

Transcript podcast 'De Staat van het Verhaal'

Aflevering 4: Marieke Polderdijk

Chris: Welkom bij De Staat van het Verhaal, een plek voor onvergetelijke verhalen. Ik ben Chris Lomans-

Smita: en ik ben Smita James en je luistert naar een podcastserie van De Nieuwe Oost | Wintertuin, waar we elke maand iemand ontmoeten die een verhaal bij zich draagt.

Chris: Een verhaal dat een podium verdient. Omdat we als mens en maatschappij niet compleet zijn als we het niet kennen.

Smita: Vandaag vanuit het Bijlmerpark Theater, een andere locatie dan waar we normaal De Staat van het Verhaal opnemen, dus *special shoutout* naar het Bijlmerpark Theater. We zitten wel een beetje aan de straatkant, dus misschien horen jullie af en toe een scooter voorbijrazen: dat is ambiance. In deze aflevering hebben we als gast Marieke Polderdijk. Zij beweegt, filmt, roept, zingt, speelt, tekent, kleit, bevormt en schrijft. Marieke is in 1994 geboren in een gehuchtje in het vlakke Zeeland en studeerde Creative Writing aan ArtEZ in het heuvelige Arnhem. Het verhaal dat zij met ons zal delen gaat over een leven met chronische lichamelijke uitdaging. Welkom, Marieke.

Marieke: Dank je wel.

Chris: Fijn dat je er bent.

Marieke: Leuk om hier te zijn.

Smita: Yes, hoe gaat je dag tot nu toe?

Marieke: Ja, goed! Het was leuk om weer eens een treinreis ergens naartoe te hebben.

Smita: De eerste na de lockdown?

Marieke: Nee, dat niet. Maar het is lang geleden. Dat doet me wel weer levend voelen.

Chris: Weer een beetje avontuurlijk, ineens. Fijn. Het verhaal dat je zo met ons gaat delen gaat over leven met een chronische lichamelijke uitdaging. Veel mensen zijn misschien gewend om 'lichamelijke beperking' te gebruiken als formulering, maar jij vindt 'uitdaging' een meer passend woord dan 'beperking'. Kun je daar iets over zeggen, waarom dat zo is?

Marieke: Ja. Voor mij kleven aan de woorden 'beperking' of 'ziekte', want je zou het ook een chronische ziekte kunnen noemen, veel associaties die niet per se heel prettig zijn. En, je zei inderdaad al meer passend, ik denk dat er een heel groot verhaal wordt verteld over wat in onze maatschappij als gezond wordt gezien en volgens mij is gezond dan: mensen die volgens het productietempo van de kapitalistische productiemaatschappij kunnen leven. En

dat kunnen volhouden. Iedereen die dat niet kan wordt dan beperkt genoemd of ziek. Ik zet daar mijn vraagtekens bij.

Chris: En in hoeverre afwijken van de norm dan niet juist iets gezonds is.

Marieke: Ja, en ook omdat ik denk dat... Ik heb natuurlijk inderdaad ook last van een beperking, fysiek gezien is dat ook zo. Maar, daar gaan we het straks over hebben, ik heb juist ook ervaren dat die beperking mij zoveel kracht heeft gegeven eigenlijk. Daarom vind ik het woord uitdaging beter passen.

Smita: Je bent niet alleen een beperking.

Marieke: Nee, precies.

Smita: Oké, ik ben wel benieuwd naar je verhaal.

Chris: Ja, ik ook!

Smita: Ben je er klaar voor?

