

‘Dat wat ik had meegemaakt een spiritueel proces was en geen geestelijke ziekte.’

Schizofrenie is een ondeugdelijk ziektebeeld. Het is verwarrend en inadequaar, en het drukt een zwaar stigma op patiënten. Dat vindt de overgrote meerderheid van de psychiaters, ggz-medewerkers en patiënten. Ongeveer de helft van de respondenten onderschrijft dat patiënten op grond van de diagnose door de omgeving als gek en ongeneeslijk ziek worden beschouwd. Een derde stelt dat patiënten zelf de diagnose als een doemscenario ervaren.

Psy/ANP, Redactie Zorg + Welzijn (2020).

Ik ben echter een groot deel van mijn leven bezig geweest, erachter te komen wat er met mij aan de hand was en waarom ik het zo moeilijk vond om met mijzelf te leven. Immers, een speciale gave, die HSP is, brengt ook een speciale verantwoordelijkheid met zich mee.

Van opgave tot gave.

Marian van de Beuken.

Si non è vero è bene trovato (als het niet waar is, is het goed gevonden)

Als dat wat je zoekt niet in jezelf vindt, zul je het nooit daarbuiten vinden; Ik ben immers vanaf het begin bij je geweest en Ik ben dat wat het einde van het verlangen bereikt wordt.

Vivianne Crowley / Wicca: The Old Religion in the New Age. p.161.

Het doel van de mystieke zoektocht in de heidense traditie is een verlangen de rest van de schepping te dienen door de Graal van Wijsheid, waarvan het water de hele wereld kan helen, de woestijn weer groen kan maken, te vinden en terug te brengen.

Marian Green / The path Through the Labyrinth: The Quest for Initiation into the Western Mystery.

‘You can check out anytime, but you can never leave.’
Don Henley / Hotel California, the Eagles.

© Niets uit deze uitgave mag worden openbaar gemaakt door middel van druk, fotocopy, microfilm of op welke andere manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Alle personages, toestanden, gebeurtenissen en instellingen in deze roman zijn louter denkbeeldig. Elke gelijkenis met de werkelijkheid berust bijgevolg op het toeval.

Inleiding

Stel je hebt honger en besluit in een restaurant te gaan eten. Nadat je een tijdje hebt gewacht wordt je uitgenodigd te gaan zitten en stelt de ober zich voor. Hij stelt je vragen over je honger: hoeveel honger heb je, hoe lang heb je al honger, had je vroeger ook vaak honger, welke rol speelde honger vroeger in je gezin of familie? Welke nadelen en misschien voordelen heeft honger voor je? Je vraagt daarna, nog hongeriger geworden, of je eindelijk iets kan eten. Maar de ober wil eerst dat je nog vragenlijsten invult over honger (en wellicht andere zaken die de ober belangrijk vindt). Nadat dit allemaal is gebeurd krijg je een maaltijd voorgeschoteld die je niet besteld hebt, maar waarvan de ober vindt dat deze goed voor je is en die andere hongerige mensen geholpen heeft. Hoe groot is de kans dat je tevreden uit dat restaurant vertrekt?

Positieve cognitieve gedragstherapie / Fredrike Bannik.
Pearson, Amsterdam (2014).

1.

Maar het ergste van al die jaren psychiatrie is de ziekelijke achterdocht, ook wel paranoia genoemd en de betrekkingsswanen die ermee gepaard gaan. Elke keer maar weer die sluipmoordenaar die je blikveld vertroebeld. Normaal denken onmogelijk maakt. Altijd maar weer dat gevoel dat ze je gaan pakken. Dat je aan het kruis gespijkerd wordt. In de separeer is dat ook werkelijk gebeurd. De Katharen zagen de lijdensweg en verrijzenis van Jezus als iets dat louter geestelijk was, en waarbij het menselijk lijden geen rol speelde. Deze gedachte werd ook wel docetisme genoemd. Zo leer je je nog wat van theologie. Uiteindelijk viel ik in de handen van een wraakzuchtige God, een God van het Oude Testament. En ik moest mij leven loslaten, in zijn handen leggen pas dan kreeg ik het terug. 'Je hoeft het niet alleen te doen', zei mijn ex dan altijd. En dit is een wijsheid die ik tot op de dag van vandaag met me meeneem.

2.

Ik zit nou al heel wat jaartjes in de psychiatrie. Onder behandeling van een psychiater heet dat. Ook wel ambulante of extramurale zorg genoemd. Ik ben een oude rot in het vak. Het is tijd om de balans op te maken

en te vertrekken. Daarom de titel: psychiatrie als *savoir vivre*. Ik wil hier niet spreken over schizofrenie, bipolair, autistisch of een angst- en paniekstoornis. Ik heb het allemaal. Het is maar van welke invalshoek je het bekijkt. Het valt allemaal onder de noemer schizoïde spectrum of schizofreniespectrum een term die wordt gebruikt voor de visie dat de schizoïde stoornis en daaraan verwante aandoeningen een continuüm vormen, waarbij de symptomen als glijdende schaal kunnen worden beschreven. Het schizoïde spectrum sluit aan op het autismspectrum.

