

30 maart 2014. Vandaag is het dan DE dag. Ik ga stoppen met leven. De brieven zijn geschreven, de spullen uitgezocht en opgeruimd en het huis heeft de laatste schoonmaakbeurt gehad.

Nog eenmaal maak ik de fietstocht die Henk, mijn overleden man, en ik de laatste keer gefietst hebben, dan neem ik een schaalje verzamelde medicijnen, met een halve fles jenever in. Met de anti misselijkheid pillen ben ik al een dag eerder begonnen. Ik ga naar boven, doe een vuilniszak over mijn hoofd en plak hem met plakband dicht. Pfff, wat is dat benauwd, dan val ik weg.

Wat een frustratie, de volgende ochtend word ik wakker met de zak naast mij. Hoe is dit nu mogelijk!! Dit wil ik niet, maar voordat ik een nieuwe poging kan ondernemen zak ik al weer weg totdat mijn directeur voor de deur staat en mij wakker belt. Ondanks de belofte dat hij niemand zal waarschuwen, belt hij toch mijn broer.

Mijn broer neemt mij mee naar de huisarts. Een ontzettend lieve vrouw. Aan het gezondheidscentrum is ook een psychiater verbonden en zij verwijst mij naar hem. Het zal vast een goede zorgverlener zijn, maar wat voel ik mij ongelukkig. Op zijn eerste vraag: wat kan ik voor u doen, kost het mij moeite om niet te zeggen dat ik een Drion pil wil. Het gesprek springt, naar mijn gevoel, van de hak op de tak.

Ik wil alleen maar weg!

Dan maakt mijn huisarts een afspraak bij PsyQ. Met de gedachte: 'Ik ga één keer, dan is iedereen tevreden', ga ik er heen. Ik kom bij Dr. M. Blom terecht. Ik geef hem een van te voren gemaakt briefje met de onderwerpen waar ik niet over kan en wil praten. Hij legt het naast zich neer, kijkt er amper op, begin een gesprek, vraagt wat voor werk ik doe, wat mijn vader gedaan heeft en legt zo nu en dan een linkje naar mijn briefje. Wat een verademing. Ik voel de spanning in mij wegzakken. Als de tijd om is vraagt hij niet of ik nog een keer wil komen, maar maakt gewoon een afspraak. Ook vertelt hij dat hij op vakantie gaat, maar dat als ik weer een poging wil doen, hem eerst moet bellen. En dan zegt u: doe maar niet, zeg ik. Hij lacht en bevestigt dit en geeft mij vervolgens zijn mail adres.

Bijna opgelucht ga ik naar huis. Hij heeft niet ge- of veroordeeld, heeft mij op alle fronten in mijn waarde gelaten en ook nog een goed gevoel gegeven. Met hem wil ik nog wel een keer praten. Het wordt niet 1 keer, maar nog heel veel keren. De afspraken worden ijkpunten in mijn strijd om toch iets positiefs uit het leven te halen. Het soms, in mijn ogen, oppervlakkige gepraat, trekt heel veel dekseltjes van gesloten potjes in mij open. Ik begrijp steeds beter waarom ik het leven ervaar zoals ik het ervaar en ondanks alle goede zorg van mijn psychiater weet ik dat dat nooit zal veranderen. Maar wat ben ik hem dankbaar dat hij mij dat inzicht gegeven heeft. De GGZ kan een waardevolle toevoeging zijn, maar, net als bij een ernstig fysieke aandoening, garandeert het geen verbetering.

Pil van Drion



Door: Marjon Toes