

Hoofdstuk 4

22.10 uur

Als een fakir op een vliegend tapijt zoef ik soepeltjes door de gangen van het ziekenhuis. De twee verplegers die me vervoeren – eentje trekt aan het bed, de ander duwt – lopen zwijgend in de pas. Plotseling kwamen ze me halen, zojuist. De gordijnen schoven open en daar stonden ze, zij aan zij, twee paar brede schouders en strakke, ietwat vermoeide gezichten. Ik had even het gevoel dat ik toch iets fout had gedaan, zo streng als ze zich daar posteerden. Alsof ze van de beveiliging waren en zich opmaakten om me eigenhandig de verkoevertkamer uit te bonjournen. Ik kon me zo snel niet herinneren op welke wijze ik daar aanleiding toe gegeven zou hebben, maar misschien had ik in mijn half verdoofde staat alsnog iets gedaan. Obscene taal uitgeslagen of misplaatste avances gemaakt naar de gorgelende, hoestende man die aan de andere kant van het gordijn lag; dat ik nog wel iets had waar hij op mocht rochelen. Zoiets.

Ik moest denken aan wat mijn oma me ooit vertelde over de keer dat ze een nachtje ter observatie in het ziekenhuis verbleef. Ze kwam op een kamer te liggen met een praatzieke medepatiënte. Na urenlang het wezenloze gekwebbel te hebben aangehoord vroeg mijn oma minzaam om het adres van die vrouw. ‘Hoezo, wilt u me een kaart sturen? Wat attent,’ zei de praatzieke. ‘Nee, dat niet,’ gromde mijn oma. ‘Maar als u nu niet stil bent, kom ik u gegarandeerd thuis opzoeken. En dan schiet ik u overhoop. Duidelijk?’ Kennelijk kunnen mensen rare dingen doen en zeggen onder invloed van medicijnen. Ook zonder trouwens, maar dat terzijde.

Gelukkig werd ik nergens van beschuldigd door het tweetal. Ze knikten kort naar me en haalden mijn bed van de rem. Ik kreeg niet de kans om de vriendelijke verpleegster gedag te zeggen, want zonder omhaal werd ik de kamer uit gerold. De gang op, een lift in, een paar verdiepingen naar boven en de lift weer uit.

Nu zweef ik door een lange, schemerige gang. Het is dusdanig stil en verlaten dat ik me bijna niet kan voorstellen dat er achter al die gesloten deuren mensen liggen. Het voelt eerder als een leeg pakhuis, een onbehaaglijke opslagruimte of een gesloten kantoorpand zonder ramen. Het licht ratelende geluid van de wielen weerkaatst onheilspellend tegen de muren, die volhangen met schilderijen. Ik zie ze in een flits voorbijkomen. Kleurrijke, uitbundige taferelen. Lachende mensen, vrolijke dieren, bloemen met gezichten. De kunst is daarop uitgekozen natuurlijk. Alles in het teken van een *healing environment*. Opgevrolijkte patiënten genezen sneller, is het idee. Maar in de vaalgele nachtverlichting lijken het eerder spotprenten die mij ginnegappend nastaren. Omdat ze maar

al te goed weten wat me net overkomen is en ik nu getransporteerd word naar een eindbestemming die de algemene hilariteit op de gang alleen maar lijkt te vergroten.

Even vraag ik me af of ik niet in een hallucinerende droom ben beland. Ik kan nog steeds niet beseffen dat dit echt allemaal gebeurt. Het voelt alsof er een filter om me heen gewikkeld is, een scherm waardoor ik naar buiten kan kijken maar er niks bij me binnenkomt. Misschien schrik ik straks gewoon wakker in mijn eigen bed. Veilig toegedekt onder de dekens, het geruststellende geluid van de kerkklok in de verte die negen uur slaat. Met de eerste werkmails op mijn telefoon en het vertrouwde goedemorgen-berichtje van mijn lief, die al een uur aan het werk is. Het geluid van de grasmaai-er van de burens en het ongedurige miauwen van mijn kat, die na een nachtelijke strooptocht weer naar binnen wil. Gewoon. Thuis. Zoals thuis is bedoeld. En zoals ik het ooit met veel moeite heb weten te creëren, want dat thuisgevoel kwam bij mij niet vanzelf. Het duurde jaren voordat ik het voelde in mijn huis. In mijn leven. In mijn lijf zelfs.

