



Anika Rooke

OVER THE BORDERLINE



Over the borderline

Anika Rooke



Avenir Publishing, Dordrecht 2023

Avenir Publishing

© 2023 Anika Rooke

Redactie: Eva Disselhoff, Jet Hoogerwaard

Ontwerp kaft en binnenwerk: Studio W&E

Auteursfoto: René van Hall

Coverfoto: Jaap Kloppenburg Fotografie

www.avenirpublishing.nl

Eerste druk

ISBN: 978 90 831189 32

NUR-code: 402

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, door middel van druk, fotokopie, microfilm, of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van uitgever en auteur. No part of this book may be reproduced in any form by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from publisher and author.

Dit boek is gebaseerd op mijn leven. Het is mijn verhaal, zoals ik het ervaren heb. Het kan zijn dat bepaalde gebeurtenissen door anderen anders beleefd zijn. Om ieders privacy te waarborgen zijn alle namen in dit boek gefingeerd. Ook uiterlijke kenmerken, achtergronden en bepaalde plaatsnamen zijn veranderd, zodat de personages waar ik geen contact meer mee heb nergens te herleiden zijn. Ik wil heel graag mijn verhaal delen om te vertellen wat het met mij heeft gedaan en wat ervan heb geleerd. Ik neem niemand iets kwalijk, ik heb begrip voor ieders beweegredenen en mening. Ik hoop dat dit andersom ook zo geldt.

Mama, dit boek draag ik op aan jou.
Ik mis je nog elke dag.

*Zie het leven dat je doorloopt als een rugtas vol bagage.
Onderweg neem je steeds meer mee of je gooit er wat uit.
Uiteindelijk zal je zelf die scheiding aan moeten brengen om
al die levenslessen die je opdoet te begrijpen en ermee om te
gaan. Troost jezelf, ik leer nog elke dag en zo hoort het ook.
Op een dag weet je wat wel en niet goed is. En dan nog.
Niet opgeven, want er is zoveel moois in het leven.*

Mama

Inhoudsopgave

Voorwoord	7
Proloog	10
Deel 1: 1991-2000	13
Deel 2: 2001	117
Deel 3: 2001-2002	169
Deel 4: 2002-2011	247
Deel 5: 2011-2016	281
Epiloog	323
Dankwoord	327
Fotoproject Psychische kwetsbaarheid	330
Lijnen op m'n lijf	331

Voorwoord

Voorjaar 2023

Anika en ik eten samen een hapje. Op een donderdagavond, zoals gewoonlijk. Mijn dochter laat opeens een kleine bom ontploffen.

‘Pap, wil jij het voorwoord schrijven voor mijn boek?’

‘Natuurlijk schat,’ zeg ik direct. Ondertussen vraag ik me in gedachten af of me dat wel gaat lukken... Mijn eerste voorwoord ooit. Hoe kan ik borderline beschrijven, de persoonlijkheidsstoornis die Anika bijna haar hele leven heeft geteisterd? Ik besluit om kort een aantal episodes te beschrijven zoals ik Anika en anderen heb meegemaakt, lijdend onder het borderline-monster. Op deze manier hoop ik duidelijk te maken wat borderline aanricht, hoe het mij enorm heeft geraakt als vader. Ik zie borderline als een monster, geboren uit pijn, verdriet en zelfhaat. In het geval van Anika een opeenstapeling van ingrijpende gebeurtenissen waardoor ze in haar pubertijd de regie over haar leven volledig verloor.

Voorjaar 2001

Anika en ik vechten. Het borderline-monster heeft me de hele avond uitgedaagd met nare, gemene opmerkingen. Ik word uiteindelijk heel boos. Het monster is blij en vliegt me aan. Ik vecht terug. Stoelen vliegen alle kanten op. De tafel valt om. Het is een verschrikkelijk gevecht. Opeens is het over. Mijn dochter is weer haarzelf. Verbijsterd kijken we naar de ravage. We omhelzen elkaar. Het monster is weg. Voor nu...

