

## Transcript podcast Met open ogen luisteren Aflevering 1: Mirjam

**Voice-over:** Dit is een podcast van Wintertuin.

**Corinne Heyrman:** Beste luisteraar, welkom bij 'Met open ogen luisteren', ik ben Corinne Heyrman. Dadelijk hoor je één van de zes audioportretten van mensen die een verhaal te vertellen hebben rond psychische kwetsbaarheid. Maar eerst geef ik jullie graag een inkijkje in het proces vooraf.

*[Lichte muziek]*

Er zijn mensen met diabetes, er zijn mensen met migraine en er zijn mensen met een depressie, een bipolaire kwetsbaarheid of een andere lichamelijke of psychische aandoening. Het blijft mij verbazen dat het makkelijker is om te zeggen dat je diabetes hebt dan een psychische ontregeling. Ook blijft het me verbazen dat ik de ontregeling die ik zelf ooit kende, een eetstoornis, nog steeds moeilijk uit kan leggen. Aan mezelf, maar ook aan anderen. Het is een feit dat het iets heel ongrijpbaars is. En daarbij komt dat vanaf we het over psychische ontregeling hebben, er een gat in de grond lijkt te zakken, er een onevenwicht ontstaat, een zwakte, een pijnlijkheid, een gevoeligheid. Dat vind ik interessant, als mens en ook als maker. Hoe kunnen we wel met open ogen luisteren naar een ander?

Samen met zes andere ervaringsdeskundigen ging ik op onderzoek uit. We spraken over hun leven, over wie ze zijn en wat ze willen. Bij elke persoon ging ik meerdere keren op bezoek, telkens met mijn microfoon en laptop, zodat we samen opnames konden maken, maar ook samen aan de verschillende versies in mijn montageprogramma konden werken. Het mooiste moment van dit maakproces vond ik de dag dat bijna alle geportretteerden samenkwamen en we met taart luisterden naar de bijna definitieve versies. In stilte luisterden we, maakten aantekeningen, keken elkaar aan. Nadien praatten we na, stelden elkaar nog meer vragen, gingen het gesprek aan. Ik besepte dat dit niet het verhaal is van één persoon, maar van ons allemaal.

Ik wens u ook zo'n kwetsbare luisterervaring, van de geportretteerde Mirjam Peters, en mezelf.

*[Deur open, muziek]*

**Mirjam:** Ja, ik schilder gewoon wat ik voel.

*[Vogels]*

**Mirjam:** Hierzo ook weer vogels. En deze heet dansen met vogels. Dooie vogel. Een zwaan. En een hond. Dit is een zieke hond. Een muis zit hier ergens, hier. Hier zit ook weer een uil in. Maar veel hè, veel vogels.

**Corinne:** Ja, veel.

**Mirjam:** Ik had het zelf ook helemaal niet door, hoor. Want, iemand zei dat tegen mij, ja, ja, je hebt zeker iets met vogels. Ik denk: hè? Maar dat was door dat boek. Maar dat was me helemaal nooit opgevallen. Blijkbaar doe ik dus onbewust dat ik veel vogels gebruik. En veel stoelen. En honden ook wel.

Ja, hoe schilder ik op gevoel? Ja, het is net waar ik zin in heb. Altijd grote vellen en ik begin gewoon. Zoals iemand anders met een dagboek ook gewoon begint en ook niet van tevoren een heel plan heeft. Zo is het bij mij ook, dat ontstaat gewoon.

Het is een perspex huisje. En dat meisje, staat een poppetje, staat daar. Maar ik heb het huis dus gevuld met water. En dan zie je in het dak, zie je een vliegende vogel. En je ziet gewoon een aardig blond meisje. En dan kom je dichterbij, en dan zie je dat die, dat dat een reflectie van een vogel die helemaal niet meer kan vliegen. De snavel dichtgebonden, vleugels vastgezet. Dat meisje, haar gezicht is dichtgesmeerd met paraffine. Dus die heeft geen gezicht meer. En door dat pompje gaat ze op en neer langs dat raam. Alsof ze, en met die belletjes, net alsof ze schreeuwt zonder geluid te maken.

