fluid
Embodiments*

Stedelijk Museum Amsterdam
Gerrit Rietveld Academie

Voorwoord

Een van mijn grootste angsten tijdens mijn studie aan de Gerrit Rietveld Academie was het maken van werk met heftige persoonlijke gebeurtenissen als onderwerp.

Ik denk dat het gevoel van slachtofferschap mij tegenstaat. Dat het aandacht geven aan een naar onderwerp mij doet denken aan een vorm van zelfmedelijden of therapie.

Stel dat mensen zich dan verplicht voelen het werk mooi of goed te vinden. Want mag je iets dat zielig is, wel lelijk vinden?

Ik besprak de angst voor het delen van persoonlijk leed, dat ik beschreef als *'pity party'*, met een docent. Hij luisterde naar wat ik zei en reageerde met de volgende zinnen:

"We all deal with the deep feelings. Death, love, politics, sex, loneliness. When you go into those things, indeed via your own emotions, you hook up to universal emotions

that we all deal with. So that which might feel very private, is by extension also very universal and made for us all.”

Een vierpersoonskamer

“Zou je niet toch liever op een tweepersoonskamer willen liggen?”, vraag mijn moeder.

“Nee, dan zit je zo dicht op elkaar”, antwoord ik.

Ik denk aan de rondleiding die ik kreeg van de verpleegkundige. Zodra we de tweepersoonskamer in kwamen, begon de man in het bed aan het raam tegen me te praten. Hij vertelde hoe lang hij er al lag. Hoelang hij nog moest blijven. Hij vroeg waarom ik werd opgenomen. Waar ik vandaan kwam. Hoe oud ik was. Toen we de kamer verlieten vroeg ik of er nog een andere kamer beschikbaar was.

“Maar nu moet je met vier mensen een kamer delen. Dan heb je nog minder privacy.”

“Ik denk het niet”, zeg ik. “Nu ben ik juist anoniemer dan wanneer ik maar één kamergenoot heb.”

“En dat je minder ruimte hebt nu vind je niet erg?”,
vraagt mijn moeder terwijl ze mijn spullen in het kastje
naast mijn bed zet.

“Ik mag toch alleen maar in dit bed liggen”, antwoord ik.

Je hebt maar weinig ruimte nodig als de wereld zich in je
hoofd afspeelt.

Het gordijn

Het gordijn dat voor de vorm wordt dichtgeschoven om meer privacy te geven, houdt de woorden van de arts niet tegen. Iedereen in mijn kamer weet dat ik hier lig met May Turner Syndroom en trombose. Wat dat precies inhoudt weten ze misschien net zomin als ikzelf.

Wel weten ze dat ik niet naar de wc kan en dat ze daarom een katheter gaan plaatsen. Ook weten ze dat het niet zeker is of de stents geplaatst kunnen worden. En dat het steeds moeilijker wordt om bloed af te nemen omdat mijn aderen genoeg hebben van de naald.

De arts vraagt of hij het gordijn weer open zal doen. Ik zeg dat het me niet uitmaakt maar ik hoop eigenlijk dat hij het dicht laat. Het uitzicht op de apparaten die de kamer vullen geeft me geen plezier en ik word ongemakkelijk van de blikken van de vrouw tegenover mij. Zij kan wel zonder hulp naar de wc en ook die geluiden worden niet door het gordijn tegengehouden.

De arts kiest ervoor om het gordijn open te doen. "Dan kun je een beetje om je heen kijken."

Tien in het stopcontact

Na een paar dagen in het ziekenhuis wordt er een man met diabetes binnengebracht. Waarvoor hij precies op de afdeling ligt weet ik niet. Aangezien ik mij zo min mogelijk met de andere patiënten wil bezighouden, besteed ik nauwelijks aandacht aan hem. Dat lukt goed tot het moment waarop hij zichzelf een insuline-injectie geeft en plotseling hevig begint te bloeden.

Het bloed blijft maar gutsen en hij richt zich, in een voor mij onbekende taal, tot mij. Ik wil hem helpen maar hij verstaat mij niet in het Nederlands en niet in het Engels. Ik kan mijn bed niet uitkomen. Ik mag niet bewegen. Ik lig aan apparatuur waarbij ik geen zittende houding mag aannemen.

De man begint te schreeuwen en ik doe met hem mee. Ik hoop dat de verpleegkundigen het horen. Ik blijf maar drukken op het knopje naast mijn bed en probeer de man vanuit mijn liggende positie duidelijk te maken dat hij hetzelfde moet doen.

De man is in de zestig gok ik. Ik vraag me af hoe lang de man al diabetes heeft. Hoe kan het zo mis gaan nu? Doet hij het thuis niet zelf? Misschien heeft hij wel per ongeluk een infuus losgetrokken. Ik wil hem uitleggen waarom ik zo stil op mijn rug blijf liggen. Ik voel me machteloos maar vooral asociaal. Alsof ik mijn bed niet uit wil komen om hem te helpen.