Marieke: Zeker. Ik ben als kind eigenlijk nooit echt ziek geweest. Totdat ik in 2010, toen was ik vijftien, voor het eerst echt buikpijn kreeg. Lang en veel en het ging maar niet weg. Ik weet nog dat ik toen op de bank lag met zoveel maagpijn, dat ik ook niks anders kon dan liggen en dat mijn moeder zei: "Ik ga nu bellen." Dat was zo'n moment dat ik voor het eerst hoorde aan de stem van een van mijn ouders dat het niet goed was. Toen ben ik opgenomen en in een medische molen terechtgekomen. Ik viel ook heel veel af, ondanks dat ik genoeg at. Dat was wel een teken dat er iets aan de hand was dat serieus was. Uiteindelijk ben ik toen in een MRI-scan gelegd en daar hebben ze ontdekt dat ik een niet-aangeboren hersenafwijking heb. Mijn hersenen nemen te weinig hersenvocht op, wat ervoor zorgt dat er overdruk ontstaat in mijn hersenen. Daarvoor moest ik geopereerd worden en werd ik met spoed naar het ziekenhuis in Antwerpen gebracht. Daar heb ik mijn zestiende verjaardag gevierd. Ik weet nog dat ik wakker werd en dat er allerlei zusters slingers voor mij aan het ophangen waren. Maar ja, daar ben ik geopereerd en daar hebben ze een *drain*, of ook wel een *V-patient*, geplaatst. Dat is een pompje dat het overtollige hersenvocht van mijn hoofd naar mijn buik afvoert. En daarna ging het herstel eigenlijk heel langzaam en heel moeizaam. Ik kreeg op een gegeven moment ook steeds meer hoofdpijn. Toen bleek dat die *shunt* bekneld geraakt was, moest ik opnieuw geopereerd worden, kreeg ik een bloeding... en uiteindelijk heeft dat ertoe geleid... eigenlijk begon toen pas de echte ellende, omdat toen die bloeding was opgelost ik alleen maar thuiszat, nog steeds. Met extreme vermoeidheid, hoofdpijn, buikpijn. Ik voelde me zo eenzaam en somber en ik kon helemaal niks. Maar tegelijkertijd trok mijn neurochirurg zijn handen ervan af, omdat technisch gezien alles wat hij kon doen gedaan was. Dat was echt heel naar en lastig. Ik had zo'n groot verlangen om gewoon mee te doen, maar ik was echt afgesneden en ik keerde daardoor heel erg naar binnen. Toen hebben we – ik zeg 'we', want het waren ik en mijn ouders – hebben we heel lang en hard gezocht naar mogelijkheden om toch weer erbovenop te komen. Uiteindelijk heb ik toen via een revalidatieprogramma dat gericht is op chronische vermoeidheid en pijnbestrijding en met

de hulp van therapie, heb ik uiteindelijk mijn middelbare school kunnen afmaken. Ik ben altijd een heel erg spelend, knutselend, lezend, creatief kind geweest. Dus ook zeker in die periode en met behulp van de therapeut die ik toen had, werd dat steeds belangrijker voor me. Een heel belangrijke uitingsvorm. Dat heeft er toen toe geleid dat ik met de Kunstbende heb meegedaan en later ook naar de kunstacademie ben gegaan in Arnhem. Dat ging allemaal best goed, totdat ik in mijn tweede jaar daar weer ziek werd. Weer klachten ging ervaren en dus weer opnieuw door die medische molen werd gehaald, en weer opnieuw werd er niks gevonden, en weer opnieuw zat ik een jaar thuis bij mijn ouders. Uiteindelijk heb ik zelf de conclusie getrokken dat ik opgebrand was. Een burn-out had. En dat heeft ertoe geleid dat ik nog verder ben gaan zoeken op het gebied van lichamelijke therapieën. Ik ben yoga gaan doen, gaan mediteren en haptotherapie gaan doen. Ook mede daardoor ben ik in mijn werk – ik studeerde Creative Writing en was best wel een papieren schrijver – dat lichamelijke aspect meer en meer gaan verweven in mijn werk. Op die manier ben ik weer begonnen aan mijn opleiding en heb ik die ook afgemaakt en afgerond met een afstudeerperformance, waarbij ik letterlijk stond te schreeuwen op een podium. Zo zit ik hier. Nu.

Chris: Cool.

Smita: Ja. Ik ben blij, wel, dat je hier niet schreeuwt.

Chris: Mag ook, hoor.

Smita: Zeker, je mag alles. Fijn dat je je verhaal met ons wil delen, via De Staat. ‘Medische molen’ is me heel erg bijgebleven. Wat heb jij gemist van de zorgverlening in dit medische traject?