[Muziek luider]

En dat is eigenlijk schijn. Weet je wel, dat je op afstand denkt dat iets goed gaat met iemand, een vliegende vogel, een leuk meisje in een huisje. En dan als je echt dichtbij bent, dan zie je pas wat er is.

[Stilte]

**Corinne:** Kun je jezelf eventjes voorstellen?

**Mirjam:** Oh, dat vind ik altijd heel moeilijk, Nee, dat vind ik altijd... Met die rondjes ook. Dat vind ik ook altijd zo erg. En blijkbaar dat het normaal is om jezelf te typeren aan de hand van het aantal kinderen dat je hebt, vind ik altijd al heel erg triest eigenlijk. want daar gaan die rondjes altijd over. Nooit over eh, ja wat iemand doet. Of vindt.

[Gerommel]

**Mirjam:** Nou, we zitten in mijn atelier. Dus dat is een grote puinhoop. Haha. Met uitzicht op de... normaal de koeien. En nu is het weiland leeg. En ja.

[Buitengeluid]

**Mirjam:** Ja, ik woon natuurlijk helemaal aan de rand in de polder echt. Echt in de polder. Ik heb die, ik vind juist die rust fijn. Je kan zo naar de stad. Maar in de stad, ja, ontspoor ik wel sneller.

Ik ben nu ook weidevogelbeschermer. Dat houdt in, dat je de weidevogel beschermt, haha. We moeten ze dus tellen, de nesten. Weet je, hoeveel er zitten en waar ze allemaal zitten. En als ze op een weiland zitten waar vroeg wordt gemaaid, dan ga je met de boer overleggen of er later gemaaid kan worden. Dan krijgen ze ook een vergoeding.

[Buitengeluiden]

**Mirjam:** Na mijn laatste opname zei iemand: ja, weet je wat helpend is? Als je een herstelverhaal schrijft. Zegt-ie: ja dan moet je eigenlijk dit doen en dan de fase van hoop en dan van dit. Ik denk: hè? Maar zo ging het bij mij helemaal niet. Weet je... Ja, hoe gaat het

bij jou? Ik zeg: ja, via schilderen. Weet je, dan zie ik gewoon oh, het verandert. Het wordt lichter of beter. Nou. Nou, dan vertel je het toch aan de hand van je schilderijen?

En toen bleek dus dat sommige mensen zich herkenden. Kwam er dus een man naar mij toe. Met een vriendin. En hij zegt tegen mij: ja, die ene, dat ene schilderij dat je had met die zwarte muren en die blauwe stoel, uitgeveegde tafel, dat is precies hoe ik me voelde als ik, hè, toen ik depressief thuiszat. En toen zei die vrouw, die zegt: ja, maar waarom heb je dat eigenlijk nooit gezegd? En toen zegt hij van: ja, maar hoe zeg je dat? Toen dacht ik: ja, dat kan je niet zeggen.

Daarom... Ik geef nu ook in de GGZ cursussen: experimenteren en smeren. Dat doe ik expres zodat ik niet alleen maar dames heb die landschapjes maken. Ik wil juist eigenlijk iedereen hebben. De helft is ook altijd wel man. Omdat die houden van smeren natuurlijk., haha. Maar omdat ik juist wil dat je je eigen handschrift eigenlijk leert.

Ik heb ook lesgegeven op de kunstacademie, nog in vrij ontwerpen. In Delft en in industrieel ontwerpen. Dus ik ben sowieso al heel lang docent geweest en dat heb ik nou aangepast aan eh... mensen zonder vooropleiding. Daar komt het op neer. En dat gaat juist heel goed. Omdat ik eigenlijk eh... toch ook hetzelfde ben als zij.

*[Muziek start]*

**Mirjam:** Zij weten vaak ook dat ik ook ben opgenomen geweest etcetera. Dus dat maakt wel uit. En het maakt ook uit voor mij dat ik, ja, hun begrijp.

Ik had wel mijn eerste opname al trouwens, toen was ik twintig. Ja. Ik heb in totaal drie opnames gehad. Maar na de eerste twee ben ik altijd weer volledig doorgedaan met wat ik deed. Weet je, dus, en het is altijd voor mij een soort gescheiden werelden geweest. Dus eh... toen ik gewoon daarna weer verder ging met mijn studie: nooit aan iemand verteld dat ik opgenomen ben geweest, bijvoorbeeld. Toen ben ik gewoon uhm... opnieuw begonnen met industrieel ontwerpen. Dus van de kunstacademie af, daarheen. Omdat uhm.. een soort nieuwe start te maken.