De verpleegster komt binnen en probeert de man te kalmeren maar ook zij spreekt zijn taal niet. Hij probeert uit bed te komen maar wordt steeds teruggeduwd door de verpleegster.

Nu de man en ik weer wat gekalmeerd zijn, slaan mijn gedachten op hol.

Stel dat er nu iets gebeurt?

Wat als er brand uitbreekt op de verdieping? Moet ik dan vastzittend aan al deze draden en apparaten de brandtrap vinden? Een absurd tafereel speelt zich af in mijn hoofd. Ik zie het voor me hoe ik me als een soort ontsnapte robot een weg baan door het trappenhuis van het ziekenhuis. Draden die een spoor vormen door de gangen. Apparaten

die piepend en alarmerend achter mij aan rollen. Hoe ze vast komen te zitten achter een drempel of een deurklink. De gedachte voelt zowel komisch als beklemmend.

Ik werp een blik op de plekken waar ik vastzit aan apparatuur. Vanuit deze houding tel ik er vier in mijn lichaam en tien in het stopcontact.

Staan, liggen, lopen

Ik lig te wachten op haar komst.

De vragen heb ik in mijn hoofd al verschillende keren nagelopen.

De arts komt naast mijn bed staan.

Op al mijn vragen wil zij geen vaststaand antwoord geven.

Voorlopig kunnen we nog niet zeggen of de behandeling aanslaat.

De resultaten zijn te uiteenlopend per patiënt.

We moeten afwachten hoe de behandeling verder verloopt.

Ik blijf met onbeantwoorde vragen liggen terwijl zij naar het volgende bed toeloopt.

Die nacht lig ik wakker van de dingen waar je vooral 's nachts tegen aanloopt.

Er lijkt altijd wel iemand een knop in te drukken.

Ik lig in bed. Mijn rechervoet steekt onder de deken uit. Vanuit mijn bed kan ik een beetje de gang inkijken. Ik zie een stukje van een deur. Achter de deur bevindt zich een kamer waar de verpleegkundigen pauze houden.

Net buiten mijn zicht bevindt zich de balie. Ik hoor geluiden uit de gang komen. De telefoon. Het karretje met eten dat langs de kamers gaat. Of het belletje dat afgaat bij de receptie wanneer patiënten op het knopje naast hun bed drukken. Er licht dan een lampje op. Soms duurt het dan nog even voordat de verpleegkundige langskomt. Er lijkt altijd wel iemand een knop in te drukken.

Eén vrouw die op mijn kamer ligt, drukt vaak op het knopje. Soms voor een pijnstiller. Soms omdat ze de tv niet aankrijgt. Soms omdat ze de gordijnen verder open wil. Of juist dicht. Wanneer ze naar de wc moet, zijn er drie verpleegkundigen nodig. Ze moet vaak naar de wc.

Dat de vrouw het knopje veel gebruikt, merk ik op uit de reacties van de verpleegkundigen. Ook al blijven ze beleefd. De uitspraak van haar naam is anders dan bij de andere patiënten. De klemtoon ligt anders. Er zit een zucht in haar naam. “Mevrouw Heijboer, zegt u het eens.”

Ik begin het koud te krijgen. Ik zou de deken over mijn voet heen willen trekken.

Ik kijk om mij heen. Al mijn kamergenoten liggen in bed. Allemaal mogen ze hun bed niet uitkomen. Sommigen liggen compleet stil. Anderen mogen iets overeind komen. Of hun benen over de rand van het bed hangen.

Ik wil de verpleegkundige vragen of ze de deken weer over mijn voet kan trekken. Een paar uur geleden vroeg ik haar of ze de deken kon terugslaan. Sindsdien heeft mevrouw Heijboer al drie keer op het knopje gedrukt.

Ik druk het knopje in.

Na een paar minuten komt een verpleegkundige de kamer zuchtend binnen. “Mevrouw Heijboer, zegt u het eens.”

Liggend op mijn buik zie ik weinig

Ik lig op mijn buik. Voor het eerst in dagen lig ik in een andere houding. De artsen gaan een nieuw apparaat uitproberen. De verkoper van het apparaat is zelfs op zijn vrije dag naar het ziekenhuis gekomen om het te testen.

“Het doet geen pijn”, zegt de arts. “We verdoven je plaatselijk. Je voelt er niks van.”

Liggend op mijn buik zie ik weinig. Ik kijk naar de schaduwen die op de muur bewegen.

“We gaan nu je ader in vanaf je knieholte. Daarna brengen we het apparaatje je ader in”, zegt de assistent. “Ik denk dat ik het niet hoeft te weten”, antwoord ik.

De tijd verstrijkt. Het lijkt eindeloos te duren. Hoewel ik blij ben met de afwisseling van omgeving.