Marieke: Ja, die molen staat voor mij ook een beetje voor dat ‘van hot naar her gaan’, ik wil bijna zeggen ‘gestuurd worden’, maar dat is eigenlijk juist precies wat er voor mij zo erg mist. Ik heb de medische wereld ervaren als ontzettend waardevol, ten eerste, want ik zit hier nu door iets fantastisch wat mijn neurochirurg heeft gedaan. Waarvan ik nog steeds niet kan begrijpen hoe hij dat heeft gedaan.

Smita: Daarmee bedoel je dan de *drain*?

Marieke: Ja. Maar het is ook een wereld waarin heel veel specialisaties zitten die ontzettend ommuurd zijn. En als dingen zo ommuurd zijn, dan kan je er dus ook in vastlopen. Dan kan je je dus ook gewoon echt, echt, echt heel slecht voelen en dat een arts dan tegen je zegt: "Ja sorry, maar dit is wat ik kan doen... Succes."

Smita: Wat bedoel je precies met ‘ommuurd’? Bedoel je dat het niet toegankelijk is?

Marieke: Nou, dat artsen supergespecialiseerd zijn. Dus mijn neurochirurg keek alleen naar het stukje van mijn hersenen. Daarin mis ik heel erg de erkenning dat je lichamelijke en mentale welzijn één groot geheel is, wat ook superingewikkeld kan zijn, maar het is heel erg met elkaar verbonden. Het zou zo fijn zijn als al die specialisaties, al die mensen die zoveel

kennis hebben, in een soort van kring zouden kunnen staan waarin ze elkaars handen vasthouden. Waardoor je op het moment dat zo'n specialist voelt: Nou, ik kan jou even verder niet helpen, maar ik heb wel de hand vast van iemand anders die hier misschien wel iets mee kan, of die jou verder kan helpen. Dan zou het allermooiste nog zijn als daarin niet alleen medisch specialisten maar ook de gezondheidszorg, en wat nu als alternatieve zorg wordt gezien, dat dat een grote prachtige kring zou kunnen zijn van mensen die samenwerken. En wat ik echt als heel erg traumatisch heb ervaren, los van het überhaupt ineens ervaren dat je letterlijk niet meer op je benen kan staan, dat je ineens levensbedreigend ziek bent, dat is al supertraumatisch, maar dat je het gevoel hebt dat je zonder handvaten daarin bent. Letterlijk zonder handen. Dat is echt heel...

Chris: Ja, dat gevoel van eenzaamheid dat je überhaupt al hebt ervaren door niet mee te kunnen doen met je leeftijdsgenoten, zit dan ook in hoe er met je om wordt gegaan door die artsen. Je hebt daar gemist dat je omvat werd.

Marieke: Ja, en ook de onmacht gevoeld van die artsen. Ik heb ook wel ervaren dat ze alsnog wel meevoelden in mijn wanhoop, maar ook zelf niets anders konden. Ook voor hen moet dat ook... ja, dat lijkt me gewoon heel naar.

Smita: Als je iemand niet kan helpen.

Marieke: Ja.

Chris: Het systeem zou eigenlijk anders ingericht moeten zijn volgens jou?

Marieke: Zeker, ik heb ook echt... ik zou er niet aan moeten denken wat er zou zijn gebeurd als ik geen ouders had gehad die altijd samen met mij hebben doorgezocht en hoop hebben gehouden en het geld hadden om therapie te betalen als dat niet vergoed werd door een zorgverzekeraar. Dat is niet voor iedereen weggelegd. Dat is een enorm privilege. Dat is gewoon heel... Ik vind dat dat gewoon een mensenrecht zou moeten zijn.

Smita: Zeker.

Chris: Ja. En hoe ging dat toen bij je burn-out? Want dat is natuurlijk ook bij uitstek iets waar een neurochirurg dan gewoon niets over wil... kan zeggen.

Marieke: Ja, het lastige daarin was dat ik – maar dat is denk ik sowieso het principe van een burn-out – dat ik eigenlijk al voelde dat ik op was. Maar het duurt gewoon even voor dat klikt en voor je dat tegen jezelf durft te zeggen. Ik had natuurlijk ook die achtergrond van zo lang niets hebben gekund. Ik was zo op mijn plek op die kunstacademie, ik had het zo naar mijn zin en ik leerde zoveel mooie mensen kennen dat ik me daar ook vol op stortte. En alles deed.