Ik zag er gelukkig ook altijd jong uit voor mijn leeftijd, dus het was niet eigenlijk te zien ofzo dat ik al langer klaar was zeg maar, hè? Er waren ook wel meer mensen die eerst iets anders hadden gedaan ook, weet je wel. Een vriendin van mij, die heb ik daar leren kennen, die had bijvoorbeeld eerst filosofie gedaan en die kwam dan toen daarheen. Ik heb dat nooit aan iemand verteld, ook niet, die persoon die ik net bedoelde, die vriendin, dat is nu nog steeds een vriendin van mij, en die weet pas sinds mijn laatste opname wat ik heb. Ik heb het altijd geheimgehouden. Mijn eerste opname bijvoorbeeld, is ook... mijn broer en zus zijn ook allemaal niet langs geweest. Het was ook in de familie iets raars. Ja, je moest gewoon een goede opleiding hebben, slim zijn. Leuk zijn. Maar niet gek zijn, hahaha.

*[Muzikale overgang]*

**Mirjam:** Ja, ik had gewoon een heel groot bureau eigenlijk. Ik had ook stagiaire en een technisch tekenaar, een modelmaker. En ik werkte... Ik had op een gegeven moment echt grote klanten. Bacardi martini, KLM catering inflight service, Mona toetjes. Dus ik deed heel veel verpakkingen en glas, was echt heel leuk, want ik was hartstikke jong. En vrouw. En het was een mannenwereld. Dus dan eh, kwam je eigenlijk in zo'n fabriek binnenlopen, en dan ja, ik voelde mij heel ongemakkelijk, want je werd dan echt van alle kanten aangekeken van: jezus, dacht dat er iemand zou komen die zou helpen... Weet je wel, haha. Komt zij! Dan

hebben ze op een gegeven moment wel door dat je echt wel weet wat je zegt. Dat je echt gewoon bent opgeleid, ook al ben je niet het type dat zij hadden gedacht en dan, dan heb je dus eigenlijk de mazzel, dat ze je dan opeens extra leuk vinden.

[Wektoon telefoon]

**Mirjam:** En het was, eh, ja, je had nog geen mobieltjes ofzo. Dus je kon bijna niet die zaak verlaten, want als er dan net iemand belde, dan kon je niet opnemen, hahaha. Dan was je ook echt onbereikbaar. Je zat gewoon... Als je even geen werk had, moest je bij die telefoon blijven, dat was ook echt heel anders. En dan, ja, dan werd het opeens heel veel druk.

Volgens mij ging het toen met mij ook niet goed, kreeg ik een depressie, en toen ben ik daarna, ben ik gewoon in Delft gaan werken. Delft ben ik superleuk gaan vinden. En ook de kunstacademie.

Ik heb al die jaren ook medicatie gewoon geweigerd. Als je, als je een manie hebt onbehandeld, of een psychose, dat tast ook je, krijg je ook cognitieve schade van. Heb ik nu geleerd. Waardoor ik ook heel veel dingen kon plaatsen opeens, waarom het werk slechter ging etcetera, terwijl ik voor mijn gevoel dezelfde persoon was. Dat ik dacht wel eens van: jesus, het lijkt wel of ik aan het dementeren ben, weet je wel, zo... Dat ik niet meer kon wat ik kon, zeg maar. Dat ik dus heel veel overliet aan collega's.

Nu, die derde keer is gewoon eigenlijk een soort klap geweest. Toen was het ook heel erg, moet ik eerlijk zeggen. Ja, dus eh... ik ben echt heel erg manisch geweest. Ja, ik ben bijvoorbeeld, de een op de andere dag naar Marokko gevlogen. Gewoon: oh, ik kan morgen naar Marokko, oké, doe ik zo. Naar die woestijn. En dan zie ik, koop ik een as... wasbak en dan kleden en oh, dit zou echt gaan lopen. Weet je wel, meteen echt zo helemaal in je hoofd.