Een begeleider heeft ooit tegen mij gezegd: 'je bent je eigen psychiater.' En gelijk had hij. Door diagnoses en misdiagnoses heb ik me heen geworsteld. Totdat ik tot de conclusie kwam dat ik gewoon hoogbegaafd was. Zo hoogbegaafd dat ik gek was. Dat was een complicerende factor in mijn genezingsproces, omdat ik 'gewone' dingen niet kon doen. Een voorbeeld is mindfulness. Ik zat binnen de kortste keren te achterhalen wie dat bedacht had en waar dat vandaan kwam. Totdat ik ontdekte dat het Zen boeddhistische meditatietechnieken waren. En dan weet ik genoeg. Dan hoeft het voor mij niet meer en zegt ik: 'toedeloë.'

3.

‘Je past nergens in’, zei m’n baas ooit en daar had hij gelijk in. Voor hoogbegaafden is er geen plaats in deze maatschappij. Ze worden miskend en onderkend en hun probleem wordt afgedaan als een of andere psychische stoornis, schizofrenie of zo iets. Als er maar een labeltje aan hangt, of beter gezegd een sticker op het voorhoofd. Nee, na al die jaren zeggen die stickers mij niets meer. Mijn radar staat te scherp afgesteld. Normale prikkels komen bij mij extra hard binnen. Prikkels van lawaai en licht. Het is moeilijk ze te verwerken. Dat is wat ik elke dag doe: het constant verwerken van al die vele prikkels die ik binnen krijg.

Volgens ‘Hoe te leven met schizofrenie’ van Flip Schrameijer (2005) is bij schizofrenie het vermogen om automatisch een keuze te maken uit alle informatie die ons bereikt, gestoord. Het filter dat bescherming biedt aan een stortvloed van indrukken is defect. Het effect is dat de patiënt zich bij tijden overspoeld voelt door wat ik allemaal zie en hoor. Ook weet ik niet welke van deze indrukken belangrijk zijn en welke niet.

Het proces van betekenis geven, van het verbanden leggen, raakt bij iemand die psychotisch is in de war. Er worden totaal nieuwe betekenissen aan dingen gegeven. Deze betekenissen zijn niet alleen heel anders, maar

vooral ook veel intenser en belangrijker dan men zich in het normale leven kan voorstellen.

Hierdoor worden er ook abnormale verbanden tussen gebeurtenissen gelegd, die voor anderen moeilijk of niet te begrijpen zijn. Met name betrekken patiënten nogal eens dingen op zichzelf die in feite niets met hen te maken hebben.

Dopamine is een stof die in de hersenen zorgt voor het overbrengen van informatie van de ene hersencel naar de andere. Van dergelijke stoffen komen er in de hersenen vele voor. Men noemt deze stoffen 'neurotransmitters'. Er zijn verschillende redenen om aan te nemen dat dopamine iets te maken heeft met de verschijnselen van schizofrenie.

Rigo van Meer / *Leven met schizofrenie, een handleiding voor familie, vrienden en andere betrokkenen*. Kosmos, Z&K-Uitgevers, Utrecht/Antwerpen (1987).

4.

Dit weekend ging ik niet naar m'n ouders, maar naar m'n zus Lydia in Maastricht die daar psychologie studeerde. Ze zou me de stad laten zien, had ze gezegd. Uiteindelijk zat ik in de intercity naar Maastricht. Een dubbeldeks. Gewoontegetrouw ging ik altijd boven zitten, dan kon je verder kijken. De trein vertrok uit Sittard tegenover de blokkendozen van het DSM-

gebouw. Vervolgens kwam er een rangeerterrein. Het naakte Fortunastadion en het Orbis Medisch centrum. Via het scheefgebouwde kantoor van het LIOF kwam hij bij de kleine huisjes in Lutterade met een gebouw dat, ironisch genoeg, de naam 'De Graal' droeg. Naderhand wist ik dat hier een huishoudschool had gelegen met deze naam. Nu was het een kinderdagverblijf. Via het grote DSM-complex en de olietanks van Sabic zag ik de berkenbomen in een gele gloed. Nog even dan zou de winter invallen. Na station Beek-Elsloo begonnen de heuvels. De trein drukte zich tegen de berghelling van het Bunderbos aan. Het bronnetjesbos. Bloembedden van bosanemonen. Uiteindelijk ging de reis langs de overblijfselen van de Medammerweide en Terhagen naar het Bunderbos met zijn bronnen. De 'Medammerwei(de)' is het voormalige zwembadterrein tussen de Kaakstraat en Terhagen onder de perenbomen. Momenteel is het gehele terrein geruimd en een onderdeel van het kasteelpark. Als men nu het gebied bekijkt, dan kan men zich niet voorstellen dat hier ooit een van de drukst bezochte zwembadcomplexen van Limburg heeft gelegen. De oude laan en de poort zijn ook weer terug gebracht (wel staat de poort nu een vijftig meter van de oorspronkelijke plaats). Deze poort fungeerde als een achterdeur van het kasteel. Bezoekers voor het kasteel kwamen niet via het dorp, maar achterom via een laan

door de Medammerweide, over het bruggetje en zo door het kasteelpark naar het kasteel.