Ik voel een steek in mijn heup.

“Ik voel iets”, zeg ik tegen de assistent.

“Wat voel je?”, vraagt ze.

“Ik voel een steek. En nu weer.”

De schaduwen lijken sneller te bewegen. Er komt een schaduw bij.

“Het zit vast”, hoor ik een van de artsen zeggen.

Zijn stem klinkt bezorgd.

Weer voel ik een scherpe steek.

“Het doet pijn”, zeg ik wat luider.

“Dit werkt niet”, zegt de arts. “Het zit vast.”

Ik hoor hoe hij de verkoper van het product toespreekt.

De verkoper zegt dat ze het nog een keer moeten proberen. “Dat gaan we niet doen”, antwoordt de arts.

“Gaat het fout?”, vraag ik de assistent.

Een van de schaduwen komt dichterbij. Het is de arts.

Hij komt voor mij staan. Hij probeert me gerust te stellen.

Ik probeer mijn hoofd iets op te richten. Om hem aan te kunnen kijken. Ik zie iemand staan die bedekt is met bloed.

Hij heeft door dat ik schrik. “Geen zorgen. Er spoot wat meer bloed uit dan we verwachtten toen we de ader ingingen. Maar dat is juist goed nieuws hoor. We gaan stoppen met deze nieuwe methode. Maar we gaan nog even door op de oude manier.”

De schaduwen gaan weer aan het werk.

Na wat ik denk dat een uur is, komt de arts weer voor mij staan.

“Nou het is aardig gelukt. We hebben veel stolsels kunnen verwijderen. Een behoorlijke zak vol. Wil je ze zien?”

Hoe gaat het hier?

Ik lig op mijn rug naar het plafond te staren. Het is de vijfde dag dat ik in deze houding moet stilliggen.

De geluiden van de afdeling begonnen net een beetje te wennen. De piepjes. Het onafgebroken gezoem van de apparaten als een constante melodie op de achtergrond.

Maar vandaag klinkt alles anders. Elke piep voelt als naaldenprikjes in mijn huid. Het gezoem zorgt voor een constante dreun in mijn hoofd.

Ik lig dagenlang in bed maar slapen lukt niet meer. Hoe langer ik lig hoe wanhopiger ik word. Alles doet pijn maar een andere houding aannemen mag niet.

Het apparaat piept weer. Een rilling loopt over mijn rug. Ik vind het tikken van een klok vaak al storend. Voor sommigen een verwaarloosbaar achtergrondgeluid, voor mij een constante afleiding. Een continue ruis.

De verpleegkundige komt binnenlopen. “Hoe gaat het hier?”, vraag ze. Ze komt naast mijn bed staan. Terwijl ze iets van een apparaat afleest, voel ik ineens een traan over mijn wang glijden. “Niet zo goed”, antwoord ik. “Ik wil slapen maar het lijkt wel alsof ik het niet meer kan. Alsof ik niet meer weet hoe dat moet.”

Ze kijkt me even aan. “Dat kan ik me voorstellen”, zegt ze. “Ik geef je wel iets om te kalmeren. Misschien dat je dan wel kunt slapen.”

Terwijl ik naar het plafond lig te staren voel ik me langzaam rustig worden. Misschien door de pil.

Misschien is het placebo.

Ik probeer me voor te stellen dat het gezoem en geruis het geluid van de wind in de bomen is. Dat ik op mijn rug in het gras lig. Ik stel me voor dat het licht van de tl-buis het zonlicht is. Ik sluit mijn ogen en langzaam voel ik me wegglijden.

Gelukkig, denk ik. Ik weet nog hoe het moet.

De medische wetenschap

Met haar vingers drukt ze tegen mijn hals.

Het doet pijn. Uit een reflex sla ik haar hand weg.

“Niet doen!”, roept ze terwijl ze hard haar vingers tegen de wond drukt. “Ik moet het dichtdrukken, anders stopt het bloeden niet.”

“Hoe lang moet u dat doen?”, vraag ik haar. Ik doe niet mijn best te verbergen dat ik hoop dat ze snel weggaat.

“Minimaal een half uur”, antwoordt ze.

45 minuten lang staat ze met haar vingers in mijn hals gedrukt. In stilte.

De medische wetenschap is gek, denk ik terwijl ik mijn best probeer te doen haar vingers te negeren. Ze kunnen via mijn halsader een stent ter hoogte van mijn navel plaatsen. Maar daarna moet er iemand drie kwartier je wond dichtdrukken.

Douchekop

Wanneer ze me aan het wassen is, vraagt ze wat ik doe voor werk. Terwijl we een gesprek voeren over mijn studie en baan geeft ze me een washandje aan en besproeit me met de douchekop. Ik zit op een krukje dat onder de douche is gezet en geef netjes antwoord op haar vraag.

Ik probeer een vraag te bedenken die ik aan haar kan stellen.

