

Gone in 58 seconds

Afgelopen zaterdag mocht ik voor een zaaltje van zo'n 300 man een praatje houden. Het moest gaan over 'Wij zijn Nederland' en mocht maximaal één minuut duren. En ik had bedacht dat dit een mooi moment was om weer eens aan de wereld duidelijk te maken dat psychische ziekten gelijk horen te zijn aan lichamelijke ziekten en dat ook wij meetellen.

Dus ik had een praatje geschreven, uren had ik eraan geschaafd, alle hulptroepen die ik heb had ik ingeschakeld. De timer heb ik wel honderd keer opnieuw gestart om te kijken of ik binnen de minuut viel. Het werden 58 seconden, hoezo perfectionistisch.

Ik had er echter even niet bij stil gestaan dat de beweging 'Wij zijn Nederland' geïnitieerd is door de politieke partij waarvoor ik twee dagen in de week werk. En dat betekende dus dat de jongeman waarmee ik al een week aan het mailen was, gewoon al die tijd tegenover me aan het bureau zat. En dat de collega's die niet in mijn team zitten, sinds afgelopen zaterdag óók op de hoogte zijn van mijn psychiatrische achtergrond. Én de partijtop, die er ook was. Op de woensdag voor de bijeenkomst plaagde mijn baas me nog even toen de jongeman vertelde dat een hoop praatjes nog ver boven de één minuut kwamen. Met een knipoog en enige trots riep ik over de werkvloer: '58 seconden.' Hoe dichterbij de zaterdag naderde, hoe zenuwachtiger ik werd en hoe minder ik

sliep. En met mijn bipolaire stoornis betekent twee nachten slecht slapen bijna automatisch een hypomanie. In alle zenuwen was ik drie uur te vroeg. Daarna zijn mijn herinneringen wat vaag, tot het moment dat ik op Amsterdam Centraal een manier zocht om eerste klas terug te kunnen reizen. Met mijn vermoeidheid, gecombineerd met een hypomaan denktempo, leek het mij een uitermate slecht idee om in een volle coupé met dagjesmensen en hun prikkels te belanden.

Er zijn nog wel wat flarden van de middag. Zo vroeg ik aan iemand van de partijtop of ik zijn oplader even mocht lenen. Nu zijn we niet heel erg van de hiërarchie bij onze partij, maar in mijn normale doen zou ik dat nooit gedaan hebben. Ik vroeg een collega of hij een filmpje van me wilde maken, terwijl hij druk bezig was met het organiseren van de middag. Ik had geen oog meer voor de belangen van anderen, ook een kenmerk van een hypomanie bij mij. Gelukkig deed hij het, voordat ik richting de partijtop ging met mijn verzoek.

Tijdens het praatje was ik bizar aan het trillen, zelden heb ik lithium zo gehaat. En ik bleef trillen terwijl ik naderhand een poging deed een glas cola leeg te drinken. In een ooghoek zag ik een staatssecretaris, ik gaf haar de tekst van mijn praatje. Ze bedankte me en zei dat ze zich vereerd voelde. Ergens herinner ik me haar complimenten over mijn rode feestjurk. Thuis zag ik het filmpje en werd boos op

mezelf over een verspreking. Vandaag was ik weer fris en fruitig op mijn werk. Er kwamen een hoop veren in mijn kont. Mijn baas, collega's en mensen van de partijtop noemden het het beste en meest relevante praatje van de dag. 'En', voegde mijn baas eraan toe, 'jij kreeg terecht het langste applaus van iedereen.' Ik keek met die blik het filmpje terug. Hij had gelijk. Het trooste me, het waren alle zenuwen en trillende ledenmaten waard, voor één keer heb ik in 58 seconden 300 mensen inspiratie mogen geven dat de psychiatrie normaal is, heb ik duidelijk mogen maken dat wij gelijk zijn, dat ook wij Nederland zijn.

De ongelovige