De 'Medammerwei' is oorspronkelijk kasteelbezit en komt in de archieven voor als de 'Slackenweyde' of 'des Heren Slackenweyde'. De naam komt van 'de Slak(en)', het dal van de Slakbeek welke gedeeltelijk door de weide loopt.

De naam 'Medammerweide' dateert uit de 19^e eeuw. Toen woonde een rijke weduwe Elisabeth van Hees Willems op de grote hoeve wat nu het appartementencomplex in de Dorpstraat is. Een deftige, rijke mevrouw noemde men vroeger een 'madam'. Zo ook Elisabeth. Deze 'madam' pachtte de weide van het kasteel en wandelde vaak door 'haar' weide. Vandaar dat de Aelsenaeren de weide 'Madam heur wei' gingen noemen wat verbasterde tot 'Medammerweide'.

5.

De spoorlijn leunde tegen de plateaurand aan. Overal waren er populieren met mistletoe (maretak, vogellijm) erin. Na een tijdje kwam ik langs de buitenverblijven van de chique van Maastricht, zoals kasteel Vaeshartelt, Villa Kruisdonk en kasteel Meerssenhoven met allemaal zuilen aan de ingang van de oprijlaan. De trein wrong zich langs de stoffige fabrieken van Mosa tegels waar een vrachtauto van Sigrano klaar stond om zijn lading

zilverzand te dumpen. Zilverzand waar wasbakken, wc-potten en dergelijke van gemaakt werden. Het werd ook gebruikt in de glasindustrie. Met twee schoorstenen met de naam MOSA erop. Uiteindelijk arriveerde ik in Maastricht, Mosa tegels en de werkplaats van de NS. Dit was het eindpunt.

Pas in 1913 werd het huidige stenen station gebouwd, naar een ontwerp van George Willem van Heukelom. De stationshal bevat een bank ten bate van (onder andere) de internationale reiziger. Daarnaast zijn er enkele winkels, zoals een boekhandel, een muziekwinkel en een supermarkt. De voormalige *Brasserie* (stationsrestaurant) biedt de reiziger de mogelijkheid een warme maaltijd te nemen. Het station is opmerkelijk door zijn boogconstructies en intieme sfeer. Hardstenen pilaren afgewisseld met baksteen. De voorkant bevat een klok en verschillende wapens aan weerszijden: het zijn vermoedelijk de wapens van de provinciën. Gebouwd tussen 1914 en 1915 in neorenaissancestijl. De gebrandschilderde ramen zijn uit 1949 van de hand van Charles Eyck. Twee heraldische leeuwen met schilden in graniet bewaken op de luifel voor de entree het gebouw. Ik liep de Wijkerbrugstraat in met overal Neoclassicistische gebouwen waarvan het Amrâth Grand Hotel de l'Empereur, een Jugendstil Rijksmonument uit de toon viel. Rutger zei niet veel en ze passeerden een monument in de vorm van een zuil

met een bronzen Maria die op een maan stond, met eromheen de twee meter hoge bronzen heiligen. Op 23 september 1952 werd door de Gemeente de plaats goedgekeurd en werd vergunning verleend tot plaatsing van het monument.

Het Mariabeeld is gegoten in brons en is 285 cm hoog.

Het is geplaatst op een 9 meter hoge zuil van

Vaurionsteen die op een vierkant voetstuk rust.

Op de zuil staat de tekst 'Civitas Trajectum, Civitas Mariana' hetgeen betekent 'Stad van Tricht, Stad van Maria'. Op de hoekpunt van dit voetstuk staan vier bronzen beelden, 275 cm hoog en gegoten in brons, voorstellende de Maastrichtse bisschoppen. H.H.

Servatius, Lambertus, Monulphus en Hubertus, die herkenbaar zijn aan hun emblemen. In de volksmond wordt het 'de kaarttafel' genoemd.

6.

En trapsgewijze verhoging geeft de toegang tot de beeldengroep. Het op deze verhoging gelegen veld is bekleed met maaskeien in een veelpuntig stermotief, afgeschermd door 16 schamppalen van wit Beiers graniet. Meermalen is dit veld door de plaatselijke verkeerssituatie gewijzigd. Het brons voor de vijf beelden is geschonken door wijlen de 'lezerkeuning' de Heer H.E. Dotremont. Het monument is ongeveer 13