

GEHEIM I

Je bent hier met een reden

I

Juice

Ik herinner me nog precies het moment waarop ik me voor het eerst bewust werd van mijn juice.

Mijn ouders waren missionarissen in de buurt van Mussoorie in India, halverwege het Himalaya-gebergte. Vanaf mijn vijfde werd ik met mijn oudere broers en zus naar de enige Engelstalige school in de streek gestuurd, waar voornamelijk kinderen van missionarissen, hoge overheidsambtenaren en officieren van het Britse leger op zaten. Ik was een beetje een morsig kind; mijn moeder en mijn nanny Ayah deden hun best om te zorgen dat ik schoon en fatsoenlijk gekleed ging, maar ik op mijn beurt deed weer mijn best om hun werk ongedaan te maken. Ik speelde vaak in de viezigheid en klom liever in bomen dan met poppen te spelen of een boek te lezen. Ik luisterde graag naar verhalen, maar las ze niet graag, want elke keer als ik naar de letters keek, zwommen ze voor mijn ogen, zodat ik nooit echt snapte wat er nou eigenlijk stond.

In die tijd bestond er nog geen woord voor dat probleem. Tegenwoordig wordt het dyslexie genoemd. Maar tijdens mijn eerste schooljaren wist ik niet beter dan dat ik dom was, iets wat door mijn schooljuf nog eens werd benadrukt doordat ze me vaak op mijn fouten wees. Ik presteerde in haar klas zo slecht dat ik moest blijven zitten, en hoe zij toen over me dacht heeft een diepe deuk in mijn gevoel voor eigenwaarde geslagen.

Erop terugkijkend lijkt mijn worsteling eigenlijk best grappig. Alleen al door mijn carrière is wel duidelijk dat het achteraf gezien slechts een kort hoofdstuk in mijn jonge leven is geweest. Maar toen had ik het er enorm moeilijk mee. Ik geloofde echt dat ik dom was. Ik bedoel, natuurlijk vond ik dat de juf nog dommer was dan ik, maar ik maakte me echt zorgen over hoe ik me in de wereld moest redden als ik nog niet eens zoiets simpels als lezen kon leren. En bovenal betwijfelde ik of ik in de voetsporen van mijn ouders kon treden om dokter te worden, en dat was mijn grootste droom.

Bovendien had ik heel veel moeite om vrienden te maken. Ik was ongelooflijk eenzaam en telde elke dag na schooltijd de stappen die ik heuvelopwaarts naar huis liep, popelend om onder Ayahs sjaal te kruipen om te huilen.

Die eerste twee lange schooljaren wachtte ik op de winter, want dan werden we allemaal in onze caravan geladen en vertrokken we naar de vlakten om daar aan het werk te gaan. Ik vond niets fijner dan de tijd die we in het mobiele kamp doorbrachten waar mijn ouders patiënten behandelden. We waren een drukke, reizende gemeenschap, waar de mensen vanaf het hele platteland – voornamelijk uit de laagste kasten van India's repressieve regime – naartoe kwamen om medische zorg te krijgen. Het kastensysteem had hen als 'paria' gebrandmerkt, wat mijn ouders zowel verkeerd als tragisch vonden. Ik heb het ook nooit begrepen; hoe kon Ayah nou een 'paria' zijn, terwijl een knuffel van haar het heerlijkste was wat er op de wereld bestond? En hoe kon Dar, of wie dan ook, nou een paria zijn? Wie überhaupt, trouwens? Mijn ouders behandelden ook leprapatiënten, nu bekend als de ziekte van Hansen, en ook vrouwen die vaak nergens anders zorg konden krijgen. De meeste mensen die ze in hun spreekkamer zagen waren nooit eerder bij een

dokter geweest en ze konden er maar zelden voor betalen.

Door die toewijding was ons kamp een drukke bedoening waar mensen niet alleen voor een behandeling terechtkonden, maar ook voor liefde, vriendelijkheid en een gevoel van saamhorigheid. We werkten van 's ochtends vroeg tot het heetste deel van de dag, hielden siësta en werkten vervolgens door tot de nacht inviel. Dan gingen we met z'n allen onder de sterrenhemel om het kampvuur zitten om elkaar verhalen te vertellen.

Het leek wel alsof iedereen in de streek wist dat we er waren, en ook dat mijn ouders iedere patiënt aannamen die hulp nodig had. Op een dag ging mijn vader met mijn broers jagen, wat betekende dat Margaret, onze jongere broer Gordon en ik onze moeder moesten helpen in de dokterstent. Ik vond het heerlijk om haar te assisteren bij mensen met ontstoken wonden, chronische ziekten en botbreuken. Ik was trots dat mijn moeder dokter was. Ik had ook het gevoel dat ik in mijn eerste acht levensjaren zo'n beetje alles al had gezien. Maar op die dag kregen we een wel heel onverwachte patiënt.