Chris: Kreeg je dan die burn-out omdat je “goed wilde maken” wat je eerder gemist had? Of zit het ergens anders in?

Marieke: Een burn-out heeft altijd gecompliceerde factoren, denk ik, maar ik denk dat dat wel een grote drijfveer was.

Smita: Compensatie, *in a way*?

Marieke: Ja. Mee willen doen. En ook wel het gevoel hebben mee te *moeten* doen. Wat dan het kip of het ei is... Dat is ook de weg die ik heb afgelegd. Qua acceptatie, als je met een lichamelijke uitdaging leeft... Ik moet soms op dagelijkse basis accepteren dat ik niet alles kan doen wat ik zou willen doen op die dag. Dat ik niet al mijn verlangens zou kunnen...

Chris: Hoe ziet dat er dan uit?

Marieke: Die acceptatie?

Chris: Ja, of het niet kunnen doen wat je wil doen. Als je dat wil vertellen, hoor.

Smita: Precies. Wat in de maatschappij zorgt daar dan voor?

Marieke: Ik heb gemerkt dat ik gewoon niet de energie heb om de hele dag te werken. Als je beperkte energie hebt... wat dat me heeft gebracht is: ik weet dat ik gewoon niet te veel kan doen op één dag. Dat is het meest basale antwoord daarop. En ik moet rekening houden met dat als ik wel intense dingen doe – zoals een avondactiviteit, om dat zo maar even te zeggen...

Smita: Ik dacht even dat je zou zeggen: zoals een podcast.

Marieke: Nou ja, wel serieus. Vanmorgen en vanavond, heb ik niks ingepland. Het gaat vooral om voldoende ruimte en lucht inbouwen in wat ik doe. Dat strookt heel erg met wat ik net al in de introductie zei. Zeker als je jong bent en als het niet heel duidelijk fysiek zichtbaar is dat je last hebt, of te dealen hebt met iets, dan is de wereld gewoon ingericht op het productieniveau van 'gezonde' mensen. Dat vraagt om heel veel uitspreken wat je nodig hebt en je constant daartoe verhouden en voelen: wat heb ik nodig? Dat is ook iets wat ik heb moeten leren. Het is zo makkelijk om het gevoel te hebben... Ik heb kunstonderwijs gedaan, dat doe ik nu nog steeds. Ik doe nu ook een master van het Letterenfonds. Je zou zeggen dat dat hele vrije vormen van onderwijs zijn, maar het is zo gemakkelijk om het gevoel te hebben dat je toch ergens aan moet voldoen.

Smita: Waar zit dat 'm dan in? Is dat iets dat wij automatisch in ons hoofd hebben, dat we ergens aan moeten voldoen? Of word je dan ergens toch tegengehouden?

Marieke: Het is natuurlijk ook, ik ben een vrij perfectionistische persoon. Dus daar heeft het ook mee te maken. Maar het heeft ook te maken met, ik denk, alle grote verhalen die er verteld worden in de wereld over hoe en wie je zou moeten zijn en waar je aan moet voldoen. Ook als ik zeg 'schrijver' of 'kunstenaar', dan heb ik toch gewoon een beeld in mijn hoofd van waar ik dan aan zou moeten voldoen. Dat heeft me echt heel veel tijd gekost om

te kunnen voelen dat dat andersom is. Een school of een opleiding is niet... Ik hoef niet te voldoen aan die opleiding, maar die opleiding moet voldoen aan wat ik wil.

Smita: Of moet jou in ieder geval de ruimte kunnen geven om dat te onderzoeken.

Marieke: Ja, ja! Ik ben ontzettend dankbaar voor dat ik, zeker op ArtEZ, ook die ruimte heb gekregen en op de master die ik nu doe. Maar het vraagt wel even dat omslagpunt en dat uitspreken daarvan en daarvoor opkomen. Zeggen: "Oké, dit is wat jullie mij aanbieden, maar dat past niet helemaal bij mij. Dit is wat ik wil, dit heb ik ervoor nodig."

