

Papa is afgelopen jaar gestorven aan tongkanker, de gevolgen van veel drank en sigaren. Dood, niet eens afscheid van mogen en kunnen nemen. En mijn moeder zit in een rolstoel, al enkele jaren, nadat ik haar onderaan de trap vond, bloedend en ladderzat. Wat vroeg ze toen als eerste? Precies, een sigaretje, verslaafd net als ik, tot en met. En nu zit ze in het verzorgingstehuis in een rolstoel en in de luiers, oh nee, 'inco's', zo moet ik ze noemen.

Of ik verder nog broers of zussen heb? Ja, anderhalve zus. Een halfzus, uit het huwelijk van mijn vader voordat hij mijn moeder kende, die hij als baby in de steek heeft gelaten. Ik heb haar nog nooit ontmoet. En een hele zus, maar die voelt op een bepaalde manier ook niet als een hele of echte zus. Zie haar al een paar jaar niet meer door alles wat er met mij is gebeurd en door hetgeen ze met mij heeft moeten doorstaan. Maar ik weet dat als ik bijna of helemaal dood ben, ze er voor me is en mij een waardig afscheid zal geven. Dat hoop ik tenminste ... Ze heeft het perfect voor elkaar: lieve man, koningskoppel prachtige kinderen, mooi huis en een baan waar ze van houdt. Zou dat geluk zijn? Soms denk ik van wel. Maar geluk is niet altijd reëel te verwezenlijken.

Twee kinderen, twee zusjes van vlees en bloed, twee dochters van niet bepaald voorbeeldouders, zo verschillend als dag en nacht, maar vooral verschillend door gevoel en verstand. Ik ben impulsief en handel negen van de tien keer zonder er eerst over na te denken. Ik handel vanuit het gevoel dat ik op dat moment voor mezelf of een ander voel. Zij benadert veel door er eerst goed over na te denken en met een normale dosis gevoel. Ze kan functioneren in het grijze gebied, door verstand en gevoel te combineren en zo de wijze geest te gebruiken. Ik doe juist vaak het één, terwijl mijn kleine, innerlijke ik iets totaal anders adviseert. Daardoor ga ik vaak veel te ver in mijn keuzes, acties, woorden en daden, zonder dat ik dat echt tegen kan gaan. Mijn gevoel en verstand willen dat ik tussen hen beide kies en dat wint mijn gevoel vaak. Die zogenaamde wijze geest of dat grijze gebied

ken ik eigenlijk niet.

Ik heb bijvoorbeeld familie, vrienden en buren. Maar mensen die over kennissen spreken, begrijp ik totaal niet. Zijn dat dan de mensen die niet goed genoeg zijn om je vriend te mogen zijn? Kennissen, nee, die heb ik niet. Normale vrienden ken ik ook maar vrij weinig. Ze hebben allemaal net als ik een rugzak of verslaving, nu of gehad. Mijn enige normale vriendin met drie kids, een mooi huis en een leuke vent zie ik door het grote contrast in onze levens ook nauwelijks. Maar ondanks dat ze mijn beste vriendin is, voel ik me vaak als een blok aan haar been. Want als we praten, gaat het over mij en de ministapjes die ik dagelijks probeer te zetten. Maar niet over háár diepste geheimen, onzekerheden of al haar megaprestaties. Zij is in mijn ogen, net als mijn zus, perfect en gelukkig. Terwijl zij juist zegt dat wat ik presteer – door iedere dag met mijn dubbele diagnose te worstelen en te leven en na iedere val toch weer op te staan – voor haar voelt als drie marathons achter elkaar lopen. En dat zouden zij en haar ‘perfecte’ vriendinnen volgens haar nooit kunnen, leven in zo’n uitzichtloos bestaan en toch maar weer doorgaan.

Maar ik kan het ook niet; ik doe wel alsof en soms gaat me dat best goed af, maar ik hoop ook dat er een dag komt dat ik weer wat langer kan blijven staan in plaats van steeds verder weg te zakken. Zodat ook ik weer een mooier, groter doel en leven kan nastreven en dat ik het gevoel trots met trots kan dragen.

Ik kende wel fijne jaren in mijn leven; de jaren voor mijn twaalfde, toen ik nog geen besef had van de problemen tussen mijn ouders. Mijn psychoses waren, achteraf gezien, voor mij, in tegenstelling tot voor mijn omgeving, ook fijne tijden. Ik kende geen angst, onzekerheid en vermoeidheid meer. Ik leefde vanuit en met een oerinstinct en kracht.

Maar mijn allerfijnste jaren waren die toch samen met mijn ex-vriend – ik heb me nog nooit zo bijzonder gevoeld. Hij schonk me net als mijn duivelse tovenaar onvoorwaardelijke liefde, maar

vooral had hij een engelengeduld met me. Toen zat ik af en toe nog in gebruik, maar het waren voor mij de beste jaren die ik sinds lange tijd had gekend. Maar zoals een hand vol zand dat je te hard vastknijpt, glipte het zand met een definitief afscheid tussen mijn vingers vandaan. En nu nog, drie jaar later, probeer ik die kruimels zand op te rapen, maar dat is natuurlijk tevergeefs. Het maakt de pijn, het verdriet, het gemis en de eenzaamheid alleen maar erger. Omdat mijn zogenaamde beste vriend, mijn verslaving dus, wel zou zorgen dat ik al die gevoelens kon doorstaan. En nu, één psychose en drie jaar verder, ben ik niet alleen hem verloren, als zand dat door je vingers glipt, maar vernietig ik mezelf sindsdien en al vele jaren daarvoor. Ik zal zelf de volgende hand met zand zijn dat tussen mijn eigen vingers wegglijdt.

Maar stel je eens voor dat ik nu mijn eigen hoopje zand heel kalm en rustig, niet vastgeklemd, op mijn hand laat liggen, waardoor het minder snel wegglijdt? Zou er dan een groter licht of überhaupt weer een licht voor mij gaan schijnen aan het einde van de tunnel? En zou ik dan de rust en de juiste weg vinden die ik zo zoek? Of leidt alleen de dood mij naar die weg en rust toe?

Ik ben bekend met suïcidepogingen, tot op het randje van kritiek aan toe. Ik heb veel ernstige, diepe, depressieve dalen gekend. Maar omdat een paar jaar later iemand aan me vroeg: "Wie zegt dat de dood rust inhoudt?" Heb ik daar ook helaas zo mijn twijfels bij gekregen. Wie weet wat ons daarna nog allemaal te wachten staat? Daardoor kan ik de neiging en de wil om te sterven vaak nog op tijd de baas zijn. Maar ook dankzij mijn psychoses, waarin God en de duivel aan mijn zijde stonden en op me gelet hebben, weet ik nu dat ook ik een doel bij mijn wiegje heb gekregen. Alleen is mij die missie nog niet helemaal duidelijk. Want al is voor velen het doel geluk, nog meer is dat voor mij tevredenheid, de enige 'te' die goed voor ons is.

Mijn gevoelens van en hoop op geluk komen niet vaak meer voor; mijn verslaving tackelt ze keihard. Maar die verslaving be-