Filosoof Pieter Hoexum zegt dat het thuisgevoel ergens in je huis hangt en dat je het moet zien te betrappen. De vakliteratuur zegt dat het thuisgevoel bestaat uit vier eigenschappen: je voelt het op een plek waar je jezelf terug kunt trekken, je in controle bent, je verbondenheid voelt en je jezelf kunt identificeren met de omgeving. De sociologie leert vervolgens dat het eigenlijk vooral een emotie is, die we allemaal nodig hebben om ons comfortabel te voelen in ons leven. Maar wat als je leven op zijn kop wordt gezet, en er noodgedwongen een nieuw leven ontstaat? Eentje waarin pijn, behandelingen en ziekte een nieuw normaal worden? Vertrouwd zelfs?

Begin dit jaar interviewde ik Nadia de Vries voor *NRC Handelsblad*. Ze is een jonge, veelbelovende schrijfster. Ze kreeg als kind te horen dat ze een zeldzame ziekte had waardoor ze mogelijk niet oud zou worden. Voor het interview spraken we af in haar favoriete stamkroeg in hartje Amsterdam. Terwijl ze bescheiden slokjes nam van haar thee, vertelde ze hoe ze zich als kind met haar lot had verzoend. Ze had zich ermee geïdentificeerd, had zich thuis gevoeld in haar zieke, gedoemde lijf. Zoals ze schreef in haar autobiografische boek *Kleinzeer*: 'Mijn lijk zou mooi en jong zijn en iedereen zou huilen, en ik zou nooit mijn examens hoeven maken, of mijn rijbewijs halen.' Totdat alles veranderde. Vanaf haar veertiende ging het dusdanig goed met haar dat ze tegen alle verwachtingen in genezen werd verklaard. Ze wist niet wat haar overkwam. Plotseling was er een toekomst, werden er dingen van haar verwacht en moest ze zichzelf op een andere manier waarmaken. Een beroepsopleiding, baantjes, sociale contacten. Dat wilde ze allemaal niet. Het ziek-zijn had een gevoel van erkenning gegeven, het maakte haar bijzonder. Ze was zich veilig en thuis gaan voelen in de schaduw van haar naderende einde. Dat de jonge dood uiteindelijk niet kwam, kon ze niet accepteren. Daarom probeerde ze die zelf op te zoeken, wat resulteerde in een aantal mislukte zelfmoordpogingen.

Het gesprek raakte me dusdanig dat ik het interview diezelfde nacht nog uitwerkte. Nadat het was gepubliceerd, heb ik het nooit meer herlezen. Het maakte iets in me los waar ik niet mee geconfronteerd wilde worden. Herkenning.

'We zijn er bijna,' zegt de vooroplopende verpleger ineens. Hij kijkt warempel even over zijn schouder en remt dan het bed

af als we twee klapdeuren naderen. Zijn hand reikt naar een grote, rode knop op de muur, die de deuren met een zoemend geluid doet opengaan.

‘Ben ik weer terug in het Moeder en Kind Centrum? Of op de afdeling gynaecologie?’ vraag ik.

‘Nee, je gaat naar een algemene zaal.’

Als de deuren zich achter ons sluiten, lijkt zijn pas ineens te versnellen. Alsof hij hoopt me van zich af te schudden. Ik vraag niet verder. Het maakt ook helemaal niet uit op welke afdeling ik kom te liggen.

‘Hier is je kamer,’ zegt hij dan, terwijl we vrij abrupt tot stilstand komen en mijn bed naar rechts wordt gemanoevreerd.

Nieuwsgierig richt ik me op en ik knipper met mijn ogen tegen het donker als ik naar binnen word gereden. Er wordt nog een laatste draai gemaakt en dan staat mijn bed weer stil, met het hoofdeinde tegen de muur.

