

Mijn eindeloze gevecht

2022

Het is een eindeloos gevecht, met alleen maar verliezers en de grote verliezer dat ben ik. Die uitkomst is zeker, want het is een gevecht tegen mezelf. Hier kom ik waarschijnlijk niet meer uit. Het houdt niet meer op. Ik heb levenslang. Ik zit opgesloten in mijn lichaam, een lichaam dat nog wel dingen kan, maar lang niet meer zoveel. En ik wil zoveel, zo graag. Ik zit opgesloten in mijn hoofd. Een hoofd dat nog wel werkt, maar mij zo in de war maakt. En ik was juist net helemaal ontward. Hiermee omgaan is het moeilijkste wat ik heb moeten doen.

Er heeft een tornado geraasd tussen mijn oren. Dat heeft behoorlijk wat schade aangericht, blijkt achteraf. Eerst dacht ik dat het wel meeviel. De fundering leek stabiel en sterk, uiteindelijk is het hele zootje toch ingestort. Ik probeer het uit alle macht weer bij elkaar te rapen en te stutten, de steigers die ik heb geplaatst houden geen stand. Ik weet niet wat het is. Ik heb ze niet goed geplaatst, misschien te gehaast, de steigerbuizen die ik gebruik zijn niet stevig genoeg, op de een of andere manier blijft het instorten. Ze lijken wel van waaibomenhout. Elke keer als ik denk dat het wel lukt, dat het stabiel staat, stort het toch weer in. En steeds eerder, steeds sneller. Ik zoek me een ongeluk naar speciale hersensteigers, extra stevige, ze lijken niet te bestaan. Dus ga ik het gevecht weer aan, met kapotte hersens, met gammele steigers. Het eindeloze gevecht. In de hoop er met zo min mogelijk kleerscheuren vanaf te komen. Want hoop heb ik op sommige

dagen wel. Hoop dat morgen beter wordt dan vandaag.

Ergens in die tornado moet ik mezelf zijn kwijtgeraakt. Het is gebeurd en ik heb het niet gemerkt. Ergens onderweg ben ik haar verloren. Ik heb lang gezocht. Ik had haar net gevonden en nu ben ik haar weer kwijt. Inmiddels weet ik dat ik haar niet meer terug kan vinden. Althans, niet meer helemaal. Een groot deel is weg, voorgoed. Het deel dat is achtergebleven, is grotendeels veranderd. Dat moet ook wel, want anders kan ik hier niet mee omgaan. Er moet verandering komen. Verandering duurt lang. En verandering is moeilijk. Verandering wekt weerzin op. En angst.

Terwijl ik dit schrijf, is het herfst, bijna winter. Herfst is het seizoen dat het beste bij mijn gevoel past. Ja, een mooi seizoen vol kleuren, ook een seizoen van verlies, verlangen en nostalgie. Ik ben zoveel verloren het afgelopen jaar. Niet alleen mezelf, maar ook mijn leven. Mijn hele leven. Zoals ik, zoals wij het kennen. Dat is niet meer. Ik verlang enorm terug naar hoe mijn leven was voor mijn herseninfarcten. Naar hoe ik was, naar hoe wij waren. Alles is veranderd en ik wil het niet. Het verlangen is zo intens en het doet pijn. Zoveel pijn. Ondragelijk bijna. Ik heb een huilend hart. Ik ben in rouw en ik lijd een levend verlies. Levend verlies stopt niet, slijt niet. Dat gaat een leven lang door. Dat wordt beloofd.

Mijn hart vecht tegen twee verlangens, waarbij de ene kant wil dat de tijd teruggaat naar toen, toen ik mezelf was. Toen ik mezelf net had gevonden en zo gelukkig was. Wij waren zo gelukkig. De andere kant van mijn hart verlangt naar de tijd dat alles makkelijker zal gaan. Dat ik leer hiermee om te gaan en mijn weg hierin vind. Dat ik vrede vind met deze situatie. Want dat wordt ook beloofd en op sommige momenten geloof ik dat.

Het is net een achtbaan. De meest snelle, hoogste, engste en langste die er is. Ik zit in het karretje en de veiligheidsbeugel houdt mij nog maar net beet. Het gaat zo snel dat de tranen over mijn wangen lopen. Sterker nog, ik kan mijn ogen amper openhouden. Er zitten af en toe wat mensen naast mij. Hulpverleners, lotgenoten, ervaringswerkers. Zodra ze wat tegen mij zeggen en vertellen wat ik moet doen, kan ik ze bijna niet verstaan, want de volgende bocht komt er alweer aan en ik moet mij schrap zetten en vasthouden. Al mijn aandacht en kracht heb ik nodig om me vast te houden en te zorgen dat ik blijf zitten. Ik hoor ze bijna niet, ik kan mijn aandacht er niet bij houden, want de volgende looping komt er al aan, ik ga over de kop.

Ik moet zorgen dat mijn steigers niet overboord slaan en mijn hersens niet in elkaar storten. Godzijdank zijn de hulpverleners er nog, voordat er weer een bocht komt en elke keer vang ik toch een klein stukje van het advies op. Van de hulpverleners, maar ook van de lotgenoten en ervaringswerkers die deze achtbaan al kennen. De kennis die zij hebben blijft en zij zijn gewillig en geduldig om te blijven delen totdat ik het kan horen. En totdat ik het kan toepassen. Want horen is één ding, maar het dan nog toepassen in mijn nieuwe leven is een heel ander ding.

Deze achtbaan houdt niet op, net als het gevecht. Het is een oneindig gevecht in een oneindige achtbaan vol loopings en bochten met een onmenselijke snelheid. De achtbaan schijnt uiteindelijk wel wat langzamer te gaan. De hoeveelheid loopings en bochten gaat afnemen, zo is mij verteld. En daar moet ik op vertrouwen. Daar wil ik op vertrouwen.

Ik hou van de natuur. De natuur is wonderlijk en krachtig. De herfst geeft daar een mooi voorbeeld van. De bladeren vallen,