“Hoe lang werk je al als verpleegkundige?” Terwijl ik maar half luister naar haar antwoord bedenk me hoe raar het is om dit gesprek te voeren terwijl ik naakt op dit krukje zit. Hoe ik nooit eerder zo volledig naakt ben gezien door iemand wiens naam ik niet eens weet. Ik wil me eigenlijk beter schoon maken tussen mijn benen. Maar dan moet ik haar vragen om daar de straal van de douchekop op te richten.

“Wil je altijd al verpleegkundige worden?”

Heb je nog vragen?

“Hoe zit het eigenlijk met de interactie tussen drugs en mijn medicatie?” Vraag ik aan de hematoloog.

Ze stopt met tikken op haar toetsenbord en kijkt me onderzoekend aan. “Gebruik je veel drugs?” Ik denk even na. “Niet echt. Met bijzondere gelegenheden wel eens. Oud en nieuw of Lowlands bijvoorbeeld. Dus nee, niet veel maar mag ik dat nu nooit meer doen dan?”

“Ik zou sowieso iedereen aanraden om geen drugs te gebruiken. Maar in jouw geval al helemaal.”

“Snap ik. Maar stel ik zou het toch één keer per jaar nog willen doen. Hoe gevaarlijk is dat dan qua interactie?”

“Dat soort onderzoek is niet waaraan het geld in de medische wetenschap wordt besteed.”

Peter

Ik zit tegenover hem. We weten allebei wat we moeten zeggen. Dat het niet meer gaat. Dat we zo niet langer verder willen. Dat we wel vrienden willen blijven.

Ik wist het al voordat ik ziek werd. Hij wist het ook. We hadden zelfs de datum al geprikt. Zodra hij terug zou zijn in Nederland zouden we het gesprek erover voeren. Niet meteen diezelfde week. Dat zou zo ongezellig zijn. We zouden eerst verhalen uitwisselen. Hij zou mij mee uit eten nemen. Ik zou hem vragen naar zijn reis.

In de twee weken dat hij weg was had ik het besluit genomen. Ik had het zelfs op papier gezet. Hoe moeilijk het ook zou zijn. We hadden het lang geprobeerd. Vier jaar. De meeste heel gelukkig ook.

Ik was bang dat ik mijn beste vriend zou verliezen. Hij had dezelfde angst.

In het restaurant voelde het gesprek vervreemdend. Ik was nooit eerder beleefd tegen hem geweest. Hij stelde meer vragen dan hij normaal deed.

Die avond voelde ik me niet lekker. We sloegen het toetje over. Terwijl we naar zijn huis fietsten, merkte hij op dat ik nog langzamer fietste dan normaal. Eenmaal bij hem thuis voelde ik me koortsig. De volgende dag werd ik zwetend wakker. Mijn lichaam deed pijn. Mijn hoofd bonkte. Mijn buik voelde opgeblazen en mijn been klopte.

Drie dagen later werd ik opgenomen. Diezelfde dag zocht hij me op in het ziekenhuis. Een dag later weer. Op dag vijf kende de afdeling hem bij naam. Elke dag probeerde hij mij af te leiden. Hij nam boeken mee. En bloemen. En chocola die ik niet at. Hij stelde meer vragen dan normaal. Hij was de enige die mij een beetje aan het lachen kreeg.

En nu zitten we tegenover elkaar.

“Weet je echt zeker dat je het nu wilt uitmaken?”, vraagt hij. “We kunnen ook wachten tot je wat meer hersteld bent.”

Snooze

De wekker gaat. Mijn mobiel trilt ervan. Hij ligt met het scherm naar beneden op de rand van de glazen tafel.

Ik lig op de bank. Ik zie mijn mobiel oplichten vanaf de onderkant van de tafel. Het licht van het scherm maakt een afdruk op het witte kleed.

Zonder aanstalten te maken om de wekker uit te zetten, staar ik naar de rand van de tafel.

Mijn moeder komt binnen. “Je wordt gebeld”, zegt ze. “Ik hoor het”, antwoord ik. Ik heb geen zin om haar uit te leggen dat ze mijn wekker hoort.

Ik druk met mijn handen tegen de leuning van de bank. Ik hijs mijzelf omhoog. “Zal ik je ‘m aangeven?”, vraagt mijn moeder.

“Nee hoor, ik bel zo wel terug.”

Langzaam zwaai ik een been over de rand van de bank. Ik kijk door de glazen tafel heen of ik mijn schoenen ergens zie liggen. Mijn tweede been voegt zich bij het eerste. Zittend op de rand van de bank kan ik mijn mobiel pakken. Hij trilt nog steeds. “Nou, ze willen je wel graag spreken”, zegt mijn moeder terwijl ze naar de keuken loopt.