Chris: Dat is ook wel een vrij breed gedragen uitdaging voor veel mensen. Een burn-out is natuurlijk ook iets wat de laatste tijd veel vaker voorkomt. Dat is dus ook iets wat überhaupt in de maatschappij nu een uitdaging is voor mensen. Zie jij dat zo, Marieke?

Marieke: Jazeker. Er zijn verschillende dingen. Ik denk dat je niet moet onderschatten hoeveel druk die norm geeft, van die prestatienorm die wordt verwacht, dat energieniveau dat wordt verwacht. Ik vind het stiekem daarom altijd wel leuk om ook mijn verdraagde leven te zien als een vorm van activisme.

Smita: *Which it is*, volgens mij ook.

Marieke: Het is natuurlijk ook los daarvan dat ik op dagelijkse basis bezig ben met accepteren dat ik niet alles kan doen wat ik zou willen doen. Dus om je uit te spreken over wat je nodig hebt moet je denk ik dat ook al bereiken. Ik had heel lang het idee dat als ik dat zou accepteren dat ik me oké zou voelen, maar het gaat veel meer over de gevoelens toestaan van verdriet en pijn en boosheid.

Chris: Ook een stukje rouwen dus.

Marieke: Een stukje rouwen. Dat gewoon voelen en oké zijn met dat dat er is. En natuurlijk een soort van *basic* ding: ik leef van een Wajong-uitkering en dat is waarom ik ook mijn leven kan inrichten op het tempo dat bij mij past. Want ik besef me ook wel dat ik nu een heel leuk verhaal hou over verdraagd leven, maar heel veel mensen... Ja, je moet gewoon eten.

Smita: De huur betalen.

Marieke: Dat hele systeem is ook niet ingericht op alle verhalen die ik van mensen om mij heen heb gehoord, die aan het begin van de lockdown gewoon heel blij waren. Van 'ik was wel toe aan een lockdown.'

Smita: Ik had dat ook wel. Gewoon effe vertragen inderdaad.

Marieke: Vertragen en ook een Tozo-uitkering kunnen aanvragen en daarvan kunnen leven. Dat de druk van presteren eraf haalt.

Smita: Wat is lastiger: niet kunnen doen wat je wil of niet kunnen doen wat de maatschappij van je vraagt?

Marieke: Niet kunnen doen wat je wil. Dat is eigenlijk heel makkelijk. Omdat wat de maatschappij van je vraagt... Fuck dat. Ik weet helemaal niet of ik dat mag zeggen, maar het is gewoon absurd. Zeker wat ik net zei, als ik gewoon kan... Dat kan ook zo'n molen zijn waarin je dan maar blijft zitten, terwijl uiteindelijk... Wat ik zei over die opleidingen, voor mij geldt dat ook voor je hele leven. Je hele leven is er voor jou om te voelen wat jij wil doen, wat je daarvoor nodig hebt en om dat gewoon lekker te doen.

Smita: Te mogen ontdekken.

Marieke: Ik hoop dat ik als ik bejaard ben dat ik dan terug kan kijken en kan denken: nou, ik heb gedaan wat fijn was voor mij.

Smita: Ik hoor hier echt kracht. Daarvoor hoorde ik medische molen, burn-out... Hoe kom je dan bij die kracht? Ik vind dat wel heel stoer.

Marieke: Wat ik zei, veel therapie. Ik zit nu in een mastertraject waarin ik ook met iemand praat, een coach, ik vind haar echt fantastisch, maar zij zei ook dat heel veel mensen denken – en dit gaat ook over die acceptatie – dat als je je trauma's hebt weggewerkt, dat je dan vrij bent. Maar de echte vrijheid zit hem in je trauma vastpakken en bij de hand meenemen. Dus het duurt gewoon heel lang. Ik ben het dus wat dat betreft – en begrijp me niet verkeerd, het is heel krachtig – ik lig gewoon wel nog regelmatig te huilen, omdat het gewoon superkut is om niet te kunnen doen wat je altijd wil. Dat beperkte energieniveau dwingt me ook om... Ik heb geen ruimte om keuzes te maken die niet helemaal goed voelen.

Smita: Ik snap wat je zegt, maar waardoor niet?

