

inblikschade

positief affirmeren: een tweestappenplan

stap 1:

rits je borstholte open om de vlek van je hart te boenen
noem elke tegenstem een overgevoeligheidsreactie
maak een TikTok filmpje waarin je brult dat je tegen TikTok bent
duw met je voet de kelen dicht van alles wat niet uit zichzelf
in de gietvorm zakt, zeg tegen iedereen die je zelf hebt verbannen
dat je ze mist, lieg dat je barst
wees niet alleen goed ziek
maar ook moeiteloos te genezen,
doe zo onderkoeld mogelijk nadat je al je soldaten met
sneuvelgarantie hebt bestrooid, vluchtelingen hebt bespuugd
word priester
of psychiater
of minister-president
of iets anders
waarbij je veertig jaar lang vergeetachtig blijft
zitten op dezelfde plek
beloof een keerpunt,
verpest alles

stap 2:

zeg: het kon erger

het is verboden om op deze manier gestoord te zijn
2004

ik hang over Bram zijn schouder als een afgeschoten haas,
het stoepkrijtje waarmee ik hem tekende bungelt nog in mijn
hand wanneer hij mijn torso als een telefoonboek openvouwt
en me met tentharingen aan de speelplaatstegels vast slaat.
samen scheppen we mijn buik leeg en drukken er het
zandbakvormpje van een aardbei in, hij zet een flesopener
op mijn neus, dringt mijn hoofd binnen. met een
speelgoed strijkijzer probeert hij me te ontplooien,
ik mag tegen niemand zeggen dat hij me redt
omdat hij niet bestaat.

vorige week vroeg ik aan mama of ze het bonnetje had
bewaard om me terug te kunnen brengen.
de juf verklaart dat ik nog wel een ronde mee kan
maar duwt tijdens de filmmiddag de afstandsbediening
tegen mijn wang om me op een ander kanaal te zetten.
ik heb genoeg kneedgum opgespaard om me onder
te kunnen verstoppen, mezelf uit te wissen, zes maanden
geleden was mijn fantasiewereld nog aandoenlijk, morgen
moet ik naar het ziekenhuis
om een kurk in mijn cortex te laten plaatsen.

Bram likt de korstjes die hij met een pincet van mijn ogen trekt
en plakt ze daarna als postzegels op zijn eigen borst. ik zit vast
in een veel te strak haarelastiekje dat me op de verkeerde manier
bij elkaar houdt, de maatstaf is een lijmerig douchegordijn,
mijn uithaal een kuch in een leeggelopen kerk.
samen zitten we op de glijbaan
waar we later een zelfmoordbrief zullen schrijven.

voorzorgsmaatregel

2007

we brengen geraapte kastanjes en sigarettenpeuken
uit de kloostertuin mee voor godsdienstles

om de verschillen weer te geven, trekken onze ogen
door de bijbel heen omdat we gevangen willen blijven

in iets anders dan onszelf. tussen de knielbanken
vet Bram zich in met de avond waarop hij een geheim verklapte

boven het kattengrind in de hoop het te zien samenklonteren
tot iets wat hij in een kooi zou kunnen stoppen,

met de stempelstiften die we voor onze communie kregen
hangen we uitroeptekens in de gordijnen.

iedereen is gewaarschuwd,
niemand kan het lezen.

slinkzucht

2011

als we het Onze Vader opbrommen begin ik de puistjes
van mijn gezicht te wrijven en naar de toekomst
te vragen. Bram heeft me ooit Play-Doh laten eten
door te zweren dat het winegums waren
maar dit is veel groter, hij zou nu moeten bekennen

dat de kolkende magneet in mijn buik geen verliefdheid is
maar voorbaatsrouw, dat het aanbreken van de dag
als consistent stofhappen gaat voelen, als we de
houdbaarheidsdatum van de schuddebuikjes bereiken
ben ik al uit mijn volgende bed gescheurd.

op mijn telraam staan te weinig kralen om bij te houden
hoe vaak we niet pasten
Gods handen - de klas - mama's buik
ik wil weer wekelijks in de wasmachine klimmen
zodat ik als een te heet gewassen hemd klein blijf,

mijn lachrimpels niet laten verdrogen tot er alleen maar
wat schors optrekt als ik aan sterfelijkheid denk, ik wil
dat Bram me luchtdicht verpakt in zijn vuisten tot ik
mezelf met een schuurspons helemaal heb ontkalkt.
grootheidswaanzin, noemen we dat dan.

