

De blijde doos

Ze stapte over de hond heen om binnen te komen bij de psychotherapeute. Het was een labrador.

Zijn baasje stond een meter verder en stak haar hand uit ter kennismaking.

‘Renske Vogels,’ zei ze.

‘Jacqueline,’ zei de nieuwe patiënt.

‘Ga zitten.’

Er stonden geen tissues klaar; daarover verontschuldigde de dokter zich. Ze heette Renske, zei ze nog een keer, en Jacqueline mocht zelf kiezen of ze ‘jij’ of ‘u’ zou zeggen.

‘Waarom kom je hier?’

Het was de snottervraag. Iedereen die hier voor het eerst komt, heeft niet meer nodig dan dat. Hij wist dat. Triest was het wel. Renske had haar op z’n minst een glaasje water of kop thee kunnen aanbieden. Daar gingen de tranen al. ‘Ik ben snel emotioneel,’ zei ze.

‘Ja. Dat mag.’

Een hond heeft nog meer inlevingsvermogen, dacht hij.

En Jacqueline vertelde en Renske schreef. Ze schreef alles op wat Jacqueline was, de *echte* Jacqueline, of in ieder geval, al haar woorden, wie haar woorden zeiden dat zij was.

Ze zei: ‘Soms raak ik in paniek, het is een soort vrije val, alsof ik val en niemand kan me redden. Dan blijf ik maar vallen. Dan ga ik hyperventileren.’

‘En hoe kom je er dan weer uit?’

‘Ik zet de tv aan. Ik drink thee. Ik eet een doos bonbons leeg. Ik bel m’n moeder op.’

‘Helpt dat, je moeder bellen?’

Ze haalde haar schouders op. ‘Ik word er relaxed van als ik met haar praat.’

‘Nou, dat is toch mooi. En wanneer had je voor het laatst zo’n aanval?’

En Jacqueline vertelde huilend het verhaal van die ene zaterdag toen ze met haar vriendin Jeany naar de Love Parade zou gaan. En ze had er echt zin in en het zou zo’n toffe dag worden, gewoon weer als vanouds, alleen de meiden, bier drinken en mannen versieren, dansen dansen dansen tot je valt, dat zei Jacqueline, dat was de bedoeling, dus we reden in haar auto naar Duitsland, de Love Parade was in Duisburg namelijk, en het was een paar uurtjes rijden, we hadden de muziek hard staan, maar we moesten tanken. Dus we gingen tanken, ik bleef op de rijdersstoel zitten, Jeany ging tanken en ik moest ineens denken aan iets wat ik wel eens bij Oprah Winfrey had gezien, namelijk dat een auto kan ontploffen door een vonkje bij een benzinestation, door statische elektriciteit bedoel ik, dan heb je een vonkje en dan ontploft de benzinetank, dat gebeurt echt en om dat te voorkomen raak ik de

auto altijd al op het dak aan voordat ik de slang in de tank hang en ik zag dat Jeany dat niet deed, maar gelukkig gebeurde er niets en toen liep ze naar binnen en ik keek in m'n spiegeltje naar m'n mascara en ik klapte m'n spiegeltje weg en Jeany kwam terug en toen kwam ik echt weer in die vrije val terecht, ik weet niet wat ik dacht, het kan niet, dat dacht ik, dit is levensgevaarlijk, het kan niet, dat dacht ik steeds weer, het gaat mis, ik ga dood, help, dat dacht ik en toen kwam Jeany de auto weer in, ze zei: 'Wat is er?' en ik zei: 'Ik moet naar huis.' En Jeany begreep er niets van, we zouden een dag lol hebben, moest ze dan alleen gaan, dus ik zei 'Ja, jij moet wel gaan, tuurlijk,' want ook als ik in paniek ben, weet ik heus wel dat er niet echt iets aan de hand is, dat het alleen in mijn hoofd is, dus zij ging.'

'En toen?' vroeg Renske.

'Ze zette me af op een station in de buurt, ze reed door en ze kwam nooit meer terug.'

'Ze kwam nooit meer terug?'

'Ze is daar doodgedrukt tussen het publiek.'

'Ja, dat is naar,' zei Renske.