Marieke: Ik heb beperkte energie, dus ik wil heel zuinig zijn met hoe ik die inzet. Ik ga mijn energie niet verspillen aan dingen of aan mensen die niet helemaal goed voelen, of die over mijn grenzen gaan.

Smita: Dus jij moet eigenlijk alerter zijn?

Marieke: Ja, dat hoeft niet eens, maar dat doe ik wel. Anders vind ik het gewoon zonde.

Chris: Dan moet je dus ook veel nee kunnen zeggen.

Smita: Inderdaad, ben je daar goed in?

Marieke: Ja, dat is dus iets, dit heeft me ertoe gedwongen om me uit te doen spreken. Dat begint dan inderdaad met zeggen wat je wel wil, dan later zeggen wat je niet wil en dan nog weer later daar ook geen sorry voor zeggen.

Smita: Leer het mij!

Chris: Ik vind het op zich ook wel interessant en ook heel logisch dat, op de vraag van Smita over wat je bij de kracht heeft doen komen, het eerste antwoord dat je geeft therapie is. Dat is ook eigenlijk helemaal geen gek antwoord, dat is volgens mij ook iets wat voor heel veel mensen taboe is en ook eigenlijk gewoon heel welkom is.

Smita: Wat voor soort therapie moet ik aan denken?

Marieke: Oh, van alles. Ik ben begonnen bij een hypnotherapeut, omdat ik ook heel veel buikpijn had. Dus dit is in die periode dat mijn neurochirurg zijn handen ervan aftrok en dat ik thuis zat met heel veel buikpijn en, ja, als ik daar nu op terugkijk, denk ik ook van: ja meisje, ik snap wel waarom jij buikpijn had.

Smita: Had dat te maken met die *drain*?

Marieke: Nee, dat had met name te maken met gewoon stress. En ik was heel depressief toen. Het was ook gewoon overleven. Als ik daar nu op terugkijk, had ik gewoon een buik vol van gevoelens die ik inslikte. Dan krijg je buikpijn en allerlei fysieke klachten. Wat stress kan doen met je lijf is ongekend, denk ik. Dus daar ben ik begonnen en later is dat verdergegaan in coaching, haptotherapie en traumaverwerking met EMDR bij een GGZ-psycholoog.

Smita: Hoe je dit nu opnoemt, klinkt alsof je er heel gericht naartoe ging. Is dat ook het proces geweest of zaten daar... Hoe kom je bij die mensen terecht? *I mean*, ik denk niet dat iedereen een hapto- of hypnotherapeut kent.

Marieke: Ik denk dat mijn ouders daar dus echt een heel belangrijke rol in hebben gespeeld, omdat ik vanuit een andere hoek dat dus niet echt heb gehad. Ik heb ook veel second opinions gehad bij artsen en dan was er één neuroloog die mij uiteindelijk dat revalidatieprogramma heeft aangeraden. Wat ook een goede zet was, omdat ik daar ook veel aan heb gehad. Maar mijn ouders hebben echt altijd gezegd van: "Meisje, dit komt goed. We gaan zoeken wat bij jou past." Ik word er ook bijna weer emotioneel van als ik dat zeg, maar dat is zo... Dat kan echt van levensbelang zijn, mensen die dat tegen je zeggen. Ik denk dat ik daardoor – sowieso was het bij mij thuis geen taboe om te praten als dat nodig was – die mindset mee heb genomen. En op een gegeven moment, als ik dan het gevoel had van 'volgens mij ben ik hier wel klaar, maar ik ben nog niet helemaal klaar.' Het is meer wat ik mezelf gun, eigenlijk. Dan ben ik gewoon verder gaan zoeken.

Chris: Het doet me realiseren hoeveel zorg en aandacht er eigenlijk nodig is en hoeveel hulp mensen kunnen gebruiken bij überhaupt je verhouden tot die normen van de maatschappij en hoe je eigenlijk je leven in wil richten. Het is helemaal niet vanzelfsprekend dat iedereen dat lukt.