dekmantel der liefde

2014

God heeft een midlifecrisis, denken we, het zou zomaar kunnen dat we helemaal geen antwoord meer van Hem krijgen en Hij veranderd is in de verloren achteroom die op een uitvaart jukt je liever onder andere omstandigheden te hebben gesproken maar nooit langskwam.

van mijn inhalatoren tetrissen we een nieuwe Messias in elkaar. gisteren dachten we nog dat we bij machte waren om de vergiftiging te beslechten met een vitaminesupplement, Bram smeerde me in met tandpasta omdat een doe-het-zelf video liet zien dat je daarmee een barst zou kunnen sluiten. als ik aan een brancard word gehecht doe ik alsof iemand een autogordel bij me om doet, papa en mama staan als kamerschermen naast me en noemen het een veiligheidsoverweging.

vanaf hier wordt mijn naam weggegeten, het uitzicht met schrikdraad afgezet, ik ben de beste in het slechtste geworden. Bram zet een helm bij me op omdat elke aai over de bol pijn gaat doen, de ergste vorm van huisvredebreuk is die waarbij de dief nooit meer verdwijnt zonder te zijn teruggekomen.

op Google Maps ben ik gewoon thuis.

randpsychose

2019

de arts die vandaag op de afdeling staat heeft me
ooit in stomdronken toestand achter het buurthuis
met de dood bedreigd
omdat mijn hoektand scheef stond,
inmiddels is alles aan me kromgegroeid.
hij zet een schroevendraaier op mijn navel en begint
me nu op een andere manier af te breken.

papa en mama speculeren op Facebook over de
identiteit van de springbok in The Masked Singer
terwijl er in Syrië een bom ontploft, ik ben het
nog steeds niet normaal gaan vinden en ontwikkel
een stemwijzer die moet bepalen bij wie ik ga wonen
als ze gaan scheiden. de arts diagnosticeert me
maar met een stoornis omdat hij niet weet hoe
hij de chaos in de wereld moet noemen, hem is geleerd
altijd bij het gevolg te beginnen.

"wat naar voor u", schuif ik hem toe.
hij legt zijn hoofd op mijn schouder.

meevaller

2022

tot nu toe zijn er alleen maar thrillers over je geschreven,
echokamertjes aangelegd, voor je het weet
steek je 'aaa'-zeggend je tong uit naar de ASMRtist
op het beeldscherm tijdens een dokters roleplay, roep je:
ach, zijn gangetje, he
naar een op Instagram ontvolgde kennis die je in de
supermarkt tegen het lijf loopt en luister je naar een podcast
die je moet vertellen hoe je op pathologische wijze
van jezelf kan gaan houden. het zou je vast sieren
als je op oudejaarsdag onthult dat ook jouw jaar
ups en downs had, een foto plaatst van de najaarszon
in het dennenbos (daarbij verzuimt te melden
dit de ultieme plek te vinden om jezelf van kant te maken)
en klappen van de wind blijft vangen
als een strandvlag, eigenlijk
moet je die bloedende man op straat gaan filmen
om te laten zien hoe normaal je bent
maar je ademt de zucht naar inpasbaarheid
uit, net op tijd, want voor je het weet
zeg je: het kon erger, nu ben je zelf
het ergste geval.

woekerplant

slot

misschien hebben we vanavond wat te vieren, lachen
we spijt weg achter een stuk taart, wachten we niet

met biechten tot we dronken zijn.
we hebben vaker in de isoleercel gezeten

dan een kus gekregen, steeds
kwamen we te laat aan op een plek

waar we niet naar onderweg waren.
in mijn voortuin zitten mensen

die ik met het oogpotlood van mama
getekend heb, ik weet niet of ik vrij ben

of gewoon betrap wil worden,
iemand zou me op zijn minst

de weg moeten versperren, af moeten danken, maar
als ik achterom kijk is de deur al dichtgevallen. net goed.

laatbloeiers delven hier het onderspit niet langer.