

Een basis gevonden

De afdeling eetstoornissen van de PK Alexianen Tienen was niet de plaats waar ik opeens ALLES kon veranderen (een leven volledig zonder eetstoornis), maar het was wel de plaats waar ik het vertrouwen en de steun heb gevonden om aan die lange en moeizame weg te beginnen. Ik schrijf dit 'verhaal' dan ook vooral voor die mensen die al vele jaren van strijd, opnames... achter de rug hebben, en die zich niet meer kunnen herkennen in de positieve verhalen waarbij een opname 'alles' veranderde.

Voor mij veranderden mijn opnames op de afdeling niet alles, maar ze legden de basis van waaruit ik verder kon. Er is een tijd geweest waarin ik dacht dat het onmogelijk was om uit mijn vicieuze cirkel te stappen en waarin ik dacht dat ik op geen enkele manier mensen kon vertrouwen. Het enige wat er voor mij restte (dacht ik) was een leven waarin ik eenzaam en alleen steeds meer in de afgrond zou wegzakken. Mijn eetpatroon was een grote ravage, ik verwondde mezelf en ik vluchtte steeds meer weg in alcohol. Voor de buitenwereld was ik een vrolijk iemand die goed presteerde. Het verschil tussen wat er zich voor en achter de schermen afspeelde, was zo immens groot dat ik het nooit had kunnen en (vooral) willen volhouden. En omdat ik denk dat er heel wat mensen zijn die zich hierin (helaas) herkennen, wil ik graag vertellen welke verandering de behandeling op de afdeling eetstoornissen voor mij heeft gebracht.

Ik heb op een bepaald moment kunnen leren dat het mogelijk is om mensen toe te laten, om te luisteren naar anderen en om echte steun te ervaren. Ik verwachtte altijd dat mensen me in de steek zouden laten, als ze me echt kenden, maar dat gebeurde niet. Mijn groepsgenoten, de begeleiding, ze bléven er. Ze liepen niet weg toen ik meer liet zien van mezelf dan dat masker waar ik me altijd achter verschool. En langzaam, heel langzaam durfde ik een opening te maken in die eenzame wereld waarin ik al zoveel jaar ('veilig') zat opgesloten.

Voor de eerste keer in mijn leven leerde ik op de afdeling eetstoornissen dat ik niet alleen HOEF te zijn, dat er wel mensen zijn die je kan vertrouwen en dat het een ongelooflijke opluchting is, als je dat kan toelaten. Ben ik er nu al? Nee, nog niet. Ik heb nog steeds een lange weg af te leggen, dus dit is (nog) niet het verhaal met het 'happy end' dat ik graag zou neerschrijven. Maar wat ik wel weet, is dat ik hier zonder mijn opnames nooit was geraakt. Ik had een basis gemist in mijn leven, waardoor ik geen enkele toekomst voor mezelf zag. En dat immens belangrijke stuk, die basis, heb ik tijdens mijn opnames kunnen herstellen.

Voordien was ik wanhopig, want ik had geen enkele hoop op een toekomst zonder al mijn destructieve vluchtwegen. Nu, zoveel jaar later, kan ik het hopen: hopen dat er ooit een moment komt waarop ik geen enkele vluchtweg meer nodig heb. Omdat ik ooit voor de eerste keer heb kunnen ervaren hoe het is om mensen om je heen te hebben die je kan vertrouwen. En die ervaring heeft alles bepaald en dat had ik zonder mijn opnames in Tienen nooit gekund.