Rond het middaguur ontstond er commotie. Er kwam een jonge man het kamp binnenlopen met aan een teugel een gewonde olifant! Mijn moeder begroette hem en probeerde uit te leggen dat ze geen dierenarts was. De man zei echter dat het een heel bijzondere olifant was, hij was het favoriete rijdier waarmee de radja op jacht ging. Een tijdje geleden was de olifant in een bamboestronk getrapt en had zijn poot bezeerd. De wond wilde simpelweg niet genezen. Hoewel de radja normaal gesproken zijn dieren door hun verzorgers liet behandelen, wist hij dat mijn ouders in de buurt waren en hij had de man, de trainer van de olifant, opdracht gegeven om niet eerder terug te komen dan voordat zij zich persoonlijk met de olifant hadden bemoeid.

Mijn moeder had nog nooit een olifant behandeld, maar ze was voor geen kleintje vervaard. Ze begon op vriendelijke, maar zelfverzekerde toon tegen de olifant te praten, iets wat ze bij iedere zenuwachtige patiënt deed. ‘Laten we eens even kijken,’ zei ze met troostende stem. ‘Ik doe heel voorzichtig. Zo te zien doet het behoorlijk pijn.’ Ze bekeek zorgvuldig de linkervoerpoot van de olifant en raakte behoedzaam de gevoelige plek aan. Die was behoorlijk ontstoken en ze zag dat er nog steeds een bamboesplinter in moest zitten. Het was opwindend maar ook een beetje ontzagwekkend om zo dicht bij zo’n machtig dier te zijn. Terwijl ik zijn gerimpelde huid en gladde slagstanden aaide, verbaasde het me dat hij zo’n vriendelijke energie uitstraalde.

Mijn moeder had door dat ik wilde helpen en zei me dat ik tangen, kaliumpermanganaat en een grote koperen injectiespuit moest gaan halen. Eerst haalde ik de tangen en de grootste spuit uit onze voorraad. Mijn moeder sprak nog altijd troostend tegen de olifant – ‘goed zo, je doet het hartstikke goed’ – terwijl de olifant daar geduldig en knipperend met zijn ogen bleef staan.

Ik ging de dokterstent weer in om het ontsmettingsmiddel klaar te maken. Ik pakte een grote fles kaliumpermanganaat van een plank – onze medische tent was altijd strak georganiseerd – en zette die naast de kan water die we daar bewaarden. Daarna mat ik de zorgvuldig de juiste hoeveelheid oplossing af, vulde een hele kom met de paarse vloeistof, terwijl ik oppaste niet in aanraking te komen met het krachtige chemische spul, want ik wist dat die onverdund mijn huid zou verschroeien. Ik tilde de zware, brede kom met mijn handen op en liep langzaam weer naar buiten, terwijl ik er goed op lette niets op de grond te morsen. Eenmaal terug zag ik dat de olifant rustig bleef staan terwijl hij mijn moeder gadesloeg, die naar de bamboesplinter spitte die

zich diep in het gladde, grijze kussen van zijn voorvoet had ingegraven. Hij liet geduldig toe dat ze de lange splinter verwijderde en de ontsteking uitspoelde. Ik begreep wel waarom de radja zo dol was op die olifant. Hij was zo welgemanierd dat hij zelfs geen spier vertrok.

Nadat ze de wond had schoongemaakt, smeerde mijn moeder ten slotte zalf op de wond. Olifanten zijn expressieve dieren en deze leek blij, zelfs zo blij dat toen de tijd was aangebroken dat de man hem naar de Ganges zou brengen om hem te laten afkoelen, de olifant met zijn slurf omlaag reikte en Margaret in de lucht tilde, die opgetogen en angstig een gillette slaakte. We hielden onze adem in. Maar hij zette haar op zijn rug en we haalden opgelucht adem. Toen stak hij zijn slurf naar mij uit.

Na wat hij met Margaret had gedaan, was ik niet bang meer. Ik genoot van de leerachtige slang die zich om me heen kronkelde, voelde de sterke spier die zijn neus zo heel anders maakte dan die van mij. Ik had al vaak gezien dat olifanten van de bomen aten en hun jongen optilden, maar ik had nooit zelf hun indrukwekkende slurf aangeraakt of me voorgesteld hoe het zou zijn als er een zich om me heen slingerde. Maar daar hoefde ik niet lang bij stil te staan, want even later zat ik naast mijn zus op de brede olifantenrug. Toen tilde hij onze broer Gordon op, die zijn kleine handen om mijn middel sloeg zodra hij achter me werd neergeplant. En daar gingen we! We reden naar de rivier met de andere kinderen uit het kamp achter ons aan. Eenmaal daar aangekomen sproeide de olifant ons allemaal vrolijk nat. Hoewel het water meestal verboden terrein was vanwege slangen en krokodillen, wisten de volwassenen dat die met de olifant in de buurt wel weg zouden blijven, dus mochten we de hele middag met hem spelen.

De volgende dag bracht de man de olifant weer naar het

kamp zodat mijn moeder kon controleren of de wond niet weer was gaan ontsteken. De olifant liep regelrecht naar haar toe, wikkelde zijn slurf om haar middel en tilde haar in de lucht, zoals hij met mij, mijn broer en mijn zus had gedaan. De rest van de week kwam de olifant elke dag, en alsof hij mijn moeder zijn dankbaarheid wilde tonen, begroette hij haar met een grote slurvenknuffel, waarop ze als altijd met humor reageerde en vrolijk lachend uitriep: ‘Nou, wees een brave jongen en zet me neer!’ Daarna gingen we allemaal naar de rivier om te spelen, soms reden we op de olifant door het ondiepe water, andere keren sproeide hij ons met zijn slurf nat en gilden we het uit.

