

Acceptatie

Een jong ding - hooguit vijftientig - schudt me de hand en gebaart naar me om plaats te nemen. De hightech weegschaal staart me recht in het gezicht aan. Bloedhekel heb ik aan die dingen. Eigenlijk mag ik wel zeggen dat het woord haat dichterbij mijn gevoel komt voor deze kille, gemene "wezens".

Een aantal maanden geleden ben ik gestopt met roken. Van alle kanten krijg ik complimenten toebedeeld en veren in mijn reet gestoken. Tegelijkertijd word ik van boven tot onder gewogen en te zwaar bevonden. Niet dat iemand dit recht in mijn gezicht zegt. Is ook niet nodig, afkeurende blikken zeggen genoeg. Of zit dit tussen mijn oren, zoals mijn dochters me willen doen geloven? Whatever! Nadat m'n kleding venijnig in gevecht is gegaan met mijn muffintops en love handles, ben ik toch maar naar de diëtiste gestapt.

De snotneus die nu voor me zit. Ze praat met een lijzige, nasale stem die perfect zou zijn voor een meditatie annex slaapsessie. Na het gebruikelijke intakegesprek, mag ik mijn schoenen en sokken uitdoen en op het blinkende plateau gaan staan. Cijfers en letters rollen over de display. Ik beweeg niet en houd mijn buik in. Of dat nog iets kan redden!

Wanneer de cijfers tot stilstand komen en de diëtiste mijn gewicht nog eens hardop in mijn gezicht gooit, wil ik 't liefst meteen naar huis. Onder een deken kruipen en een hele lange winterslaap houden. Mijn god, zo zwaar heb ik nog nooit gewogen. Beduusd trek ik mijn sokken en schoenen weer aan en plof terug op de stoel.

Ze heeft al een heel setje papieren voor me klaarliggen. Wat je wel en niet mag eten en dat eiwitten harder nodig zijn dan koolhydraten. Dus magere kwark en yoghurt, Philadelphia light en andere magere vlees- en visproducten. Het mij al lang bekende riedeltje. Elk pondje gaat door het mondje. Let op dat je niet in je oude patroon verval. Kijk eens goed naar je valkuilen en focus op je doelstelling. Woorden die naar me uitgespuugd worden. Termen waar ik zwaar misselijk van word. Patronen, valkuilen, doelstellingen. Bij elk gesprek worden deze trendy woorden toegepast. Doe effe normaal!! Ik ben geen project. Ik hoef niet af te studeren in voedingsleer of zowat dergelijks. Ik moet gewoon afvallen!

We maken een afspraak voor over 3 weken.

De daarop volgende weken staan voor mij gelijk aan een strafkamp. Kwark en yoghurt komen me de strot uit evenals mijn tranen 's morgens bij het wakker worden. Alweer een dag waarop niks mag. Niet roken en vooral niet snoepen. Mijn over het algemeen genomen goede humeur is in de diepvries beland, tussen de ijsjes en het brood.

De psoriasis daarentegen is volop vertegenwoordigd. Waar eerst maar kleine plekjes aanwezig waren, ontstaan nu hele plakken. En een jeuk dat die veroorzaken! "Vind ik niet gek," zegt de fysiotherapeut tegen me, "melkproducten veroorzaken meer psoriasis." Lekker dan, denk ik. Afwisselen dan maar met een salade of zo. Blij word ik er echter niet van.

Bij mijn volgende bezoeken aan de diëtiste is zij enthousiast. Wat een genot, weer drie kilo's kwijt. Niet dat je het aan haar stem hoort, die blijft gewoon sloom en monotoon. IJverig zet ze het op mijn kaart. Ze deelt me mee dat we steeds dichterbij "onze" doelstelling komen. Ik raak echter steeds depressiever.

De van Lieropjes zijn van huis uit echte Bourgondiërs. La vie est belle, samen met lekkere, tongprikkelende spijs en dranken. Onze hersencellen zijn geprogrammeerd op chocolade, koek, snoep en heerlijke baksels. Bij gebrek aan suikerwaren, slaan de breinmaatjes dicht en breekt voor hen een rouwperiode aan.

Heel wat keren heb ik de spreekwoordelijke hendel om kunnen halen en mezelf een streng dieet opgelegd. Marathons gelopen, gewerkt als een molenpaard. Alles om te bewijzen dat ik er mocht zijn, dat ik mocht bestaan. Gevolgen van jeugdtrauma's en een minderwaardigheidscomplex. Om daarna weer te gaan eten en vieren. Met uitbreiding van vetcellen en een explosie van kilo's tot gevolg.

Vraag me werkelijk af of na al die tientallen jaren ik weer bij start ben aangekomen. Dit spel ga ik niet meer spelen, strontziek word ik ervan!

Ben een vrouw van middelbare leeftijd (lees: senior, of, zoals mijn zoons zeggen: al best oud) en sta na alles wat ik op mijn bordje heb gekregen nog steeds overeind. Sterker dan ooit.

Toegegeven, inname van zoetigheden mag iets minder maar weglaten.....? Nee, echt niet!

Mag ik er zijn, ook al ben ik te zwaar? Zeker! Nou dan, fuck het strafkamp.

Ik pak de telefoon en ga de diëtiste wakker maken.

Mijn neuronen* verspreiden de blijde boodschap.

Terry van Lierop
September 2018

*neuronen: zenuwcellen in de hersenen die communiceren met elkaar door de uitlopers