Zomer 2001

Anika is opgenomen in een borderlinekliniek. Elke woensdagavond kom ik langs. Ik moet erheen, want het is de enige manier om Anika te steunen. En te hopen dat het niet misgaat, dat ik mijn dochter verlies. We praten veel. De strijd van Anika is enorm en de uitkomst is ongewis. Op een mooie zomeravond vindt er een klein wonder plaats. In een opwelling besluiten we te gaan volleyballen. Iedereen gaat mee. Knipperend tegen het felle zonlicht komen de medeciënten naar buiten. Het zijn bijna allemaal jonge

meiden zoals Anika. De pijn en het verdriet is van hun gezichten af te lezen. Het spel begint. Iemand begint te lachen en anderen giebelen. Voor een uur zijn het zorgeloze, vrolijke, gekke en blijde meiden. Dan gaat de zon onder, het spel is afgelopen. De pijn en het verdriet komen weer terug. De magie van wat had kunnen zijn zonder borderline is verdwenen. Mijn hart breekt. Ik zweer bij alle goden dat als ik de loterij win, ik tien, twintig, honderd borderlineklinieken laat bouwen. Alles om die pijn en dat verdriet weg te nemen. Om dat magische uur te verlengen.

Herfst 2007

Anika is al weer een aantal jaren terug uit de kliniek en is getrouwd met Samuel. Maar het monster is nog steeds aanwezig en heeft een zeer negatieve invloed op hun relatie. Op een avond staat Anika overstuur voor de deur na de zoveelste ruzie: zij en Samuel gaan tijdelijk uit elkaar en de wanhoop is enorm. Het is de grootste crisis sinds het vertrek uit de kliniek. We gaan zelfs huizen kijken en een hypotheek regelen. Dan – godzijldank – breekt Anika. Ze mist Samuel enorm en ze vallen elkaar huilend in de armen. Voor het eerst kan ik weer rustiger ademen na drie maanden opgekropte spanning.

Zomer 2021

Anika en ik tennissen. We plagen elkaar over en weer. Plotseling schieten de tranen in mijn ogen. Hier sta ik gewoon met mijn oudste dochter! Automutilatie, suïcidaal zijn, enorme emotionele uitbarstingen, we hebben het letterlijk en figuurlijk overleefd. Het monster is niet helemaal weg, maar zit in een kooi gebouwd van wilskracht, doorzettingsvermogen, therapie, geduld en enorme inzet. En geluk, geluk dat het niet is misgegaan.

‘Hey pap, ga je nog serveren?’

‘Natuurlijk lieverd,’ zeg ik door mijn tranen heen.

Lente 2023

Ik hoop dat bovengenoemde episodes met name voor mensen zonder ervaring met borderline een indruk geven hoe verwoestend deze stoornis is. Niet alleen voor degene die het heeft, maar

ook voor de dierbaren eromheen. Het is alsof er een atoombom ontploft die alle normale omgang kapotmaakt. Anika en ik hebben het overleefd. Maar het was een zware strijd.

Lieve dochter, je wilskracht en inzet zijn onovertroffen, het is een voorrecht en een eer om je vader te zijn. Ik hou zielsveel van je!

Papa

Proloog

En dan is het opeens zover. Voor de laatste keer schud ik de hand van Yara, mijn psycholoog. Ik durf haar niet aan te kijken, bang dat ik dan in tranen uitbarst, want afscheid nemen is niet mijn sterkste kant. Ik voel de warmte van onze handen die elkaar raken en geniet intens van dit moment.

Ik werp nog een laatste blik op de kamer waar ik jarenlang mijn diepste geheimen, angsten en hersenspinsels heb prijsgegeven, zonder uitgelachen te worden of voor gek te zijn verklaard. Mijn ogen blijven hangen bij de grote plant in de hoek met zijn prachtige stekels die soms oude koffie kreeg in plaats van water en waar ik dan ontzettend om moest lachen. Ook de fijne, beige draaistoel neem ik nog even in me op. Deze verkoos ik wekelijks steevast boven de tweepersoons sofa, omdat ik me dan vrij genoeg voelde om weg te draaien als ik het moeilijk kreeg. Ik glimlach naar de tissues op tafel die ik in mijn eigenwijsheid weigerde te gebruiken als ze nodig waren. Ik zie ook vandaag weer de verzameling plastic bekertjes koffie die mijn psycholoog gedurende de dag op haar bureau verzamelt en maar halfleeg zijn. Op de vensterbank staat nog steeds het matte windlicht met het woord Shine dat ik een paar maanden eerder heb gegeven. Ik ga deze kamer missen, zelfs al waren de zomers er snikheet en de winters steenkoud. Het is toch jarenlang de plek geweest waar ik me in alle veiligheid heb mogen ontwikkelen en me altijd geborgen heb gevoeld. Na vandaag zal deze plek niet meer dezelfde zijn.