Smita: Of dat je daar überhaupt over nadenkt. Ik denk dat we zo... Je wordt geboren, je moet van alles, school, BSO, weet ik veel wat er allemaal is. Dat zijn allemaal kleine systeempjes in een groter systeem waar iedereen in meegaat, voor *whatever reason*, voor gemak of omdat je heel veel moet werken.

Chris: Als we toch op dit spoor zitten, Marieke, wat hoop jij dat mensen meenemen van je verhaal?

Marieke: Ik vertel dit voor een groot deel voor mijn eigen zestienjarige zelf. Als in het kan zo onzichtbaar zijn... Ik heb me gewoon heel alleen gevoeld toen ik jong was en op de bank lag. Dus daarvoor. Voor mensen die te kampen hebben met een lichamelijke uitdaging en die zich daardoor alleen voelen en zich geen onderdeel voelen van dat grote verhaal dat verteld wordt en daar pijn van ervaren. Voor hen. Sowieso. Dat je niet alleen bent. En ook voor anderen, het besef dat die mensen er dus zijn. Het is denk ik heel...

Smita: Met 'de anderen' bedoel je de zogenaamd 'gezonde' mensen? Zo noem ik ze even, ik ga het lekker omkeren.

Marieke: Ja. Zogenaamd 'gezonde' mensen, die maar mee blijven draaien... Nee, je gezondheid is echt iets dat je voor lief neemt op het moment dat het er is. En pas op het moment dat je ervaart of ziet in je directe omgeving dat het ook anders kan, dat het ineens kan komen... Dan pas valt dat besef dat dat er ook kan zijn. En juist daarom, omdat je het zo voor lief neemt, zou ik mensen ook... We worden zo geboren in ons lijf en dan zijn we zo lekker in ons lijf. Op een gegeven moment verdwijnt dat gewoon. Dan word je groot en ga je meer in je hoofd zitten, denk ik. Maar dan verdwijnt ook in je opvoeding, of wat je aangereikt wordt, heel gemakkelijk die connectie met het lichamelijke. Ik ervaar dat echt als van levensbelang ook. Plus, ik vind dat wat ik net zei. Leef je eigen verhaal. Wees je bewust... Ik kan heel boos worden van mensen die zeggen – ja, niet op die mensen – maar die tegen me zeggen: "Ik heb het zo druk, maar het kan niet anders." Of het gevoel van: dit moet nog even. Het moet nooit. Het moet echt nooit.

Smita: Is dat een keuze?

Chris: Om hierover na te denken, bedoel je, Smita?

Smita: Dat stukje van 'ik moet dit nog effe'.

Marieke: Ook daarvan ben ik me bewust, dat het te maken heeft met geld, vaak. Maar ik denk dat het... Wat ik heb meegemaakt is: het kan uiteindelijk toch altijd.

Smita: Dank je wel.

Chris: Ja, dank je wel.

Smita: Dank je wel voor dit verhaal. Ik denk ook echt dat we er allemaal over na gaan denken.

Chris: Ook omdat het zoveel raakt. Het gaat over leven met energie, maar het gaat überhaupt over hoe je je verhoudt tegenover wat er van je verwacht wordt.

Smita: En nadenken over je medemens.

Marieke: Ja, en ik denk ook nog wel over... dus ook naar instanties toe dat besef van: hier zijn jonge mensen die iets willen leren – als het gaat over een opleiding – en dat je er voor hen bent, en niet andersom.

Chris: *Alright, thanks!*

Smita: Nogmaals dank je wel.

Marieke: Graag gedaan.

Smita: Wil je meer te weten komen over het verhaal van Marieke Polderdijk? Bezoek dan ook onze website www.destaatvanhetverhaal.nl. Binnenkort is daar een artikel te lezen waarin we nog meer de diepte in gaan, daar vind je ook een uitgeschreven versie van deze aflevering, mocht je het fijn vinden om het na te kunnen lezen.

Chris: Yes, en draag je zelf ook een verhaal bij je waarvan je vindt dat meer mensen het zouden moeten kennen? Stuur het dan in op www.destaatvanhetverhaal.nl en wie weet zitten we volgend jaar – volgend jaar? – volgende maand hier met jou aan tafel.

Smita: Yes, dit was hem weer! Tot de volgende!

Chris: Joejoe!