Heel veel geld neergelegd etcetera. Slaat helemaal nergens op. Ik kan natuurlijk geen zaak beginnen met eh... Ik had gewoon een baan als docent. Weet je dat ik ooit als wiskundeleraar heb gesolliciteerd in die manie? Maar dan ben je zo overtuigend en zo enthousiast, dat je nog aangenomen wordt ook.

[Muziek]

**Mirjam:** Omdat ik toen ook dus niks had geleerd van die andere keren, omdat ik eigenlijk weigerde bij de GGZ te komen ofzo. Dat vond ik toen ook echt iets voor... ja, losers. Eigenlijk vond ik dat niet, maar ik dacht: als ik er ben dan ben ik het wel. Mijn collega's zitten ook niet bij zulke dingen, dus. Ik ben ontwerper, ik ben goed in mijn werk. Of ik ben een goede docent. Ik ben niet iemand die van therapietje naar therapietje moet. Weet je wel. Ik kan voor mezelf zorgen, weet je wel.

Maar daarmee heb ik dus ook nooit goede handvatten gehad. Bijvoorbeeld eh, als ik bijvoorbeeld weinig sliep dan dacht ik alleen maar van: nou, mooi. Heb ik een langere dag, kan ik meer doen. En nu weet ik, als ik weinig slaap, dat ik moet zorgen dat ik toch op tijd erin ga, en dat ik niet denk: yes. Dat ik niet opeens niet meer slaap. En alleen maar eh, ja. Te druk ben.

En dan opeens ehm... moet je je doelen bijstellen. En accepteren. Nou dat is eigenlijk het moeilijkste. En ook alles wat er dan mis is gegaan, dat je, want je hebt ook een hoop stukgemaakt, ja. Maar ja, ik ben bijvoorbeeld echt vrijwel al mijn geld kwijtgeraakt. Met die laatste manie. Ja, echt alles uitgegeven.

Nou, en eigenlijk door dat herstelverhaal, dat vond ik al een hele stap, maar dat was alleen maar voor mensen die opgenomen zijn geweest, of die zus zijn van iemand die dat heeft, weet je wel, gewoon dat... Dus dat is niet zo moeilijk dan, want je bent eigenlijk... Maar toen ik er boeken van ging maken, had ik me helemaal geen rekenschap van gegeven dat het opeens *out in the open* zou zijn. En dat opeens mijn ex-collega's ervan wisten. En een vriendin, weet je wel en ja... iedereen. Terwijl dat juist Het Geheim was.

En daar ben ik achteraf, ben ik daar heel blij om, want het lijkt net, dat sinds het gewoon nu één wereld is, oké je raakt mensen kwijt, maar nu – alsof ik er nu eindelijk mag zijn.

Er zijn wel, ja, mensen die het heel raar vinden. En die ook een bepaald beeld erbij hebben wat helemaal niet klopt. Dankzij alle Amerikaanse series. Waarbij als er een schreeuwend wijf ergens staat die de boel in de fik steekt, dan zeggen ze: ja en die is *bipolar*, haha, iedere seriemoordenaar is *bipolar*. Dus ja, dus dat is echt niet zo makkelijk dan, als dat het idee is dat mensen hebben, ja, wat helemaal niet klopt, want ik ben natuurlijk...uh... Ik ben ook wel eens gewoon tien jaar achter elkaar volledig stabiel geweest.

Hè, zo is er ook iemand geweest die aan mijn man vroeg, die gewoon mij kent, gewoon heel leuk ook met mij heeft gehad, en dan nu aan Michiel vroeg, eh, toen die dat boek had gezien: is het niet moeilijk om met Mirjam samen te leven? Alsof hij een soort hulpverlener is en ik een soort, hè, iemand die in de prak zit, een lastpak. Ja, ja. Dus opeens was ik niet meer die vrouw die les had gegeven in Delft en op de kunstacademie en die, weet je wel, cursussen geeft en gewoon... Nee, ineens was ik iemand waarmee het lastig samenleven is waarschijnlijk, ja, hahaha.

