

Hoofdstuk 1: Wankelen

(juli - december 2013)

Alsof een boom werd geveld

Mijn partner en ik bezochten een kasteel aan de Loire, in juli 2013. In het aanpalend café vertelde mijn vriend iets dat mij choqueeerde. Ik was compleet in de war en voelde een hevige pijn in mijn borststreek. Daarna hoorde ik me smeken: ‘Kun je beloven dat ik altijd bij jou mag blijven?’ ‘Ja, natuurlijk’, reageerde hij met een zachtmoedige stem en vriendelijke ogen. De pijn doofde niet. Ik stelde de vraag opnieuw en kreeg hetzelfde antwoord. Pijn en verwarring bleven onverdraaglijk. Ik liep weg, huilde onbedaarlijk en werd meegesleurd in een droomwereld. Gelukkig had ik een notitieboekje bij als houvast. Ik moest schrijven, om niet te splitsen in twee soorten ruimte en tijd:

‘Ik kijk naar de bezienswaardigheden in dit kasteel, maar maak er zelf deel van uit, alsof ik hier ooit woonde. Het doet me denken aan bijna-doodervaringen: je ligt op bed en ziet jezelf liggen. Ik zie mezelf hier rondlopen vanuit een andere dimensie, vol warrige droombeelden. Of neen, toch niet. Ik voel de verwardheid en tegelijk duid ik ze. Alsof mijn bewustzijn parallel loopt met mijn onderbewustzijn, en ik in een dubbele ik-toestand leef. Als ik in mezelf afdaal is er niets anders dan verdriet.’

Ik riep mijn partner. ‘Wil je alstublieft met mij rondgaan in het kasteel en de tuin en me vertellen wat je allemaal ziet? Het gaat niet goed.’ Hij deed wat ik vroeg. In het hier en nu wou ik horen en zien. Om niet in een donkerte te verdwijnen.

Een bekend pianostuk weerklonk in de verte. Het zoog me mee naar de zaal waar een jongeman met een zwart pak op een zwarte vleugelpiano speelde. Deze plek werd overgoten met een magisch, felgeel zonlicht. Ik herkende de zoete watervalkklanken van Debussy - als achttienjarige had ik dit stuk ooit gespeeld – en baadde in de muziek als in een wiegende baarmoeder. Zachtjes landde ik terug in de realiteit.

Dagen moest ik bekomen van deze verwarrende ervaring. Ik had ooit gehyperventileerd, maar dit was nieuw. Mijn vriend zei er niet veel over. Ik zocht op internet informatie over psychosen. Wat ik over randpsychosen las, kwam het best overeen met mijn ervaring. Thuis maakte ik meteen een afspraak met mijn vroegere psychiater die mijn bewering bevestigde noch ontkende. Ik voelde me door haar niet ondersteund en haakte na enkele weken af. Later zou mijn huidige psychiater deze ervaring ‘dissociatie’ noemen.

Het was duidelijk dat angst aan de basis lag van deze akeligheid. Een samengeperste, onderdrukte angst, die zich laag na laag in mijn onderbewustzijn had genesteld. Door één uitspraak, één trigger, kwam ze aan de oppervlakte. Alsof ik toen kokhalsde. De vakantie en de tijd alléén, liet me toe die zure soep bij beetjes uit te gieten. Medicatie en gesprekstherapie hielpen me daarbij. Ik moest de waarheid onderkennen: deze relatie was voor mij niet langer leefbaar.

Toen mijn partner terugkwam van een reis eind augustus, gooide ik in een gesprek al mijn twijfels op tafel. Mijn angstig vermoeden werd onverbloemd en duidelijk bevestigd. De boom werd geveld. Enkel een stompje stam bleef over met wortels, jaarringen en wat groen.

Het voelde voor mij als een zoveelste mislukking ondanks volgehouden inzet en overgave. Alsof ik tegen een muur bloemen had gegooid. En deze ervaring had zich al herhaaldelijk voorgedaan. Niet alleen in relaties, maar ook in vriendschappen en op het werk. Een hardnekkig patroon, dat oorzaak was van massa's energieverlies.

