

# **Onzichtbaar Ziek**

*Misschien begrijp je me dan pas...*

Jolanda van de Meulenreek

# WIE IK WAS

*De rouw om jezelf*



## **Rouw**

Ik rouw om een vrouw die ik ooit kende.

Een vriendin, voor iedereen, waar je terecht kon voor het hebben van plezier, maar ook het delen van ellende.

Zij wist alle belangrijke data van jouw leven,  
of het nu om jouw trouwdag of een verjaardag ging.  
Keek je op zo'n dag in de brievenbus  
dan zat er altijd wel een kaartje van haar in.

Langzaam maar gestaag namen haar gebrek aan concentratie,  
aan geheugen en energie steeds verder toe. Ze belandde in haar  
eigen wereld, ze was alleen nog maar moe.

Iedere dag sloot ze moe af om hem de volgende dag weer moe  
te beginnen. En ook de dagelijkse pijn kon ze niet meer  
overwinnen.

Iedere dag leverde zij een beetje van zichzelf in, ze werd een  
glimp van wie ze ooit was, dat voelde zij ieder ogenblik.

Benieuwd geworden naar wie deze vrouw was,  
deze vrouw ben ik.

## **Project**

Mijn eigen project is langdurig en met kuilen en bergen.

Mijn project ben ik zelf, zijn wie ik ben, mezelf niet langer verbergen.

Op mijn manier en op mijn tempo ga ik het aan.

Niet langer alleen maar vechten, maar beetje bij beetje met de stroom meegaan.

Herstel zal niet meer mogelijk zijn

en dus zoek ik naar een manier om om te gaan met mijn emoties en mijn pijn.

Ik maak de reis zonder verwachtingen, zonder doel.

En probeer beter te luisteren naar mijn lichaam en mijn gevoel.

Accepteren kan ik het nog niet noemen.

Meer iets als mijn ware zelf niet langer willen verbloemen.

## **Realistisch**

Wel willen laten zien hoe ziek ik eigenlijk ben,  
hoe ik veel delen van mezelf niet langer herken.

Hoe moeilijk het is om onder ogen te komen,  
dat mijn leven zoals het nu is steeds meer bestaat uit enkel  
dromen.

En nee, ik ben niet negatief, maar realistisch ingesteld.  
Dit is immers wat mijn lichaam mij vertelt.

Vaak wil ik het niet horen.

Ik stop dan bewust, maar soms ook onbewust mijn vingers in  
mijn oren.

Waar een wil is, is een weg is wat ik tegen mezelf zeg.  
Maar, waar een wil is zit soms een ziekte in de weg.

Een ziekte die de confrontatie met mij niet uit de weg gaat.  
Me keihard onderuit haalt als ik te lang doorga, waardoor ik  
mijn lichaam nog verder schaad.

Alle activiteiten moeten plannen,  
wat ik eigenlijk ook weer niet kan.

Want mijn lichaam trekt soms op het laatste moment  
nog haar eigen plan.

Dan lig ik tot diep in de nacht wakker door de pijnen die door  
mijn lichaam gaan.

En heb ik de dagen daarna weer moeite om op mijn benen te  
blijven staan.

Dan komt er van mijn planning niets terecht.

Dan gaat alle energie naar mijn lichaam dat weer eens met  
zichzelf vecht.

Om toch nog met een ietwat positieve note af te sluiten,  
wil ik het volgende uiten.

Door de ziekte ben ik ook anders in het leven gaan staan.  
Het helpt mij om verder te gaan.

Ik geniet nu van de kleinste dingen die ik voorheen  
over het hoofd zag.

Die kleine simpele dingen zorgen nu voor mijn glimlach.

Of het nu is omdat het verkeerslicht op groen springt zodra je  
aan komt rijden.

Of gezellig samen met mijn gezin zijn.

Het zijn die kleine dingen die mij doen verblijden.

Die kleine simpele dingen verlichten soms de pijn.

Ik ben me steeds meer bewust  
van de kleine dingen om me heen.

Ik maak mooie herinneringen samen met dierbaren, maar  
geniet ook van tijd voor mezelf, alleen.