

60. Watertoren, 9 september

“Het is niet *mijn* probleem als anderen zich aan mij storen!”

Met deze elf woorden verwoordde ik mijn interpretatie van mijn levenspad. Ik realiseerde me dat ik Maryam hiermee zou kunnen irriteren; mijn mantra is háár daar-gaat-hij-weer. De gedachte om het hierbij te laten vouwde zich daarom open als een bloem, tussen alle andere gedachten, stemmen, kleuren, geuren en beelden in mijn hoofd. Eén gedachte sloeg die bloembladen weer dicht. “Boosheid is een vorm van agressie”, vervolgde ik. “Dus als iemand boos op mij is, gedraagt hij zich agressief naar mij toe. Daar kan ik nooit verantwoordelijkheid voor nemen.” Ik pikte dit ooit ergens op en het was blijven plakken. Boosheid is iets van de ander, hoe *waar* is dat? Maryam sloot haar ogen, ademde langzaam uit en legde haar handen op haar bureau. “Hoe je op iemand reageert, of iemand op jou, daar heb je zelf invloed op. Eigenlijk zeg je dat je vindt dat de ander moet reflecteren op zijn gedrag. Hoe zit dat bij *jou*? Dat jij soms ergernis oproept bij anderen, is dat niet precies waarom jij hier bent?” Ik schudde mijn hoofd. “Dat is *jouw* interpretatie.”

“Als er op de snelweg een bumperklever achter je zit, erger je je daar dan aan?”

Ik slikte de vergelijking met bumperkleven weg en antwoordde: “Ook *dán* heb je een keus. Erger je je of erger je je niet?” (Dat ze iets raakte sloeg ik over, bumperklevers werken op mijn zenuwen.)

Maryam pakte het formulier erbij dat de aanleiding was voor deze woordenwisseling.

“We dwalen een beetje af”, zei ze.

Die vragenlijst die we samen doorwerkten bestond uit drie hoofdstukken: Aandachtstekort, Hyperactiviteit en Impulsiviteit.

Het was bij ‘Impulsiviteit’ (‘Overdreven vaak anderen in de rede vallen’: ik scoorde 8 punten op een schaal van 10), dat Maryam mij vroeg of dat geen reden zou kunnen zijn voor irritatie bij anderen.

We pakten de draad weer op. ‘Moeite met wachten op je beurt’ (weer een 8). ‘Ongeduldigheid’ (9). ‘Praten alvorens te denken’.

“Die vraagstelling klopt niet!”, riep ik. “Voor mij is praten een *vorm* van denken!”

“Hardop denken, dat kan”, beaamde Maryam. “Maar herinner je je nog wat je zelf zei over je eigen grappen?”

Ooit vertelde ik haar dat iemand mij had gevraagd waarom ik vaak lach om mijn eigen grappen. ‘Omdat ik ze zelf ook voor het eerst hoor’, had ik in alle oprechtheid geantwoord.

“Soms hoor ik mijzelf praten. Dan denk ik: ‘Oeps, wat zeg ik nou?’ Niet zelden iets onverstandigs, iets dat ik weer moet herstellen, maar toch ook best vaak iets geestigs. Dan maken we ‘Praten alvorens te denken’ af met 9 punten”, besloot ik.

Met een sierlijke haal noteerde Maryam een negen. Daarna herhaalde ze alle scores die ik daarvoor had gegeven. “Ik hoef het niet na te kijken om te kunnen zeggen dat ik nog niet eerder zo’n hoge score heb gezien”, stelde ze vast.

Ik probeerde neutraal te kijken, maar Maryam keek daar dwars doorheen.

“Ik maak vaak mee dat mensen blij zijn met een diagnose, omdat het zaken op hun plaats laat vallen en hen perspectief geeft. Maar iemand die er *trots* op is?” Ze keek me stralend aan. “That’s a first!”