‘Dag lieve Yara, dank je wel voor alles,’ zeg ik met trillende stem. De tranen zitten nu heel hoog, maar ik houd ze dapper tegen. Huilen doe ik straks wel in de auto, op weg naar huis.

Ik zet de laatste stappen richting de deur. De afsluiting van zestien jaar therapie is een feit. Ik ben niet genezen, maar ik ben wel vrij.

Had ik gedacht dat dit moment ooit zou komen? Nee, ik was ervan overtuigd dat ik gedoemd was om voor altijd dat ‘labiele borderlinemeisje’ te blijven, zonder toekomstvisie en idealen. Het meisje dat zichzelf sneed als de emoties te hoog opliepen,

verschrikkelijke driftbuien had en van de ene depressie in de volgende schoot. Het meisje dat zo'n slecht zelfbeeld had dat de dood vaak de enige oplossing leek. Het meisje dat andere mensen op een voetstuk zette en daar haar erkenning uit haalde, maar daardoor ook in een schijnwereld leefde. Het meisje dat zoveel moeite had met structuur en regelmaat dat ze in een vicieuze cirkel verstrikt raakte. Het meisje dat zo perfectionistisch was dat er niets meer uit haar kwam. En ten slotte het meisje dat het tragische overlijden van haar zieke moeder nooit een plekje zou kunnen geven.

Dat ik nog leef mag een klein wonder heten, want ik kom van heel ver, maar ik ben allang dat meisje van toen niet meer. Ik ben uitgegroeid tot een gezonde jonge vrouw van midden dertig die gelukkig getrouwd is, zichzelf veel minder beschadigt en de dagen niet meer grotendeels somber aan zich voorbij laat gaan. Ik kijk nu met een open blik de wereld in en zie mogelijkheden in plaats van moeilijkheden. Mijn wil om te leven is nog nooit zo groot geweest. Toekomstdromen heb ik inmiddels ook genoeg.

Mijn vingers omklemmen de deurklink, terwijl ik even mijn ogen sluit. Dan zet ik door, open de deur en kijk nog een allerlaatste keer om. Yara zwaait. Haar lange bruine haren deinen mee en ik zie dat zij het ook moeilijk heeft. Ik zal onze gesprekken missen. Toch ben ik er klaar voor om uit te vliegen en mijn eigen koers te gaan bepalen. De tijd dat ik een speelbal van mijn eigen emoties was, ligt achter me.

'Dag,' mompel ik nog voordat de deur achter me dichtvalt. Op naar een evenwichtiger leven.

Deel 1

1991-2000

1. Papa is thuis

‘Ik ben thuis!’ galm ik vrolijk door de keuken, terwijl ik de achterdeur iets te hard dichtgooi.

Zoals gewoonlijk zit mama op de bank op mij te wachten. Dan zie ik ook papa en daar schrik ik een beetje van. Ik frons mijn wenkbrauwen. Moet papa niet werken? Hij zit wat voorovergebogen op de andere bank en groet me niet. Mama heeft allemaal rode vlekken in haar gezicht en haar ogen zijn dik.

‘Dag kind,’ zegt mijn moeder en haar stem klinkt droevig. ‘Niet schrikken, papa is vanmiddag ook thuis. Ga even zitten, we moeten je iets vertellen.’

Mijn hartslag versnelt. Ik ben pas negen, maar voel de spanning echt wel. Is er iets met mijn zusje Liva? Ligt ze nu misschien vanwege de waterpokken in het ziekenhuis? Ze heeft al dagen overal bultjes, hoge koorts en ze slaapt veel als ze niet huilt van de jeuk. Of is oma misschien ziek? Heeft papa geen werk meer? Ik heb zoveel vragen, maar het is net of iemand mijn keel dichtdrukt.

Ik ga naast mama op de bank zitten. Papa kijkt me nog steeds niet aan. Ik voel me ongemakkelijk en bijt zenuwachtig op mijn nagels.

‘Is er iets met Liva?’ weet ik er dan met moeite uit te persen.

‘Liva ligt op bed, geen zorgen,’ reageert mijn moeder mat.

‘Wat is er dan?’ Maar eigenlijk wil ik het antwoord niet horen.

‘Papa en mama houden niet meer van elkaar,’ legt mijn moeder na een korte, maar bijna ondragelijke stilte uit. ‘Daarom gaat papa binnenkort ergens anders wonen.’

‘Papa gaat weg?’ vraag ik verbaasd. Heb ik dat nou goed begrepen? En hoezo houden papa en mama niet meer van elkaar? Ruzies kun je toch ook weer goedmaken?