De verpleger annex bodybuilder zet mijn bed op de rem en knikt weer naar me. ‘De nachtverpleging komt zo kennismaken,’ zegt hij. Zijn collega blijft een zwijgend contour op de achtergrond.

‘Bedankt voor het brengen,’ zeg ik dan maar.

‘Graag gedaan. Beterschap.’ Ze draaien zich om en lopen de zaal weer uit.

Dit is het dus. De zaal. Of eigenlijk een kamer, zie ik nu. Rechts naast me ontwaar ik in het gedempte licht een klein hoopje mens. Wat pluizig wit haar piept onder de hoog opgetrokken dekens vandaan. Op het ladekastje naast het bed staat een bosje treurige bloemen. De margrietten hangen gelaten naar beneden, de rozen ogen dof en broos. In de vensterbank erachter prijken een paar beterschapskaartjes. De

grootste staat in het midden, met bijna ongepast schreeuweringe letters: BETERSCHAP OMA!

In het bed tegenover die mevrouw, schuin tegenover mij, ligt een man met gesloten ogen. Hij heeft een smal gezicht met diep geëtste rimpels in zijn voorhoofd en wangen. Zijn rechterbeen ligt boven de dekens. Vanaf zijn enkel tot zijn heup zit hij in het gips. Botbreuken, denk ik. Het bed recht tegenover mij is gelukkig leeg. Links daarvan bevindt zich een wasbak. Gelukkig, water. Ik heb zo'n dorst dat ik bijna niet kan slikken. Ik hoor naderende voetstappen op de gang. Een snelle tred, weer iemand die haast heeft blijkbaar.

Een jonge vrouw in een wit uniform komt de kamer binnen en loopt doelgericht op me af. Haar zwarte haren zijn in een strakke paardenstaart naar achteren gebonden, wat haar mooie, hartvormige gezicht accentueert. 'Hoi, ik ben de nachtverpleegkundige,' zegt ze met gepast zachte stem. 'Als er iets is, kun je mij bellen. Je weet hoe het werkt?' Ze wijst naar de afstandsbediening.

Ik knik. 'Mag ik misschien wat drinken?' vraag ik. 'Sinds de operatie heb ik zo'n ontzettende dorst.'

'Dat komt door de narcose,' zegt ze, terwijl ze naar de kraan loopt en een glas vult. 'Neem maar kleine slokjes, zodat je lichaam een beetje kan wennen. Als je te veel drinkt, heb je kans dat je misselijk wordt.' Ze overhandigt me het glas.

'Weet je misschien of de dokter nog komt?' vraag ik dan. 'Ik heb haar nog helemaal niet gesproken na de operatie.'

'Klopt, het is erg druk. Ze komt bij je langs zodra ze tijd heeft.'

'En mijn vriend, is hij er al?'

'Je contactpersoon is ingelicht dat je wakker bent, maar

door de coronamaatregelen kan het wel even duren voor hij binnen is. Bezoekers mogen niet zomaar het ziekenhuis in en uit lopen. In de avonduren zijn er extra controles, met temperatuurmetingen en al.'

'Oké, ik snap het.'

'Het is nu trouwens geen bezoeker.'

'Hij moet dus gelijk weer weg?'

'Als jullie zachtjes doen, mag hij wel even blijven.' Ze glimlacht. 'Kan ik nog iets anders voor je doen voor ik verderga?'

'Mijn spullen,' bedenk ik ineens. 'Ik had een handtas bij me en natuurlijk kleren voor ik naar de ok ging. Weet je waar die zijn gebleven?'

'O ja. Even denken.' Ze knijpt haar ogen samen en scant de kamer af, van links naar rechts. Dan hurkt ze en kijkt onder mijn bed. 'Niet hier,' mompelt ze tegen zichzelf. Ze loopt naar het raam, langs de andere bedden. Ze speurt de vensterbank af en schuift een stoel opzij om ook daar onder te kijken.