Ik ging achterover zitten in mijn stoel. “Ruim tien jaar. Zolang is het alweer geleden dat bij mij de diagnose werd vastgesteld. Ik heb ermee geworsteld, me ermee vereenzelvigd en me eraan *ontworsteld*, tot het moment dat ik moest onderkennen dat het teveel onderdeel is van mijn DNA om te doen alsof het er niet is. Toen wij aan dit traject begonnen vroeg ik me af, wat nou als eruit komt dat ik toch géén ADHD heb? Wat brengt mij dat dan?”

“Heb je ook een antwoord op die vraag?”

Ik knikte. “Ik vertelde je al eens over die website. Die bracht mij voor het eerst op de gedachte dat ik ADHD zou kunnen hebben. Het was zo herkenbaar, zo mooi en zo veel. Maar nu is die site leeg, op een paar linkjes naar YouTube na, die leiden naar filmpjes die ‘aantonen’ dat ADHD niet bestaat, maar een complot is van de farmaceutische industrie.”

Maryam keek naar haar scherm. “Je zei daar eerder iets over: ‘Wat nou als blijkt dat ADHD niet bestaat? Dat maakt me niet uit, want ik héb het wel.’”

Nu ik mijn eigen woorden uit haar mond hoorde komen kon ik een glimlach niet onderdrukken. “Zo leefde ik ook naar deze sessie toe. Wat nou als jij zou vaststellen dat ik het niet heb?”

“Nou?”

“Ik word er geen andere persoon van.”

Mijn geschiedenis met Maryam - hoe ik haar ontmoette

Van veel mensen in mijn leven zou ik je niets kunnen vertellen over de eerste keer dat ik ze ontmoette. Maar van mensen met wie ik een bijzondere relatie heb herinner ik me dat eerste moment vaak wél, hoewel de meeste van die ontmoetingen op zichzelf weinig memorabele gebeurtenissen waren. Het zit soms in de rafelranden van zo’n ontmoeting, of in het gevoel dat die eerste kennismaking bij mij opriep, dat mijn geheugen een haakje maakt.

Bij Maryam gebeurde het allebei.

“Moet je dit nou zien”, zei mijn secretaris, terwijl hij mij een paar vellen papier overhandigde. Ik keek er vluchtig naar. Een open sollicitatie en een CV, die kwamen elke dag wel binnen. Ik keek hem vragend aan. “Die foto. Die meid is toch niet goed snik?”

Ik pakte de CV en zag wat hij bedoelde. Op die foto was een vrouw met donker haar te zien, véél haar. (Later leerde ik van Maryam wat extensions zijn.) Ze had een grote zonnebril op. Ze lag op een strandstoel en droeg een witte bikini die duidelijk te klein was. Een glinstering op haar buik gaf het vermoeden van een navelpiercing. Ik scande de CV. Die oogde keurig en zakelijk. Ik las de brief. Hierin stelde ene Maryam zich voor. Ze legde uit dat ze een loopbaan als coach wilde beginnen. Ze schreef dat ze veel had gestudeerd, maar nog geen praktijkervaring had. Ze wilde graag, zoals ze schreef, ‘met mensen, tussen mensen en vóór mensen’ werken, ervaring opdoen. Daarom vroeg ze om een werkervaringsplaats.

Ik bekeek haar CV opnieuw. Ik zag een coachopleiding, een studie psychologie en een opleiding tot psychiater. Mijn secretaris stak zijn hand uit. “Afschrijven?”

Ik keek hem aan. “Deze mevrouw is als peuter naar Nederland gekomen. Ze heeft twee universitaire graden en een vakopleiding. Ze is...” Ik wierp een blik op haar CV. “.... 29 jaar oud. Dat maakt meer indruk op mij dan dat zij een foto op haar CV zet die eigenlijk meer op haar Facebookpagina thuishoort.”

Ik droeg hem op om een kennismakingsgesprek te plannen. Ik wist op dat moment nog niet dat dit zo’n eerste kennismaking zou worden die ik mij altijd zou blijven herinneren.

Die CV was het rafelrandje. Het gevoel kwam bij onze kennismaking.