Ik steek mijn hand uit en druk de wekker op snooze. Ik pak een schoen van onder de tafel. Terwijl ik mijn veters strik, valt mijn oog op een van de folders die op het kleed ligt. *Ieder uur krijgen 11 mensen trombose!* Staat er met grote, blauwe letter op geschreven. Ik lees verder terwijl mijn hand zoekt naar de tweede schoen. *Per dag overlijden maar liefst 40 mensen aan trombose.* Luidt de ondertitel.

Met mijn schoenen aan zit ik op de rand van de bank. Mijn moeder komt de kamer weer binnen. “Ga je weer naar buiten?”, vraagt ze. “Ja. Ik ga een stukje wandelen”, antwoord ik.

“Je hebt net ook al gewandeld toch? Moet je niet wat langer rust houden?”

“Volgens de arts is het juist goed voor het been om veel te bewegen”, zeg ik.

“Zal ik met je meegaan?”, vraagt mijn moeder.

“Nee. Ik ga zelf wel even. Dan kan ik direct dat telefoontje beantwoorden.”

Mijn wekker gaat af.

We zijn weer 1.8 trombose patiënt verder, denk ik terwijl ik mijn jas aantrek.

13:00

“De meeste van mijn patiënten kiezen ervoor hun medicijnen ’s ochtends of ’s avonds bij hun maaltijd in te nemen. Wanneer neem jij ze nu in?”

“Om 13:00 uur.”

“Dat kan natuurlijk ook. Belangrijk is wel dat je ze altijd rond dezelfde tijd neemt.”

“Waarom neem je ze eigenlijk in om 13:00?” vraagt mijn moeder als we teruglopen naar de parkeergarage.

“Stel dat ik ze om 08:00 zou innemen bij het ontbijt en ik een keer uitga in het weekend. Dan moet ik dus mijn wekker om 08:00 zetten alleen daarvoor. Om 13:00 ben ik wel wakker.

Of, als ik ’s avonds een keer uiteten ga of op een feestje sta en ik ze vergeten heb mee te nemen, dan kan de avond dus niet uitlopen. Want dan moet ik terug naar huis om mijn medicijnen in te nemen.”

“Dat klinkt dan als een verstandig besluit van je” zegt mijn moeder terwijl ze haar arm om mij heen slaat.

Vijf keer vallen

Kijk uit met drugs en alcohol, staat er min of meer in de bijsluiter van mijn medicijnen. Dat betekent geen drugs en weinig alcohol omdat het verlies van controle het krijgen van een ongeluk vergroot.

Ik voel me een kind dat te horen krijgt dat het overal mag komen behalve in de kast waar de snoeptrommel staat. Het is het startschot om binnen 6 maanden de controle dusdanig te verliezen dat ik twee keer van mijn fiets val en drie keer van een trap.

Ik vraag me af waar deze zelfdeconstructieve nachten precies vandaan komen. Zat dat altijd al in mij? Wachtend om eens lekker los te gaan? Hebben meer mensen daar last van?

Ik vraag het aan een vriendin van mij die is gediagnostiseerd met een ingewikkelde lichamelijke aandoening.

“Ah, de ziekenhuisspeech” zegt ze. “Zodra ik hoorde dat ik veel rust moest nemen, een speciaal dieet moest volgen en vooral geen drugs mocht gebruiken, stond ik ineens elk weekend snuivend in een club in Amsterdam. En dat terwijl ik vóór mijn diagnose coke niet eens een interessante drug vond.”

Voor geen goud

“Welke sporten doe je?”, vraagt de arts.

“Alles wat u zojuist heeft opgenoemd”, antwoord ik.

De arts kijkt even op van zijn computerscherm.

“Oh. Dat is jammer” zegt hij. “De meeste van mijn patiënten zijn al wat ouder. Dus als ik zeg dat ze geen vechtsporten mogen doen, of niet mogen duiken, dan antwoorden ze dat ook voor geen goud te willen doen.”

Het zijn net tuinhandschoenen

Ik lig op mijn rug. Terwijl hij mijn broek uittrekt bedenk ik me dat ik niks heb gezegd over de steunkous die ik aan mijn linkerbeen draag.

De eerste weken na het ziekenhuis werd mijn been nog gezwachteld. Daar kwam Sara van de thuiszorg voor langs. Ik denk terug aan mijn eerste kennismaking met haar.

De bel gaat en terwijl ik de deur open doe om haar binnen te laten zegt ze. “Ik kom voor mevrouw Mac Gillavry, is zij thuis?”

Wel drie keer heeft zij haar excuses aangeboden die middag. “Normaal gesproken zie ik oude cliënten voor deze hulp.”

Na een aantal weken wordt mij een steunkous aangemeten. “De meeste van onze cliënten kiezen voor de variant in huidskleur.”

Ik heb dat nooit begrepen. Huidskleur. Een kleur die actief probeert onzichtbaar te zijn maar daardoor altijd extra opvalt. “Komen ze ook in zwart?”