'Zoekt u iets?' De man in het gips heeft zijn ogen halfgeopend en volgt de zuster tijdens haar zoektocht.

'Ja, de spullen van uw nieuwe kamergenote.' Ze lacht in mijn richting. Ik veer iets op om mezelf netjes voor te stellen, maar de man sluit zijn ogen alweer. Blijkbaar weet hij voldoende. De verpleegster loopt weer mijn kant op. Ze blijft voor mijn bed staan.

'Laat anders maar,' zeg ik zacht, maar ze is nog niet klaar.

In de rechterhoek staat nog een ladekastje. Ze schuift de lades een voor een open. 'Is deze van jou?' Ze haalt een versleten zwarte tas naar boven.

Ik lach opgelucht.

'Kleren zie ik trouwens niet, maar die heb je nu niet nodig,

toch?’ Ze werpt een blik op het operatiehemd dat ik nog aanheb.

‘Nee hoor.’

‘Goed.’ Ze legt mijn tas naast me op bed. ‘Hoe gaat het nu met je pijn?’

‘Redelijk.’

‘Als het erger wordt, moet je bellen. We kunnen je daar iets tegen geven.’

‘Bedankt, maar dat hoeft niet, hoor,’ zeg ik, maar half overtuigd van mezelf.

‘Prima. Tot straks.’

Haar gestalte verdwijnt met een bijna dansende zwaai de hoek om, alsof ze op weg is naar de bar om de volgende ronde drankjes te halen. Sommige mensen kunnen dat. Gewoon vrolijkheid uitstralen, ongeacht de omstandigheden. Als een soort basisemotie, een goed gewortelde boom met het hele jaar groene bladeren en lieflijk roze bloesem die nooit uitvalt.

Tot die groep behoor ik dus niet. Zorgeloos, ‘gewoon’ gelukkig kunnen zijn. Vroeger voelde het altijd alsof het ongeluk voortdurend op de loer lag, om van de kleinst mogelijke kans gebruik te maken om toe te slaan. Alsof het een kosmische regel is dat je met te veel geluk automatisch ook ongeluk aantrekt. Omdat het universum kennelijk elke uitschieter of disbalans wil corrigeren. Maar waar kwam dat idee vandaan toen ik nog zo jong was? Is dat soms iets calvinistisch, zit het in onze cultuur of opvoeding? De onbewuste overtuiging dat je niet onbezorgd mag zijn als mens, dat je ook hoort te lijden? Of komt dat in alle religies en culturen voor?

Hoogleraar klinische psychologie Paul Gilbert specialiseerde zich in de angst voor geluk en is de grondlegger van

compassiegerichte therapie, een methode om allerlei mentale klachten te verminderen. Volgens hem kun je angst voor geluk zelfs zien als een stoornis, die vaak samenhangt met depressies. Anderzijds heeft deze angst ook een functie. Want in een cultuur waarin harmonie als belangrijk wordt gezien, kan het streven naar je eigen geluk ten koste gaan van het bredere plaatje. In die context is een zekere gereserveerdheid en afstand bewaren ten opzichte van persoonlijk geluk een offering ten dienste van het algemeen welzijn. En los van het maatschappelijke aspect is die angst eigenlijk ook een vorm van zelfbescherming. Hij behoedt je voor het ongebreideld najagen van onhaalbaar geluk.

Maar ik wilde dat soort mechanismes te slim af zijn. Ik ging op zoek naar hendels waarmee ik de balans tussen geluk en ongeluk zelf kon manipuleren en controleren. Ik hield het ongeluk als een talisman binnen handbereik, om de aard en diepte van de dalen zelf te kunnen bepalen. En dat is wat ik zo herkende in het verhaal van Nadia de Vries: die sterke band met het ultieme ongeluk, de dood. Dat is waar ook ik me thuis voelde.