Mama knikt en ik zie de tranen weer bij haar opkomen.

Papa kijkt eindelijk op. Ook zijn ogen zijn rood en opgezet. Ik heb mijn vader nog nooit zien huilen en als reactie daarop begint mijn lichaam onbedaarlijk te trillen. Mijn ademhaling versnelt nog meer. Wat moet ik nou? Zal ik papa gaan troosten of kan ik hem beter met rust laten? En mama dan? Ik krijg spontaan

hoofdpijn. Ik wil dit helemaal niet. Waarom gebeurt dit opeens?

‘Jullie kunnen het toch goedmaken?’ probeer ik nog vertwijfeld. ‘Ik wil niet dat papa weggaat!’ Uit protest vouw ik mijn armen over elkaar en kijk strak voor me uit. In de beeldbuis van de televisie zie ik mezelf zitten.

‘Lieverd, ik weet dat dit moeilijk voor jou is, maar mama en ik hebben alles geprobeerd. Het gaat niet meer,’ zegt mijn vader uiteindelijk zachtjes.

Het is net alsof ik een harde klap in mijn gezicht krijg. Mijn ouders gaan echt uit elkaar. Scheiden noemen ze het toch? Ik schud heel hard met mijn hoofd. Nee, dit kan niet waar zijn. Het mag niet. Het mag niet...

Dan begin ik hard te huilen. Tranen rollen over mijn wangen en het snot druipt uit mijn neus. Mijn tot dan toe veilige wereldje stort compleet in. Hoe moet het nu verder? Hebben papa en mama daar wel eens over nagedacht?

‘Hou het nieuws nog even voor je,’ benadrukt mijn vader. ‘Wij lichten iedereen binnenkort zelf in.’

Ik laat me van de bank glijden en ga op de witte vloerbedekking zitten. Ik verberg mijn gezicht in mijn opgetrokken benen en sla mijn armen daaromheen. Met lange uithalen huil ik. De tranen blijven maar komen. Als mama me wil troosten, word ik weer boos.

‘Dit is allemaal jullie schuld!’ schreeuw ik en sta dan op. ‘Ik haat jullie!’ Ik ren via de gang naar boven, naar mijn slaapkamer en smijt de deur dicht. Ik laat me op mijn bed vallen en verberg mijn gezicht in het kussen. In de kamer naast me begint ook Liva keihard te huilen. Mijn hoofd bonkt, alsof mijn hersenen ieder moment in duizenden stukjes uiteen kunnen spatten.

2. Buitenbeentje

Met een bedrukt gezicht zwaai ik mijn vader uit. Hij toetert, zwaait nog een keertje en rijdt dan op een vrijdagmiddag in september met een aanhanger vol spullen voorgoed onze woonwijk uit. Ik volg de grijze Opel Kadett totdat deze afslaat en langzaam uit het zicht verdwijnt. Stilletjes loopt er een traan over mijn wang. Nu huil ik alweer!

Ik kijk naar mijn moeder, die Liva op haar arm heeft. Ze staart de auto na, maar ik zie deze keer geen tranen. Dan strijkt ze met haar hand over mijn haar. ‘Kom kind, we gaan naar binnen.’

Mijn vader gaat nu wonen in een appartement waar we eerder met zijn allen zijn gaan kijken. Het is op de derde verdieping, in een woning boven de winkels, in het stadscentrum van Lelystad. Gelukkig is het niet ver van ons huis vandaan. Toen we voor de eerste keer gingen kijken, maakte ik radslagen door de lege ruimte en mocht ik op het behang tekenen.

Het is een gek idee dat we nu nog maar met zijn drietjes in het huis wonen. Maar ik zal eraan moeten wennen, dat begrijp ik maar al te goed.

Niet lang na de scheiding vindt mijn moeder een baan voor halve dagen bij een uitgeverij als secretaresse. Ze is thuis als we ’s middags uit school komen. Dat verandert gelukkig niet. Ook zie ik mijn vriendjes uit de buurt nog bijna elke dag.

Elke twee weken gaan mijn zusje en ik een weekend naar mijn vader toe. Dat is fijn, maar ook ingewikkeld. Ik wil graag genieten van mijn tijd bij mijn vader, maar dan is mijn moeder alleen thuis en dat vind ik lastig. Redt ze het wel in haar eentje? Durft ze ’s nachts wel alleen in ons grote huis te slapen? Ik zou dat namelijk niet durven. Ik wil zo graag dat het weer goed komt tussen mijn ouders dat ik elke avond voor het slapengaan tot God bid, ook al ben ik niet zo opgevoed.