Na een paar keer oefenen lukt het me om zelfstandig mijn kous aan en uit te trekken. Ze werden thuis bezorgd met speciale rubberhandschoenen om ze netjes aan en uit te kunnen doen en een zijde opzetstukje om ze over mijn voet te krijgen. Het zijn net tuinhandschoenen, vond een van mijn vriendinnen.

“Dus je moet die elke dag dragen?”, vraag hij.

“Ja. De eerste twee jaar in elk geval.”

“Ok. Mag ik hem nu dan wel uitdoen?”

“Ik ben mijn handschoenen vergeten.”

Tot iets positiefs

“Maar gelukkig mag en kan je nog heel veel dingen wel”,
zegt mijn broer.

We zitten aan de eettafel. Ik heb zojuist een opsomming
gegeven van de activiteiten die ik niet meer mag doen.
Kickboksen mis ik het meest.

*Ik weet dat hij het goed bedoelt. Ik weet dat hij zich
zorgen maakt. Ik weet dat hij mij probeert op te vrolijken.*

“I don’t fucking care dat er dingen zijn die ik nog mag”
roep ik hem toe. “Waarom zou ik blij moeten zijn
daarmee? Ik hoef het niet eens te horen ok?”

*Ik weet dat ik overdreven boos reageer op zijn pogingen
tot iets liefs. Tot iets positiefs.*

“Jezus! Ik probeer je alleen maar te wijzen op de
positieve kanten. Maar als jij lekker negatief wil doen
dan laat ik je wel.”

Drie jaar gaan er voorbij waarin mijn broer mij, op mijn verzoek, niet probeert op te vrolijken.

Drie jaar later formuleer ik wat ik toen nog niet kon uitleggen.

Bij elke stap die ik tijdens de herstelperiode meer kon zetten dan de dag ervoor, wezen mensen mij daarop. Elke keer dat mijn conditie weer een klein beetje beter werd, werd ik daarop gewezen.

Lief bedoeld. Naar om te horen. Want elke verbetering wees mij erop dat het nog steeds slechter was dan voor mijn ziekte.

Ik moest een nieuw lichaam leren accepteren. Eentje dat minder kon dan vroeger. Ik moest nieuwe leefregels hanteren.

Ik moest over dingen nadenken waar ik niet over na wilde denken. Over normale dingen zoals een lange wandeling maken of een avond uit. Normale dingen. Maar nu zonder de vanzelfsprekendheid van vroeger.

Het heeft maanden, zelfs jaren, gekost voordat ik weer kon genieten van de dagen zonder pijn.
Want op de dagen zonder pijn was ik boos dat ik daar blij mee moest zijn.

De wachtkamer

Mijn moeder neemt plaats in de wachtkamer. Ik loop naar de tijdschriftenbak. Opzoek naar iets dat geen VROUW Magazine of een autotijdschrift is. Wanneer ik een Quest heb gevonden ga ik naast haar zitten. Ik sla mijn benen over elkaar heen en het blad open.

“Meneer van den Berge?”

Alle aanwezigen kijken op. Ook al zit er maar één meneer van den Berge in de wachtkamer.

Met moeite komt de man die tegenover mij zit overeind. Hij is in de vijftig, schat ik. Ik neem de man in mij op. Dit is dus mijn medepatiënt, denk ik. Deze man die met vergeelde vingers zit te wachten op zijn controleafspraak met de vaatchirurg. Deze man waarbij ik op twee meter afstand de sigarettenrook ruik. Deze man die minimaal twintig kilo overgewicht heeft. Deze man die wellicht al in geen jaren meer aan sport doet.

Dweilen met de kraan open, denk ik terwijl ik kijk naar hoe meneer van den Berge richting de arts loopt.

Ik voel me schuldig over mijn gedachten. Ik voel me schuldig omdat ik een 'eigenschuld-denker' blijk te zijn. Ik voel me schuldig over de dingen die ik zelf ook niet doe. Of juist wel. Over de dagen waarop ik urenlang zit. De nachten waarop ik toch een trekje neem. Over de kilometers die ik te veel afleg. Over de kilo's die ik te zwaar til. Of wanneer ik met mijn benen gekruist zit.

Links op de helling

Eén voor één loop ik het lijstje af. Kauwgom, zonnebril, muntjes. Vergeet ik iets? Een powerbank. Mijn mobiel natuurlijk. Als het nog in het tasje past ook een poncho. Misschien gaat het vanmiddag regenen. Mijn medicijnen neem ik vast in anders moet ik die strip ook nog erin proppen.

“Ben je zo ver?”, roepen mijn vrienden. “Yes, ik kom eraan! Even checken of ik alles heb!”

Ik rits de tent dicht en sluit hem af met een slotje met een cijfercode. Dat is vooral symbolisch. Iemand die zijn best doet kan nog steeds de tent in.