[Vogels]

**Mirjam:** En toch ben ik er blij om. Nu achteraf ook, zeg ik van eh... Ik vind het eigenlijk heel erg zielig voor mezelf en heel erg ook, eh, dom van mezelf dat ik mij daar zo voor heb geschaamd. Terwijl ik er niks aan kan doen en zo bang was om daardoor eh... afgewezen te worden. Dat ik gewoon continu met een groot geheim heb geleefd.

Het is voor mij ook heel dubbel, want aan de ene kant denk ik ook van eh... Nou, mijn leven is nu net zo leuk en tatata, en met die 'experimenteren en smeren', die mensen zijn zo dankbaar, leuk, leuk, leuk. Ja, ik kan het dus heel leuk vertellen en een boek en dit en dat. En nu dit. Hartstikke gezellig en een expositie. Maar dan is het... ik wil ook niet doen alsof het nu leuker is dan als... Ik had natuurlijk het allerliefste niet die bipolaire stoornis gehad. En dat betekent ook niet dat ik dan eeuwig met die baan... dan had ik misschien ook andere dingen gaan doen die ik leuk vond. Maar dan had ik daar zelf voor kunnen kiezen. Het is wel gedwongen. Weet je wel, sommige mensen hebben zoiets van, een soort halleluja weet je wel van ja, maar dat is het natuurlijk niet. Ik bedoel, ik heb er het beste van gemaakt, maar ik moest wel. Ja, het is niet... Ik heb er nooit voor gekozen.

[Muziek van Mark Lohmann]:

*Zittend op een feestje  
Het gaat even slecht  
Als ik er niet over praat  
Dan blijft het even langer niet zo echt*

*Ik doe gewoon mijn werk  
En ik lees de krant  
Als ik er niet over praat  
Dan is er niks aan de hand*

*Woensdag op een donkere kamer  
De ramen waren weggevaagd  
Er stond een stoel maar ik kon niet zitten  
Er stond een bed maar ik kon niet liggen*

*En vrijdag ging het nog veel slechter  
Ik was gestopt met terug te vechten  
Maar hoe spreek je dit alles uit  
Naar iemand om je heen?*

*Ik maak een avondwandeling  
Ook al is het koud  
Gele ramen laten zien  
Wat anderen nu bezig houdt*

*En iemand loopt aan de overkant  
We zeggen even gedag  
Soms zou ik willen dat mijn hoofd  
Ook grote ramen had*

*Gisteren op een donker weiland  
De grond voelde opeens als drijfzand  
Er hing een touw maar ik kon niet klimmen  
Ik had wel armen maar ik kon niet zwemmen*

*Al zoveel jaar een groot geheim  
Verstopt ergens diep in mijn pijn  
Ik wel schreeuwen maar ik heb geen mond  
Ik wil ontploffen maar ik heb geen lont*

*Maar tegenwoordig wat ik doe  
Ik leg het vast op een wit doek  
Een klein raampje diep in mijn leven  
Voor iedereen die even kijken wil*

*Soms gaan de gordijnen dicht  
En is het even minder licht  
Ik weet wel, ze gaan weer open  
Na verloop van tijd*

**Corinne:** Dit was 'Met open ogen luisteren', gemaakt door Mirjam Peters en Corinne Heyrman, dat ben ik. Het lied dat je hoorde is geschreven door Mark Lohmann. Dit project was niet mogelijk geweest zonder Noortje Kessels, Rosa van Ederen, Wintertuin, De Woenselse Poort, GGzE en Plusminus. Ook veel dank aan het Fonds voor Cultuurparticipatie en Kunstloc Brabant. Kijk op [wintertuin.nl/podcast](http://wintertuin.nl/podcast) om meer te beluisteren.

En heb je interesse in het boek van Mirjam? Het heet *Kunst van manie en depressie*, van

Mirjam Peters. Te vinden of te bestellen in de boekwinkel en op [www.uitgeverijdegraaff.nl](http://www.uitgeverijdegraaff.nl).  
De Graaff schrijf je met een dubbele f.

**Voice-over:** Dit was een podcast van Wintertuin, aangesloten bij De Nieuwe Oost. Volg ons via jouw favoriete podcastapp voor meer podcasts over verhalen, literatuur en schrijven. Tot de volgende keer!