

Het persoonlijke verhaal achter overgewicht

Te klein, te dik, een scheve neus of flaporen. Iedereen heeft lichamelijk wel iets waar hij/ zij minder tevreden over is, slechts een enkeling nagelaten. Wij mensen hechten uitzonderlijk veel waarde aan ons uiterlijk. Waarom eigenlijk? Alleen vanwege 'wat de ander denkt'? Onze redactrice ging in gesprek met een dame die haar hele leven al kampt met overgewicht. 'Het nooit vertelde verhaal' zou deze rubriek gaan heten. Het verhaal bleek echter wel degelijk eerder verteld. Het is juist een verhaal dat voor ieder zeer herkenbaar zal zijn. Al denkt de één aan zijn dikke billen en de ander aan zijn rode haar.

De komende tijd kunt u regelmatig een artikel lezen over de persoonlijke ervaringen van deze dorpsgenoot: 'Het persoonlijke verhaal achter overgewicht'. De dame in kwestie noemen we voorlopig Mrs. X. Of we haar naam uiteindelijk onthullen? Die beslissing is aan haarzelf.



Door: Ria Balk

Het kind

“Qua bouw was ik echt een kind van mijn vader”, vertelt Mrs. X. “Mijn broer ook, maar voor een jongen is dat toch minder belangrijk. Er werd thuis altijd heel hard gewerkt aan gezond en mager koken. Mam verstopte het snoep en lekkers zelfs, maar we waren wel ‘jagers’. ’s Moeder zei wel: ‘ik hoef ze nooit te roepen voor het eten. Ze zijn er al voordat het klaar is.’ Als kind werd ik niet echt gepest, toch voelde ik het constant. Het woord dikke viel nogal ooit. Dik zijn was niet goed en niet mooi. Kledingzaken waren nog niet ingespeeld op dikke mensen. Mijn moeder maakte veel zelf. Ik was de eerste communicant met een broek, tussen allemaal meiden met witte jurkjes. Ik voelde me anders. Ik was een verlegen kind dat eigenlijk in de massa wilde verdwijnen, maar dat lukte niet. Ik was er altijd: groot en zwaar. Voor mij heeft altijd als paal boven water gestaan dat dik zijn niet hoort.”

Sporten, dat deden ze niet. Zo werden ze niet opgevoed. “Ik ben weleens bij een sportclub geweest, maar dat was elke zondag strijd. Het was voor mij heel inspannend en dan ook nog in die mensenmassa... .” Op de middelbare school ging ze het compenseren. Ze had een goed stel hersens, daar wilde ze in uitblinken. Uiteraard is er niets mis met je goed je best doen, maar waar wordt het perfectionisme? “Dik is niet goed”, dacht Mrs. X. “Laat ik dat andere dan maar wel goed doen.” Het ging haar uiteindelijk alleen om punten scoren. Het verlegen kind verdween. Ze ging het juist overschreeuwen. Punk, hardrock en stoerheid was aan de orde van de dag. Mrs. X deed er gezellig aan mee. “Ik dacht: ‘Als ze dan toch naar me kijken, laat ik dan ook maar iets zeggen.’ Met zelfspot kwam ik er wel. Ik heb een gezonde dosis humor. Die heb ik heel vaak ingezet. Dat doe ik nu nog steeds trouwens. Mensen zullen aan mij niet zien als ik het moeilijk heb.”

De volwassene

Ze zal altijd proberen om mensen in hun waarde te laten. Ze is degene die in de bres springt voor andere ‘underdogs’. Nog steeds zorgt ze meer voor anderen dan voor zichzelf. “Mijn vader zei altijd: ‘Je moet jezelf nooit meer voelen dan een ander, maar als ze je ‘raken’ dan mag je ze terugpakken. We gaan tegenwoordig weleens met de familie om de tafel zitten. Dan vertellen we elkaar waar de ander goed in is. Vroeger deden we dat niet. Datgene waar je goed in was, was vanzelfsprekend. Complimenten waren niet nodig, daar dacht je niet aan.”

De volgende keer kunt u lezen over de afgelopen jaren en maanden. Haar voortdurende strijd tegen overgewicht heeft zeker invloed gehad. Het verhaal van Mrs. X. gaat verder dan alleen esthetica. “Tot mijn dertigste wilde ik nog afvallen voor de mooiigheid”, vertelt ze. “Daarna ging het steeds meer om mezelf, om mijn gezondheid en om me beter te voelen. Als zware dertiger voelde ik me oud. Ik had best al met pensioen gewild.”