We lopen de camping af. Richting het terrein. In de verte hoor ik al een dreunende bas. Voorzichtig loop ik over de vlonders, ik probeer de plassen en modderkuilen te ontwijken. Het ruikt naar houtsnippers en verschaald bier.

We lopen stevig door en halen groepen aangeschoten festivalgangers in. Het is 12:30. We lopen langs tentjes waar gesnurk uit komt.

De rij bij de hoofdingang valt mee. Na een korte controle, waarbij ik alles weer uit mijn tasje moet halen, lopen we het terrein op.

Na een flink stuk lopen komen we bij het grootste podium aan. Het is druk en de tent begint vol te raken.

“Zullen we een beetje vooraan gaan staan?”, vraagt één van mijn vrienden. Vanaf de zijkant van de tent proberen we ons een weg naar binnen te wurmen. Los van de boze blikken die we krijgen toegeworpen lukt dat aardig.

“Als we snel zijn kunnen we nog het laatste stukje van FKJ meepakken”, roept iemand na afloop van het optreden. FKJ speelt aan de andere kant van het terrein. Ik voel mijn been protesteren.

“Gaan jullie maar. Ik wil straks naar een bandje in de Heinekentent dus ik blijf even in de buurt hangen.”

“Vind je dat niet erg dan?” vragen ze. “Nee ik denk dat het goed is om even te gaan zitten met m’n been.”

Ik zoek een plekje uit op de grashelling rechts van de tent. De mensenmassa begint zich weer te verspreiden over het terrein. Er staan mensen in de rij voor de eetkraampjes. Groepjes vrienden steken feestelijk versierde boomtakken de lucht in. Ze hopen dat hun verloren vrienden hen zo weer terugvinden.

Ik pak mijn mobiel uit mijn tasje. *Waar hang jij uit?* App ik naar de jongen die ik hoop tussen de 60.000 bezoekers tegen te komen. Vrijwel direct krijg ik een bericht terug.

Vlakbij de Alpha. Jij dan?

Ik zit links op de helling. Ongeveer ter hoogte van de voorste paal, app ik terug.

Ik kom eraan, stuurt hij.

Na vijf minuten zie ik hem de helling oplopen met twee biertjes in zijn handen. Terwijl hij naast me komt zitten, vraagt hij waar de rest van mijn vriendengroep is. “Die zijn richting de Bravo tent gelopen”, zeg ik. “Ik kreeg last

van mijn been dus vandaar dat ik even aan het chillen ben. Zij zijn wat minder van het tussendoor zitten.”

Hij kijkt me aan, neemt een slok van zijn bier en zegt: “Ik doe niets liever dan tussendoor even zitten.”

Het is net koffiezetten

Ik sta in de keuken om thee te zetten als mijn mobiel trilt. De app die mij herinnert dat ik mijn medicijnen in moet nemen. Eerst nog even die mail afschrijven, denk ik, terwijl ik terugloop naar mijn laptop.

Tien minuten later trilt mijn mobiel weer. Ik sta op. Loop naar de badkamer en pak een pillenstrip uit mijn toilettas. Ik loop terug naar de keuken. Ik schenk het kokende water in mijn theekop. Mijn mobiel trilt. Dit keer word ik gebeld.

Ik leg de pillenstrip neer en zet de theekop op tafel. Al bellend, loop ik door het huis. Na een kwartier hang ik op. Ik ga weer achter mijn laptop zitten.

Na vijf minuten trilt mijn mobiel. De app herinnert mij voor de vierde keer aan mijn medicijnen.

Ik kijk naar de pillenstrip die voor mij ligt. Er zitten nog vijf pillen in. Waren het er zes?

Ik loop mijn stappen na.

Ik had de strip in mijn hand. Ik was aan het wachten tot mijn thee was afgekoeld om de pil te kunnen nemen.

Toen werd ik gebeld. Ik nam daarna de pil in. Of was dat gister?

Snel slik ik een paar keer. Misschien voel ik de pil nog zitten in mijn keel.

Het is net koffiezetten, denk ik. Je doet een cupje in de machine terwijl je bent afgeleid. Direct daarna weet je niet meer of je er al een cupje in hebt gedaan.

Alleen is koffiezetten niet zo gevaarlijk, denk ik.

Ik denk na. Ik was mijn mail aan het lezen. Ik had links van mijn laptop mijn theekop staan. Ik liep nog naar de thermostaat om de verwarming hoger te zetten. Ik ging weer zitten. De thee was nog te warm. Of had ik die nog niet gezet? Ik hoorde de post op de deurmat vallen. Ik liep naar de gang. Terwijl ik de post doornam, nam ik een slok van mijn thee.

Ik staar naar de strip. Zal ik er nog eentje nemen voor de zekerheid? Ik weet niet wat gevaarlijker is. Een dag overslaan of een dag een dubbele dosis.

Ik besluit dat ik een pil heb genomen.