Zes jaar had ik bij mijn vriend gewoond. De jaren voordien, toen ik opgroeiende dochters had, hadden we een latrelatie. Ik woonde in mijn huis in Leuven. Toen ik later bij hem ging wonen, ging ik nog elk weekend naar mijn huis. Mijn oudste dochter woonde daar met vriendinnen. Mijn jongste dochter, die in Gent studeerde, kwam in het weekend naar huis. Een schijnbaar goede oplossing voor alle partijen, maar dat heen- en weer fragmenteerde me in een partner- en moederrol. Als een splitsing die niet had moeten zijn ...

Toen mijn dochters afgestudeerd waren, ging ik bij mijn partner inwonen. (Mijn oudste dochter huurde mijn huis met haar partner. Mijn jongste dochter bleef in Gent hangen.) Wonen in het huis van mijn ex-partner voelde als tijdelijk. De inrichting van het huis, de aanleg van de tuin ..., alles was destijds door hem gekozen. Ook al kreeg ik de ruimte om van zijn huis ook mijn plek te maken voelde het nooit aan als 'ook van mij'. Achteraf gezien was dit allemaal moeilijker dan eerst gedacht.

Kloosterritme

Eind augustus 2013, hield de adrenaline me op de been. Ik had de moed om de relatiebreuk mee te delen aan familie en vrienden, een appartement en een tijdelijk verblijf te zoeken. En dit alles op veertien dagen tijd.

Nadien sleepte ik me voort als een gewond dier. De pijn kwam binnen in al zijn rauwheid: steken in mijn borst, een brandend gevoel in mijn ingewanden, gebrek aan eetlust, loodzware benen. Ik miste de start van een nieuw schooljaar. De huisarts zette me thuis voor twee maanden.

Trein van rauwe pijn
Spelende schoolkinderen
flitsen traag voorbij

In afwachting van mijn verhuis naar een huurappartement in Leuven, verbleef ik zes weken bij ‘mijn broeders’ in Gent. Willem, Arthur en Kamil vormen een kleine religieuze gemeenschap.

Hoe zij me onthaalden en ik mijn eerste dagen beleefde kan je lezen in onderstaande nieuwsbrief voor familie en vrienden:

Beste vrienden, familie,

Normaal gezien zwaaien mijn broeders in hun brede deurgat als ik terug naar huis ga. Nu mocht ik eens zwaaien. Ze vertrokken naar een trouwfeest vandaag. Deze morgen was iedereen dus al vroeg op. De koffie stond klaar. Ik slaap in de vertrouwde kamer met prinsessen bed. Als ik hen of mijn jongste dochter in Gent bezoek, slaap ik hier ook. Alleen

ben ik hier nu van statuut veranderd. Ik ben geen logeetje, maar inwonende gast.

Mijn broeders onthaalden me met veel lekkers. Willem had de kamer helemaal opgeruimd, gepoetst en de kasten leeggemaakt. Handdoeken en washandjes hingen rustig op 'mijn' badkamer (ja, ik heb hier een eigen badkamer!) en op de marmeren steen van mijn nachtkast lag een tube antimuggenzalf.

Wat een zaligheid! Weet je dat ik 's morgens gewekt word door psalmen die ze in hun kapel boven mij zingen en dat ik gewoon kan meebidden? Hun samenzang klinkt zo professioneel dat het lijkt of engelen de ochtend inzetten.

Het pianospel van Arthur overdag doet me terugdenken aan de tijd dat hij en Willem naast me woonden in Leuven en we toehoorders waren van zijn piano-oefeningen. Het vertrouwde heeft nu grote waarde. Bijvoorbeeld mijn rammelend fietske waarmee ik rondrijd in Gent. Ik had mijn oude fiets aan Silke, mijn jongste dochter, gegeven en nu leen ik hem opnieuw van haar. Zij zorgde ervoor dat ze een studentenfiets kon huren voor de duur van mijn verblijf hier! Zo lief...

Wat vertrouwd is, biedt veiligheid. En als de grond wankelt, is het wonderbaarlijk hoe een mens houvast vindt in wat overblijft of wat hem bekend is.

Ik heb ziekteverlof, gelukkig, maar toch hou ik eraan mijn gewone ritme te handhaven en 's morgens drie blokjes te werken voor school. Van half acht tot negen. Van half tien tot 11 na een gezamenlijke koffiepauze, en van half twaalf tot één uur. In de namiddag wil ik me overgeven aan rust, stilte, klassieke muziek, eventueel een babbel met een vriendin in Gent, maar niet te lang. Ik ben namelijk ontzettend moe, slaap nog altijd niet door, ben