Het gewichtsverlies begon onopvallend en terloops. Mijn kleding zat wat losser, mijn gezicht werd wat smaller, maar alarmerend voor mijn omgeving was het niet. Pas in de zomer ging het snel. Tijdens de vakantie stond ik dusdanig laat op dat ik het gezamenlijke ontbijt kon overslaan. Lunchen deden we meestal apart en ook de tussendoortjes kon ik makkelijker ontwijken dan op school. Alleen het avondeten was een puntje, maar door erna een paar uur te sporten kon ik het aardig compenseren. Dat hield ik de hele zomer vol. Ik werd

er eigenlijk alleen maar beter in. Bij aanvang van het nieuwe schooljaar schrokken mijn vriendinnen zichtbaar van mijn nieuwe uiterlijk. Ook andere klasgenoten vroegen of alles wel goed ging, of er misschien iets ergs was gebeurd afgelopen vakantie. Voor mij was het duidelijk waarom ze dit vroegen: ze waren gewoon jaloers, omdat ik nu het dunst was van iedereen. Stakkers.

Sam wist het gelukkig wel op waarde te schatten, mijn dunne lijf. Hij kreeg steeds meer bewondering voor me. 'Je hebt het perfecte figuur. Net een model,' zei hij regelmatig, terwijl hij liefdevol mijn strakke buik en heupbotten streefde.

Maar dan was er nog mijn moeder. Zij had het natuurlijk als eerste door. Veel eerder dan ze had laten blijken. De eerste maanden was ze bezorgd geweest. Wilde ze met me praten en weten waar ik mee bezig was. Toen dat niks opleverde en ze me alleen maar dunner zag worden, kwamen de ruzies. Ze was kwaad. Op mij. Op iedereen. Omdat ik niet naar haar luisterde. Omdat niemand naar haar luisterde. Zelfs de dokter niet, waar ze me herhaaldelijk naartoe sleepte. Geen moment kon ze het laten rusten, en ze zocht wanhopig medestanders om mij te bereiken.

Op een woensdagmiddag, toen ik eerder vrij was van school, was het weer eens zover. 'Kom mee,' zei ze. 'Ik heb weer een afspraak gemaakt bij de dokter.' Voor de zoveelste keer inmiddels. De praktijk was een paar kilometer verderop, in het dorp waar wij vanuit ons huis in de polder op uitkeken. Aan de andere zijde van de akkervelden, langs de hoge dijk met daarachter de uitgestrekte uiterwaarden en het Haringvliet.

Het voelde bijna vertrouwd om weer in de wachtkamer plaats te nemen. De zilvergrijze grindvloer schitterde als een

rimpelloos wateroppervlak in het naar binnen vallende zonlicht. Ik betrapte mezelf erop dat ik het patroon herkende, dat ik precies wist waar een steentje ontbrak. Mijn moeder zat zwijgend naast me. Haar voet wipte ritmisch op en neer, alsof ze op de maat bewoog van een liedje dat ik niet kon horen. Onder de vensterbank stonden een kinderstoeltje en een laag tafeltje, waarop een puzzel en wat ander versleten speelgoed lagen. Op het tafeltje naast mij lagen een paar verjaardags tijdschriften. *Viva*, *Santé* en *Tina*. Hoeveel tieners zouden daar al doorheen hebben gebladerd, in afwachting van hulp bij hun problemen? Waren ze hier soms ook naartoe gesleurd door hun moeder omdat ze zich ongelukkig voelden? Overprikkeld, overgevoelig, onzeker, angstig? Omdat ze een hekel hadden aan hun veranderende lijf, of gek werden van alle verwachtingen die bij een bijna-volwassen leven kwamen kijken? Omdat het leven oneerlijk is en geluk zeldzaam, omdat je nooit weet wat je te wachten staat? Ze moesten eens weten. Dat ik eindelijk de oplossing had gevonden. De oplossing voor alles.

De deur van de spreekkamer ging open. Een bejaarde vrouw schuifelde langzaam naar buiten. Een log lichaam, gehuld in een donkere jas, gedragen door twee in zwarte kousen gehulde benen. Haar grijze haren waren in een slordige knot gebonden en van onder haar dikke wenkbrauwen keken haar ogen glazig de ruimte in.