Zo snel mogelijk

Mijn vriend komt de kamer binnen. Hij loopt al kijkend naar zijn laptop richting de tafel. Op tafel ligt de afspraakbevestiging van het ziekenhuis.

“Ik heb de afspraak met het ziekenhuis verplaatst. Ze sturen nu een nieuwe optie ergens in april”, zeg ik.

Mijn vriend kijkt op van zijn laptop. “Hoezo heb je de afspraak afgezegd? En waarom kunnen we pas in april?”

“Ik kon niet op de datum die ze hadden voorgesteld, en het zal wel druk zijn in het ziekenhuis denk ik.”

“Hoezo heb je dat niet met mij overlegd?”

Verbaasd door de boze toon van mijn vriend kijk ik op uit mijn boek. Ik begrijp niet waarom hij er een probleem van maakt.

“Ik kon zelf niet dus er was niet veel te overleggen toch?” Terwijl ik de zin uitspreek bedenk ik me dat het wellicht wat bits overkomt. Maar ik erger me ook aan het feit dat ik ineens iemand anders dan mijzelf moet betrekken bij het maken van ziekenhuis afspraken.

“Ik dacht dat ik mee mocht naar het ziekenhuis. Het gaat toch ook over mij? Of wil je alleen met de gynaecoloog spreken?”

Ik wil überhaupt niet met een gynaecoloog spreken, denk ik terwijl ik een bladzijde van mijn boek omsla. “Ik snap dat het jou ook aangaat in dit geval, maar ik was me niet bewust van het feit dat de afspraak voor jou zoveel haast had.”

“Nou als blijkt dat het gezien jouw lichamelijke situatie niet mogelijk is om zwanger te worden, dan kunnen we dat maar beter zo snel mogelijk weten toch?”

Een actieve wens

Ik kijk naar het papieren koffiebekertje op de rand van het bureau. Het scherm van haar computer staat half naar mij toe gedraaid. Ik kan het net niet lezen zonder mij te opvallend naar voren te buigen. Haar vingers razen over het toetsenbord. Tussen elke vraag van haar en elk antwoord van mij schrijft ze zo snel mogelijk mijn antwoorden op in mijn dossier.

Ik wil haar iets vragen maar bedenk me dat ik haar dan stoer tijdens het schrijven. Mijn blik valt op haar naamkaartje. Ik probeer haar naam te ontcijferen. Ik heb niet goed opgelet toen ze 'm net noemde. Ik zit net te ver weg om het te kunnen lezen. Ik beseft me dat ik misschien mijn blik op iets anders moet richten want ik staar nu al een tijdje naar haar borst. Ik vind het plaatsen van een naamkaartje op die plek eigenlijk maar ongelukkig gekozen.

“Goed, dus je hebt geen actieve kinderwens?”

Ik denk even na over de combinatie van het woord actief en kinderwens. Want wat houdt een actieve kinderwens precies in?

De wens is actief omdat ik nu in het ziekenhuis zit om de mogelijkheden en risico's voor de toekomst te bespreken.

De wens was al actief vanaf het moment dat ik met poppen ging spelen.

“Ik ben nu niet actief bezig met het proberen kinderen te krijgen”, antwoord ik. “Ook niet op korte termijn”, vul ik mijn antwoord aan.

“Maar mijn wens is wel actief.”

Het been.

Het been.

Zo heb ik mijn been maanden genoemd.

“Hoeveel mag ik bewegen en hoe lang mag ik maximaal achter elkaar stil zitten met het been?”

“Hoeveel pijn blijft het doen? Waar moet ik op letten wat betreft het been? Mag ik zware dingen tillen, mag ik het soms overbelasten en mag ik ermee in bad?”

Het bestempelen van mijn been als een ding los van mij creëerde voldoende afstand om het te observeren als iets nieuws. Een nieuw iets in mijn leven dat ik moest leren kennen, dat zich heel anders gedroeg dan mijn been. Niet per se als de vijand maar ook zeker geen vriend.

Mijn been zou namelijk nooit zoveel overlast veroorzaken. Mijn been deed altijd wat ik wilde of wat ik van mijn been vroeg. Mijn been deed ook wel eens pijn maar voornamelijk wanneer mijn been en ik hadden

gesport of wanneer mijn been en ik een afstapje niet goed hadden ingeschat.

Maar hét been deed heel iets anders. Het been werd dik en rood, moest worden geïnjecteerd en ingezwachteld. Het been eiste verzorging en aandacht en gaf daar pijn voor terug. Het been deed pijn als ik het negeerde en een dag lang in bed bleef liggen. Het been deed pijn als ik er mee ging lopen.

Wanneer het been weer mijn been werd, weet ik niet precies.

Mijn been gedraagt zich soms nog steeds zoals het been dat deed. Ook al is mijn been nooit meer mijn oude been geworden. Ik ben het meer gewend.

