

## 1: Ik begin.

*“Ik heb het lef om mijn eigen weg te bewandelen, hoe moeilijk dat ook is, in mijn zoektocht naar de realiteit, in plaats van op de rammelende wagen van wenselijke illusies te klimmen.”*

Zora Neale Hurston - schrijfster en antropologe 1891-1960

Daar zit je dan, je bent opgenomen in een GGZ-kliniek. Je bent suïcidaal en je hebt net te horen gekregen dat je een autist bent. Maar dat is nog niet alles, je hebt ook nog eens ADHD en om het geheel mooi af te ronden ben je ook nog hoogbegaafd. De diagnose komt hard aan. Het is niet geheel onverwachts. Diep vanbinnen wist ik het wel. Vooral dat ik een autist ben. Immers ik voel me mijn leven al anders dan de mensen om me heen. Toch raakt het me dieper dan ik voor mogelijk had gehouden. Ik ben volkomen van de kaart. Erger nog, ik heb het gevoel dat ik mezelf kwijt ben. Hoe moet ik hier nu mee in het reine komen? Ik ben dan weliswaar opgenomen in een kliniek, maar heb toch het gevoel dat de support dat ik van de kliniek krijg absent is. Ik ben dus, zoals zo vaak, aangewezen op wat ikzelf kan doen. Het kost me een aantal weken en

vooral veel slaap voordat ik weet wat ik kan gaan doen. Eerst wil ik nu weleens weten wie ik eigenlijk ben. Om de zoektocht voor mijzelf beter vorm te geven, besluit ik, om alles wat ik denk, voel, maar ook meemaak op te schrijven. Bij het opschrijven speelt op de achtergrond nog een factor mee. Ik ben heel erg suïcidaal. Naast dat ik door te schrijven hoop dat ik een beter inzicht krijg in mijzelf wil ik ook iets achterlaten, mocht ik toch overgaan tot zelfdoding. Mijn nalatenschap waarvan ik hoop dat het mijn naasten helpt om ooit te gaan snappen en accepteren wat ik heb gedaan. Het is een uitgebreid verhaal<sup>1</sup> geworden dat zelfs een paar keer van richting veranderd is. Ook het plan om eruit te stappen is veranderd. Maar het is niet dat verhaal dat ik hier in dit boek wil vertellen. Spoiler! Ik heb het overleefd. Maar terwijl dit verhaal tot een goed einde komt, blijf ik toch rondlopen met een vreemde smaak in mijn mond. Ik weet nu wie ik ben, maar nu moet ik mezelf nog gaan accepteren. Weer besluit ik om schrijvend tot een antwoord te komen. Schrijven is mijn vorm van therapie geworden. Deze keer is de focus niet alleen op mij maar ook naar ons als mensheid in het algemeen. Waar moet ik nu beginnen met zo'n zoektocht? De Chinese filosoof Laozi heeft zo'n 2500 jaar geleden al eens gezegd:

*“Elke grote reis begint met een eerste stap”*

Met deze wijsheid in het achterhoofd ga ik eerst maar eens na waar die vervelende vreemde smaak in mijn mond vandaan komt. Want al vanaf het eerste moment na de diagnose voel ik me weggezet. In een hoek gedrukt waar ik niet in wil. Maar dat is het niet alleen. Ook het politiek correcte taalgebruik rondom autisme is iets wat heel veel weerstand bij me oproept. Als ik andere woorden gebruik zoals gehandicapt wordt er iets van gezegd. In de eerste weken na mijn diagnose vraag ik me af of het syndroom van Asperger nu een handicap is of niet. Mijn conclusie van dat moment is dat ik dat inderdaad ook echt vind. Dit gevoel wordt vooral gevoeld doordat ik nu met een geheel andere bril op terugkijk op mijn leven en daar zie wat Asperger voor invloed heeft gehad. Er komen talloze gebeurtenissen voorbij. Gebeurtenissen die anders verliepen dan dat ik had gewild of gepland. Voor mij is er maar één conclusie mogelijk. Het syndroom van Asperger heeft invloed gehad op mijn leven.

Nu moet ik wel het alleen oplossen van mijn problemen iets nuanceren. Ik krijg groepstherapie. Niet gericht op mijn problemen an sich, maar meer herstelgericht. Tijdens één van de eerste keren dat ik groepstherapie heb, zeg ik dan ook dat ik mezelf