Achter haar verscheen de dokter in de deuropening. Hij wenkte vriendelijk. 'Daar zijn jullie weer,' zei hij dapper glimlachend. 'Kom verder.'

We stonden op, gaven hem een hand en volgden hem de kamer in.

‘Zeg het eens,’ begon hij nadat we hadden plaatsgenomen. Hij keek van mij naar mijn moeder en weer terug. Alsof hij niet wist waarvoor we kwamen. Waarvoor mijn moeder kwam, voornamelijk.

‘Het gaat nog steeds niet goed,’ viel mijn moeder met de deur in huis. ‘Ze eet niet en ze wordt alleen maar dunner.’

De dokter trok zijn wenkbrauwen op.

‘Ziet u niet dat ze weer is afgevallen?’ ging mijn moeder door. De huisarts keek kort mijn kant op, maar leek niet onder de indruk. Ik hoorde mijn moeder steeds zwaarder en dieper ademen. ‘Ik wil weten wat er met haar aan de hand is en wat we eraan kunnen doen,’ eiste ze. ‘Ik ben doodongerust.’

‘Ik snap dat u vragen hebt,’ antwoordde de dokter rustig. ‘Maar laten we bij het begin beginnen.’ Net zoals de vorige keren richtte hij zich vertrouwelijk tot mij. ‘Vind je het goed als we hierover praten?’

Ik knikte bevestigend. Een andere keuze had ik toch niet.

‘Een paar weken geleden waren jullie hier ook, omdat je blijkbaar moeite hebt met eten,’ begon hij.

Ik keek hem zwijgend aan.

‘Je kon niet zo goed uitleggen waarom, behalve omdat je buikpijn had. Is dat nog steeds zo? Want je kunt ook buikpijn krijgen als je te weinig eet,’ probeerde hij.

Ik bleef hem blanco aanstaren.

‘Zal ik je anders een doorverwijzing geven voor een diëtist? Zij kan je wellicht helpen door je eetpatroon en voeding goed in kaart te brengen.’ Hij observeerde me van achter zijn vierkante bril.

In de heldere glazen zag ik de weerspiegeling van het raam,

dat uitkeek over de weidse polder. Ik draaide mijn hoofd om, richtte mijn blik naar buiten. In de verte kon ik ons huis zien liggen. Er trok een groep ganzen over. Helemaal vrij in een eindeloze, asgrijze lucht. Even wenste ik dat ik Nils Holgersson was. Dat ik me vast kon klampen aan zo'n lange, donzige hals om mee te liften, naar ergens ver hiervandaan. Het maakte me niet uit waarheen.

'Eigenlijk gaat het een stuk beter,' loog ik. 'Volgens mij ben ik juist aangekomen.'

'Dat is goed nieuws,' antwoordde de dokter hoopvol.

'Wat een onzin,' snoof mijn moeder.

'Echt wel,' benadrukte ik.

De dokter glimlachte.

'Ga dan eens op de weegschaal staan,' zei mijn moeder wantrouwend.

'Weegschaal?'

'Ja. Daar in de hoek,' wees ze.

'Laten we dat nou maar niet doen,' mompelde ik.

'Waarom niet?'

'Omdat ik geen zin heb om me uit te kleden waar jullie bij zijn.'

'Dan houd je toch je kleren aan.'

'Dan klopt het getal toch niet?' Ik beet op mijn lip. Stom. Dat had natuurlijk juist in mijn voordeel kunnen werken.

'Zie je nou wel dat je er obsessief mee bezig bent!' riep ze.

'Gewicht zegt niet zoveel,' greep de dokter in. 'Het gaat erom dat je voldoende voedingsstoffen binnenkrijgt en fit bent, zoals een jonge meid hoort te zijn. Voel je je goed?'

'Prima,' antwoordde ik schouderophalend.

'Dokter,' begon mijn moeder wanhopig, 'luister nou alstu-

blijft naar me. Ik ken mijn kind. Het gaat helemaal niet goed. Ze is graatmager en trekt zich steeds meer terug. Ze verzint allerlei smoesjes om het avondeten te missen. En als ze al aan tafel zit, prikt ze maar wat in haar eten zonder een hap te nemen. Ik word er niet goed van.’

