

## **Parkinson. The least of my problems.**

Je leven bestaat uit goed en niet-goed. Of dat nou aan jezelf ligt of aan iemand of iets anders. Het kan er nog een beetje tussenin hangen, half-goed, maar meestal is het OF goed OF niet goed.

### **Van alles goed naar alles niet-goed**

Als je de diagnose parkinson krijgt als alles goed is, dan stort de wereld in. Tenminste, dat denk je. Totdat blijkt dat de wereld toch nog gewoon ronddraait. Het kan even duren voordat je dat ziet, maar er komt echt een dag, waarop je wakker wordt en denkt: “Huh? Dacht dat we stil stonden? Wie heeft de boel weer aan gang geslingerd? Nou vooruit, dan ga ik ook maar weer wat doen, als we dan toch niet zijn ingestort.”

En met dat parkinson op je nek ga je weer verder. Je leven is weer een soort van in evenwicht. Parkinson is groot, maar niet zo groot dat je er niet af en toe overheen kunt kijken. Weet je nog, dat zei mijn oma toen ons dochttertje stierf: “Je hoeft er niet overheen te komen, als je er maar af en toe overheen kunt kijken, is het goed.”

Parkinson is sowieso minder groot dan dood. Je kunt er misschien niet superoud mee worden, maar je kunt er aardig lang mee doorleven. En dan weet ik best hoe het is om niet 100%, niet 90% en soms zelfs niet 50% te kunnen doen van wat ik ooit kon. Ik weet best wat ik mis en ik weet ook wat ik ga missen. Trouwens, dat missen geldt niet alleen voor mij. Ik ben ook vrouw, moeder, vriendin, zus, collega. Wat ik mis, missen zij natuurlijk ook in mij.

### **Bakje van goed en bakje van niet-goed**

En je leeft door met Parkinson. Dat gaat allemaal redelijk, zolang goed en niet-goed in evenwicht zijn. Het bakje van niet-goed is zwaar, maar het bakje van goed ook. Als je geluk hebt, is je bakje van goed veel zwaarder dan je bakje van niet-goed.

Het gaat mis, als je begint te twijfelen aan je evenwicht. “Zometeen gebeurt er nog iets ergs en dan is mijn bakje van niet-goed veel te zwaar voor me.” Je bent bang dat er iets met je man/kind/vriend gebeurt. Want dat zou pas erg zijn, erger dan Parkinson.

### **Niet Parkinson, maar angst is het ergste**

Niet Parkinson, maar je angst voor nóg iets in je bakje van niet-goed is het ergste. Want dan gaat het donderen in dat bakje van niet-goed. En wat nog niet in dat bakje zit, dat gooi je er zelf wel in. Zoals je zorgen over geld, je hypotheek, je gewicht of desnoods je rimpels. Dat is waar je van wakker kunt liggen. Niet van wat je kwijt raakt door Parkinson, maar van wat je nodig hebt om je bakjes van goed en niet-goed in evenwicht te houden. Je angst, je moeite, je verdriet zijn de echte zwaargewichten in je bakje van niet-goed. Parkinson, hoe waardeloos ook, is the least of your problems.

Je weet zelf wel wat de zwaargewichten in je bakje van goed zijn.