Op een dag, toen mijn moeder ons weer ophaalde na een weekend bij papa, zag ik dat ze elkaar bij vertrek een kus op de mond gaven. Dat is toch een goed teken?

Op school voel ik me steeds vaker een buitenbeentje. Een gebeurtenis, die plaatsvond op een maandagochtend, keert steeds terug in mijn gedachten. Ik weet het nog zo goed, we zaten met de hele klas in de kring en de juf nam het woord.

‘Goeiemorgen allemaal, fijn om jullie weer te zien. Anika, hoe gaat het met jou?’

Mijn maag kromp samen, want ik wist waar deze vraag naar leidde. Mijn ouders hadden namelijk de juf ingelicht over hun scheiding en nu ging ze het aan de klas vertellen. Van mij hoefde dat absoluut niet, maar het was beter om eerlijk te zijn. Dat zei papa in ieder geval.

‘Jongens en meisjes, even goed luisteren: Anika’s ouders hebben besloten om uit elkaar te gaan en dat is erg moeilijk voor Anika en haar zusje. Proberen jullie daar wat rekening mee te houden?’

Nog voordat de juf goed en wel uitgesproken was, werd er naar me gekeken, gegniffeld en fluisterden klasgenootjes met elkaar. Ik ving flarden op over vreemdgaan en mishandeling, terwijl ik me groot probeerde te houden. Ook schaamde ik me, want ik was een van de weinigen van wie de ouders niet meer samen zijn. De vraag ‘Waarom?’ hield opeens iedereen bezig. Niemand stond erbij stil wat het met mij deed. Ik voelde me zo ontzettend eenzaam.

Een dag na Sinterklaas krijg ik op school in de kring de beurt om te vertellen welke cadeautjes ik allemaal heb gehad.

‘Het was zo leuk,’ begin ik enthousiast, ‘want ik heb het nieuwste pirateneiland van lego gekregen en een nieuwe barbiepop. En nog een spelletje. En natuurlijk heel veel pepernoten. Komend weekend vier ik Sinterklaas nog een keertje, alleen dan bij mijn vader. Cool hè? Dan krijg ik weer cadeautjes!’ Ik straal van oor tot oor.

‘Nou en, mijn ouders zijn lekker nog wel samen!’ zegt Chantal na een korte stilte.

Haar woorden komen hard aan. De brede lach verdwijnt van mijn gezicht en ik krimp ineen. Alsof het mijn keuze is geweest om twee keer Sinterklaas te vieren! Dat zou ik het liefst door de hele klas willen schreeuwen, maar ik doe het niet. Mijn tranen

zitten al te hoog.

Terwijl de volgende klasgenoot vertelt over pakjesavond moet ik alle moeite doen om in de kring te blijven zitten. De rest van de week zeg ik geen woord meer tegen Chantal.

Sinds papa niet meer bij ons woont, pieker ik heel veel. Wordt mijn leven ooit weer beter? Waarom helpt God me niet? Ik vraag me af of andere mensen wel voor altijd bij elkaar blijven. Ook ben ik bang voor de dood. Dat komt door een liedje van Kinderen voor Kinderen. Daarin zingt een jongen over zijn vader die rookt, longkanker krijgt en door die ziekte doodgaat. Mijn vader rookt ook, dus gaat hij dan ook dood? Ik huil er vaak om, maar durf er niet over te praten, omdat het dan misschien echt gebeurt. En wat als ik zomaar doodga? Gaan kinderen ook dood?

Op weer zo'n piekermiddag haal ik een notitieboekje uit mijn bureaula en begin de namen op te schrijven van de mensen die zeker op mijn begrafenis zullen komen als ik nu, op tienjarige leeftijd, plotseling dood zou gaan. Ik noem mijn ouders, zusje, verdere familie zoals mijn oma's, opa en tante, vrienden van school en uit de straat... En dan stop ik. Wie nog meer? Zou mijn nieuwe meester ook komen? Of de buurvrouw? Zou ik snel vergeten worden? Ik zie mezelf al dood in een kist liggen. Wordt mijn lichaam dan langzaam opgevreten door beestjes als ik onder de grond lig? Zou er uiteindelijk alleen maar een stapeltje botten overblijven? Ben ik dan vergaan? Uitgewist? Ik schrik van mijn eigen gedachten, klap het notitieboekje dicht en berg hem weer op.