Vanuit mijn ooghoek keek ik naar haar. Haar gezicht was strakgespannen, maar nog steeds jaloersmakend mooi. Dat blonde haar, die hoge wenkbrauwen, haar felle, blauwgroene ogen. Die ronde appelwangen en perfecte kin. Ik leek te veel op mijn vader om haar schoonheid te kunnen benaderen, laat staan te evenaren. Gelukkig ging het me daar ook niet meer om. Ik hoefde niet de mooiste te zijn, ik hoefde niks meer te bereiken. Als ik maar de dunste was.

‘Ik denk dat ze een eetstoornis heeft,’ zei mijn moeder.

‘Laten we niet op de zaken vooruitlopen,’ antwoordde de huisarts rustig. ‘Waarschijnlijk valt het allemaal wel mee. Iedere tiener heeft te maken met onzekerheden en gaat weleens op dieet. Dan is er niet meteen sprake van een echte stoornis.’

Mijn moeder zweeg. Ik keek schuin opzij. Hoofdschuddend sloot ze haar ogen en even voelde ik een steek medelijden. Misschien voelde ze zich wel net zo alleen als ik. Door het raam achter haar zag ik in de verte een donker lint naderen, in een speelse V-vorm. Daar waren de ganzen weer. Recht boven hen bevond zich een donkere wolk, die bijna onmerkbaar deze kant op dreef. Als een dikke wollen deken waaronder je veilig kon schuilen.

Het was zo makkelijk om af te vallen. Zo heerlijk simpel, overzichtelijk en veilig. Het maakte me intens rustig, alsof het gewichtsverlies me ook geestelijk verlichtte. Het gaf zo’n

voldoening en kick om te bereiken wat ik wilde. Ik hoefde me nergens anders meer druk om te maken, nergens anders aan te denken. Mijn lichaam was mijn eigen kunstwerk, waar ik eindeloos aan kon schaven om het tot slot helemaal uit te mergelen. Want zoals met alle creaties ging het niet om het eindresultaat, maar om het proces daarnaartoe. Mijn kunstwerk was nooit af: er kon altijd nog méér af.

Anorexia was voor mij geen ziekte, het was een oplossing. Het antwoord op alles waar ik niet mee kon omgaan. Eigenlijk het hele leven dus. Door mezelf te verdoven met de honger en het ergste onheil over me af te roepen hoefde ik nergens anders meer bang voor te zijn. Daarom hield ik zo van haar, mijn Anna, zoals ik de stem in mijn hoofd begon te noemen. Daarom wilde ik haar nooit meer kwijt. Toch heb ik uiteindelijk afscheid van haar moeten nemen, met pijn in mijn hart en lijf. Anders was ik er misschien niet meer geweest. Want hoewel ik de grens opzocht, was het niet mijn bedoeling om er echt overheen te gaan. De jaren erna waren het moeilijkst. Het opnieuw moeten vormgeven van mijn leven, verantwoordelijkheden aangaan en anders leren omgaan met mijn gevoelens en emoties. Maar stukje bij beetje is dat gelukt. Creëerde ik een nieuw thuis, een nieuwe veiligheid. Het langst duurde het kwijtraken van het wantrouwen tegenover het geluk in mijn leven. Durven geloven dat alles goed was en mocht zijn, zonder de angst om het weer te verliezen.

En nu dit. Deze dag, deze avond, de mogelijke diagnose die me boven het hoofd hangt. Plotseling sloeg het ongeluk dus toe, onverwacht, onaangekondigd. Misschien ging het dan toch te goed met me. Ik had het flirten met de dood afge-

leerd. Ik was gestopt met manipuleren en allerlei handelingen uitvoeren om grip en controle te houden. Maar ik weet diep in mijn hart dat als ik zou willen, ik altijd terug kan. Als een noodrem. Anna zal me met open armen ontvangen als ik haar weer opzoek. En het zou voelen als thuiskomen. Nog steeds.