De hond tilde zijn hoofd op om ook zijn medeleven te betuigen. Er was zoveel naars in de wereld. Lang had hij gedacht dat hij een wat beperkt en somber beeld van de wereld had, omdat hij nu eenmaal de hond van een psycholoog was, maar nu wist hij dat het leven niet veel meer te bieden had dan dit.

Op een dag had Renske hem in het archief gelokt.

'Kom, eten!' zei ze. Normaal mocht hij nooit eten in het archief. Natuurlijk niet. Dus hij liep het archief in, begon te slobberen aan de bak voer en Renske deed de deur op slot. Dat deed ze nog twee keer daarna, op dezelfde dag, op dezelfde tijd, maar bij de derde keer trok ze de hond juist haar kamer in.

Ze zwaaide naar de gang om iemand welkom te heten en daar kwam een klein, schuchter jongetje van een jaar of tien tevoorschijn. Waarschijnlijk zo'n jongen die al goed is in schuine moppen en voetballen, maar ondertussen gepest wordt om z'n sproetjes.

Maar het jongetje bleef staan.

'Kom Bobbie, hij doet niets. Kom twee stappen naar voren, ik hou 'm vast.'

En daar stond Renske met de hond en daar stond Bobbie met z'n stijfgeknepen vuistjes. Hij deed één stap. 'Goed zo!' juichte Renske. Toen stopte ze de hond weer in het archief.

Een week later deed Bobbie twee stappen. Nog een week later durfde hij in dezelfde ruimte te zijn als de hond. En zo ging het verder en met Bobbie ging het steeds beter, maar met de hond juist niet. Hij had het verkeerd begrepen. Hij had het al die tijd verkeerd begrepen, maar nu wist hij wat een hondenleven echt was. Zie je, hij dacht dat hij bij Renske in de buurt was omdat zij hem graag bij zich

had. Hij voelde zich geliefd en belangrijk. Hij hoorde bij haar. En nu leek het of hij niets meer dan een instrument was. Hij was daar, hij lag daar maar, omdat het ontspannend was voor de aanwezigen, zoals kamerplanten ook goed zijn voor de atmosfeer, zo zag hij het nu, zijn hondenleven.

Jacqueline zag Renske nu voor de tweede keer.

‘Je bent net matig depressief.’

Jacqueline keek haar vragend aan.

‘Dat is de diagnose. Dat zit tussen licht en ernstig in.’

Daar ga je. Daar ga je met je fokking goeie gedrag en met al je krampachtige pogingen om een leven lang niet middelmatig te zijn, dacht hij. Hij lachte haar in gedachten uit. Matig.

‘Het plan is acht sessies,’ zei Renske. ‘Is er iets wat je nu met me wilt delen?’

Jacqueline haalde een zwart opschrijfboekje tevoorschijn. Ze las voor.

Mijn moeder zei, je moet een dagboek beginnen. Je weet wel, zoals Bridget Jones. Schrijf de goeie dingen op. Ik zei, ik ben niet zo’n blijde doos. Maar moeders hebben altijd gelijk.

Ze stopte weer met lezen en zei: ‘Het is niet echt serieus hè. Ik probeer er ook maar de lol van in te zien.’ Arm kind. Is zelfs bang dat de psycholoog niet echt naar haar luistert.

Ze keek weer in haar boekje.

Blijedozenboek idee 1

Ik dacht dat het iets heroïsch zou zijn, opnieuw beginnen. Live the dream. Nou, dat doe ik. De droom is een tweekamerwoning met een beschimmelde badkamer. Ik huur het huis, want dan hoef ik het niet te onderhouden. Ik zoek een relatie op dezelfde basis.

Blijedozenboek idee 2

Tel je zegeningen, één voor één. Betere tip: tel je orgasmes. Zelfgemaakte orgasmes tellen ook. Kortstondig geluk is ook geluk. Fysiek geluk is ook geluk. If it makes you happy, it can’t be that bad.

Blijedozenboek idee 3

Weet je nog dat je een klein meisje was en er was een jongen in de klas en je vond hem leuk en hij vond jou leuk en jij durfde het niet te zeggen en hij durfde het niet te zeggen en dat was maar goed ook, want: zo kon het nooit kapot.

Ik ben nu al een jaar kapot. Ik weet niet of ik ooit weer heel word.