Het was een cruciale periode in mijn leven. Toen ik het jaar daarop weer naar school ging, was ik blij dat ik daar ten slotte toch niet zo’n hekel aan bleek te hebben.

Doordat ik mijn moeder had geholpen bij de behandeling van de olifant had ik ontdekt dat ik een geboren dokter was. Hoewel de studie vanwege mijn dyslexie altijd lastig was, leerde ik dat dat niets te maken had met mijn intelligentie. Mijn nieuwe onderwijzeres begreep mijn probleem en vond een manier om me te leren lezen. Ik wist dat ik dat onder de knie moest krijgen als ik geneeskunde wilde studeren, en dat gaf me de moed om te doen wat ze zei. Ik begon weer in mezelf te geloven. Dat loodste me door mijn school, daarna door college en ten slotte door de geneeskundestudie.

Net als bij mijn ouders het geval was, gaf geneeskunde me de kans om op een positieve en betekenisvolle wijze met de wereld in contact te staan. Toen ik met dat paarse ontsmettingsmiddel naar die olifant liep, kwam ik in zo’n intens contact met mijn vreugde dat ik me realiseerde dat ik me niet door mijn leerproblemen zou laten weerhouden. Ik zou een manier vinden om erdoorheen te komen. Ik wist dat ik belangrijk en nodig was. Ik had het gevoel dat ik ergens deel van uitmaakte.

We verdienen het allemaal om dat te voelen. Ieder van ons is hier met een reden, om te leren, te groeien en onze talenten te delen. Als we daarin slagen, zijn we vervuld van de creatieve levensenergie die ik 'juice' noem.

Juice is onze reden van bestaan. Het is onze vervulling, onze vreugde. Dat gebeurt als het leven door liefde wordt aangevuurd. Dat is de energie die we krijgen van de dingen die ertoe doen en iets voor ons betekenen. Dat is wat mijn ouders kregen door hun werk met onderdrukte bevolkingsgroepen, en dat is het eerste geheim dat ik met je deel: je bent hier met een reden. Ieder van ons is hier om met onze unieke gaven in verbinding te komen; dit is wat onze levenslust wakker maakt. Het gaat er niet per se om dat je dat doel ook bereikt. De zoektocht staat voor veel meer.

Het proces om 'onze juice te vinden' houdt ons bij de les.

Dit concept is niet nieuw, ook het idee dat het iets met gezondheid te maken heeft is dat niet. Talloze oosterse filosofieën hebben er al op gewezen dat welzijn en energie op de een of andere manier met elkaar verbonden zijn, wat zowel *prana* als *chi* wordt genoemd. Westerse filosofen refereren soms aan iets meer theoretisch, zoals motivatie of een doel. Medewerkers van de spoedeisende hulp en zorgpersoneel van hospices beschrijven juice vaak als een wil om te leven, want als iemand die verliest, is het afgelopen. Hoewel, als je vol juice zit, wil dat niet zeggen dat je volkomen gezond bent. Als je juice verliest of als het opraakt, kan dat je welzijn behoorlijk in de weg zitten.

We worden allemaal opgeroepen om dagelijks onze bijdrage aan de wereld te leveren en daardoor onze juice te vinden. Bepaalde activiteiten en werkzaamheden leveren ons meer juice op dan andere, dat verschilt van persoon tot persoon. Sommige mensen hebben een roeping gevonden waar ze compleet van opleven, knijpen zich hun hele loop-

baan in de arm en denken: ‘Niet te geloven dat ik hiervoor betaald krijg!’ Anderen hebben minder juicy banen om de kost te verdienen en vinden hun passies buiten werktijd. Nog weer anderen, zoals onbetaalde mantelzorgers, dragen hun steentje op andere belangrijke manieren bij, terwijl ze evengoed in verbinding staan met hun unieke gevoel van zingeving.

Hoewel er niet één manier of één levensterrein is waar we onze juice kunnen vinden, moeten we dit wel allemaal zien te vinden, want het is een vitaal onderdeel van onze levenskracht. Zonder juice wordt het lastig om blijdschap te voelen, en dan begint zowel de lichamelijke als de geestelijke gezondheid te wankelen. Dit is deels de reden waarom ik mijn patiënten vaak vraag of ze een doel hebben in hun leven, want als ze daar geen antwoord op hebben, kan ik hun klachten vaak slechts tijdelijk verlichten. Ik kan ze misschien oplappen, maar niet per se beter maken.

Met een beetje geluk ervaren we heel vaak juice in ons leven. Maar net zo vaak merken veel mensen dat hun juice opdraakt. Dit kan een schokkende en belangrijke ervaring zijn. Het kan echter ook veel subtieler gaan, als een auto die gaat sputteren, haperen en zonder benzine komt te staan.