

Mag ik gelukkig zijn?

In korte tijd zijn een aantal belangrijke dingen in mijn leven goed gegaan. Ik heb een vast contract gekregen voor mijn bijbaan en een contract aangeboden gekregen door mijn stageplek. Op de voorlichtingsavond die ik heb gegeven over Borderline, werd ontzettend positief gereageerd door het publiek. Nu zou je denken: je bent hier vast heel blij mee. Dat ben ik ook, voor heel even...

Een paar seconden na het blije gevoel komt er angst. In mijn hoofd zorgen vloedgolven van gedachten ervoor dat mijn blijdschap verdrinkt. 'Wedden dat er iets mis gaat – de administratie zal mijn vaste contract vast niet goed verwerken, waardoor ik mijn bijbaan helemaal kwijt raak – mijn stageplek zal vast op het aanbod terugkomen – het GGZ informatiepunt zal vast iemand vinden die veel beter kan voorlichten dan ik – mijn vriend gaat vast bij me weg, waardoor mijn toekomst alsnog in duigen valt – straks krijg ik een ernstig auto-ongeluk, waardoor ik niets meer kan – misschien ga ik binnenkort wel dood, net nu ik wil blijven leven'. Zulke gedachten komen

altijd als er iets positiefs in mijn leven gebeurt. Vaak zeggen mensen dan "je moet gewoon niet zo denken". Net alsof ik die gedachten niet probeer tegen te houden, alsof ik ongelukkig WIL zijn. Mensen die zulke opmerkingen maken zien niet in hoe belachelijk dat 'advies' voor mij klinkt. Je zou het kunnen vergelijken met zeggen dat iemand met een beenverlamming gewoon moet lopen. Na zulk 'advies' voel ik me nog ellendiger. De angst zet zich volledig om in depressie. Als dit gebeurt word ik altijd misselijk van verdriet, doen mijn ledematen pijn, voel ik mij heel zwaar. Waarom kunnen andere mensen wel gelukkig zijn? Waarom kunnen zij wel hun gedachten bepalen? Ligt het aan mij dat ik zo denk? Doe ik niet genoeg mijn best? Zal ik ooit gelukkig kunnen zijn?

Mochten mensen zich afvragen waarom ik mij in hemelsnaam ellendig kan voelen terwijl mijn leven op rolletjes loopt, hierbij dus mijn antwoord. Er leeft een monster met de naam 'Borderline' in mij, die mij gek maakt met gedachten.