Blijedozenboek idee 4

Geef de droom op. Vind een andere.

Ik zeg het nog een keer: geef de droom op. Hoe vaak in je leven mag je wakker liggen om het niet naleven van de Droom? Ik vraag het je, ik vraag het jou: hoe vaak? Hoe vaak heb je spijt van je zesjeshuwelijk, hoe vaak denk je met weemoed of schuld terug aan de andere relaties die je verkloot hebt? Hoe vaak mag je van jezelf denken 'wat als...?' – en denk je dan aan je werk of je hobby of je vrienden of...? Oh want je weet toch wel dat al die dingen maar een mager substituut zijn voor alles wat niet lukt in liefde, hoe vaak mag je op je vingers de keren tellen dat je werkelijk voor het geluk leefde, hoe vaak mag je die etterige realist in jezelf negeren die zei dat dat toch allemaal niets heeft opgeleverd, niets, niets meer dan wat je al had? Hoe vaak mag je zeggen 'was ik maar', 'had ik maar', en met wie zou je willen afrekenen, wie wilde je de schuld geven omdat jouw droom niet is uitgekomen, en met wie gaat het je dan wel lukken en zeg niet 'op eigen kracht', hou jezelf voor de gek met je 'op eigen kracht', als jouw kracht zo groot was, dan was er niets meer te dromen.

Blijedozenboek idee 5

Als je niet meer weet wat je moet: eet iets.

Blijedozenboek idee 6

Trouwens, waarom zou je de moeite nemen om serieuze relaties te onderhouden met mannen als er 1. blijde bouwmarkteikels zijn die je elke klus uitleggen; 2. Youtube-instructievideo's zijn die hetzelfde doen; 3. buurmannen zijn die alles voor je doen als ze maar even naar je mogen kijken. Dit geldt voor klussen in huis, maar ook voor seksuele hand- en spandiensten – hoewel ik voor seks nog nooit naar de Gamma ben geweest.

Blijedozenboek idee 7

Een relatie is geen koehandel. Je krijgt niet altijd terug wat je geeft en je hoeft niet alles terug te geven wat je krijgt. Gelijkheid bestaat alleen op spandoeken.

Jacqueline wist niet of ze nog verder moest gaan.

'Je schrijft niet over Jeany,' zei Renske.

'Ik probeerde positief te zijn.'

'Je moet je verdriet toelaten.'

Jacqueline bladerde in haar boekje.

Blijedozenboek idee 8

Als je onder je bed kijkt, vind je de dingen die je vergeten bent. De dingen die je wilde vergeten. Dus kijk daar dan ook niet.

Hij had het er moeilijk mee.

Hij voelde zich onder het bed gestopt. Hij voelde zich ongelijk behandeld. Hij was misschien al oud en nooit bemind. Liefde, altijd maar liefde in de spreekkamer van Renske Vogels, maar hij had niets meer dan een vage herinnering aan een moeder die hem schoonlikte en dat was in zijn beleving waar het allemaal uiteindelijk om ging: snuffelen en besnuffeld worden, likken en gelikt worden en alle mensen wisten dat volgens hem ook, maar probeerden altijd maar zijn toch zo natuurlijke behoeften in te dammen, nooit eens, nooit eens kon hij zich laten gaan, nooit zou hij de Ware Liefde kennen en hij voelde dat zijn Vrije Val begon, hij deed een zachte grom, hij blafte want hij wist niet wat er fysiek met hem gebeurde, maar voor hij het wist beheerste hij het ademen niet meer, hij hijgde zwaar, hij probeerde overeind te komen om zijn penibele situatie duidelijk te maken, deed nog een blaf maar de adem schoot hem tekort.

‘Wat gebeurt er met je hond?’

Hij tilde zijn hoofd nog een laatste keer op zoals hij altijd deed om medeleven te betuigen aan alle gekken en niet-geliefden die hier in de praktijk hun drama’s ontvouwd, hun gekke tics in extremis demonstreerden, hun gezichten rood hielden, hun angsten uitspraken, allemaal in de hoop dat verlossing in de nabije toekomst op de agenda stond en hij wist wel hoe dat ging, verlossing is een bot waar je op kan kluiven maar je kan er niet van eten. En hij stierf.