



Wie gezond is,
gedraagt
zich als suiker
in de thee

Trillend op mijn benen kwam ik aan op het station. Mijn blik zocht een bankje, of iets waar ik tegenaan kon leunen, want ik kon geen minuut langer op mijn benen staan. Ik moest nog even. Ik had een afspraak met een vrouw die ik zou interviewen. Zes weken daarvoor had ik een keizersnede ondergaan. Ik was nu moeder van een prachtige zoon, maar ik leed ook aan slaapgebrek en fikse bloedarmoede.

Toch moest het interview doorgaan, ik was immers kleine zelfstandige. Ik hield mijn vestje dicht om natte cirkels op tepelhoogte te verbergen. Deze afspraak nakomen was gekkenwerk. Onze baby leed er niet onder – hij had een vader die opgewekt elke seconde met hem wilde doorbrengen.

Had ik beter om mezelf kunnen denken? Nee. Ik was te moe om assertief te zijn. Ik wilde zo graag geloven in de illusie dat ik gewoon kon meedraaien, dat ik me kon houden aan mijn afspraak.

Wie gezond van lijf en leden is, gedraagt zich als een vis die niet weet wat water is. Of, zoals de Duitse dichter Rilke ooit schreef, als suiker in de thee. Je bent afgestemd op de omgeving, je lost er als het ware in op. Alles gaat vanzelf.

Inmiddels ben ik 25 jaar verder, en nog altijd houd ik de illusie van zelfredzaamheid graag in stand. Ik verzwijg de peperdure in-

De samenleving is afgestemd op gezonde en efficiënte mensen, merkt

Tanny Dobbelaar tijdens haar burn-out. Maar wat als je je tegen die norm verzet en gaat leven in 'kreupeltijd'?

tekst **Tanny Dobbelaar**

jecties die ik elke twee weken in mijn buik prik, waardoor mijn huid niet voortdurend ontstoken en knalrood is. Evenmin vertel ik graag dat ik nu al een jaar probeer te herstellen van een burn-out.

Nog steeds hoor ik bij de 'PPDO's', de Personen van Porselein Door Omstandigheden. Zo noemt cabaretier Sara Kroos, die vier jaar thuis zat vanwege een posttraumatisch stressyndroom, ons in haar laatste voorstelling *Prikkelarme Kermis*. "Dat zijn mensen die er vroeg of laat in hun leven achter zijn gekomen: hee, deze maatschappij is helemaal niet voor mij ingericht."

BEPERKING CAMOUFLEREN

Ik kan nog steeds boos zijn op de jonge moeder van toen. Toch heb ik weinig bijgeleerd. Misschien zoek ik daarom naar andere manieren van leven, waarin je je beperkingen erkent in plaats van ze te camoufleren?

Ik luister naar de conference van de Amerikaanse stand-upcomedian Tina Friml. Zij voelt zich het meest comfortabel bij dronken mensen aan de bar. Niet omdat ze zelf

graag drinkt, o nee. Aan de bar let niemand op haar moeizame spraak en haar fladderende ledematen – waarschijnlijk een gevolg van zuurstofgebrek tijdens haar geboorte. De zaal lacht, misschien iets te hard. Friml ontvangt het applaus al knikkend: "Ja ja, ik ben voor jullie één grote in-spi-ra-tie!"

Ook die opmerking is raak.

Tina Friml laat zien dat haar handicap haar leven compliceert, maar niet per se beperkt. In hetzelfde optreden, te vinden op YouTube, zegt ze ook: "Ik lijd niet aan cerebrale parese. Ik lijd aan mensen."

Dit lijden aan mensen is ook onderdeel van *Notities van een theoreticus* (1996), een vuistdikke roman van de Chinese schrijver Shi Tiesheng. Hoofdpersonage C. was, evenals zijn bedenker, ergens in de twintig toen er 'genadeloos' een rolstoel op hem kwam afrollen, 'die niet meer tegen te houden was'.

Vanaf dat moment viel C. buiten de orde: 'Alsof je op een feestje van iemand anders bent gekomen. De mensen kijken naar je of negeren je, werpen een blik op je en kijken weer weg. Ik vraag me af of ik wel op de goede plek ben, denk even rustig na en weet dan zeker dat ik hier ben uitgenodigd ben. (Leven is: hier uitgenodigd zijn).'

Leven is: hier uitgenodigd zijn. Waarom ontroert die frase me telkens opnieuw?

In *Handicap. Een bevrijding* (2024) beschrijft de Vlaamse historica Anaïs Van Ertvelde hoe ze steeds opnieuw moet bewijzen dat ze echt wel een goede student, onderzoeker en burger is, ondanks haar 'ellebooghand', zoals een bevriende kleuter >>