



# DIEPBEDROEFD & Dolgelukkig

*Carice de Wildt* debuteerde kortgeleden met haar eerste boek: **Koosje, diepbedroefd en dolgelukkig. Koosje (35) iemand met een bipolaire stoornis. En die staat garant voor spektakel.** TEKST JORIS KOOPMAN FOTO'S GOVERT DE ROOS

**H**É CARICE, DIE BIPOLAIRE STOORNIS DIE JE HOOFDPERSOON UIT JE BOEK HEFFT, DAT IS TOCH WAT ZE VROEGER MANISCH-DEPRESSIEF NOEMDEN? "Precies. Bergtophoge pieken, afgrondachtige dalen. Ik weet er alles van omdat ik het zelf onder de leden heb. Mijn gemoedstoestand stijgt en daalt. Het is niet zomaar een dipje of een goede dag. Nee, bij mij kan een

hypomanie zo een paar maanden duren. En de depressies ook. Maar sinds ik er pillen voor neem, is het een stuk minder heftig."

**EN MANISCH? IS DAT EDERE DAG FEEST? LIJKT ONS BEST LEUK.**

"Ha, ha. Het is maanden feesten, dat is zeker zo. Maar de manier waarop is minder. Voor de omgeving van iemand met zo'n manie is het ook helemaal

niet zo grappig. Het is net alsof een onzichtbaar propellertje je aanstuurt en opjaagt. Schijnt het zonnetje 's morgens dan koop je 's middags zonder na te denken over de financiële consequenties een cabrio. Om maar even een voorbeeld uit mijn eigen leven te geven... Het was nog een hele toestand om dat ding tegen enigszins redelijke voorwaarden terug te brengen bij de dealer."

**VEEL SEX OOK, LAZEN WE IN JE BOEK.** "Manisch en drank, dat maakt me letterlijk wild. Als een barslet de kroeg door, tequila afpakken van vreemde mannen. Heremetijd... In zo'n maandenlange periode heb ik ook nog eens aan een paar uur slaap genoeg. Zo is het als je manisch bent. En niet alleen nachten doorhalen, maar overdag mijn werk erbij doen, avondstudies halen en halve marathons lopen. Het kan niet op in zo'n periode." ►

# DIEPREDROEFD & Dolgelukkig

STYLING XANDRA BROOD MET DANK AAN JULIETTE POUR ROMEO, BIZAR FASHION, RENE BOUTIQUE, VISAGE, YOLANDA SONIGA/LANCASTER GROUP

*'Het is alsof  
een onzichtbaar propellertje  
je aanstuurt en opjaagt'*

**MAAR AAN ALLE PLEZIER KOMT EEN EINDE?**  
"Ja, helaas wel. Dan volgen maandenlange depressies. In bed, deken over het hoofd, de telefoon niet opnemen, e-mail niet checken, nergens op reageren. Op de slechtste momenten zelfs op de rand van het balkon gaan staan en denken: zal ik springen of niet? Zo erg. Ik ben ook opgenomen in zo'n periode. Daar krijg ik nog de rillingen van als ik eraan terugdenk."

**EERST MAANDEN FEESTEN EN DAARNA SUICIDAAL, LIJKT ME OM GEK VAN TE WORDEN.**  
"Ja ja, heel erg grappig om dat zo te zeggen... Officieel heb ik natuurlijk een zware stoornis, alleen ga ik er nu luchtig mee om. Ik heb ermee leren leven."

**IN WELKE FASE ZIT JE NU, MANISCH OF DEPRESSIEF?**

"Ach, om die vraag te beantwoorden moet ik je even over mijn fantastische lieve, lieve pilletje vertellen: lithium genaamd. Dat pilletje voelt als twee armen om me heen die me altijd beschermen. Mijn psychiater stelde

ons aan elkaar voor en ik wil het niet meer kwijt. Waarom weet geen wetenschapper, maar lithium, een zoutsoort, kapt de toppen af en hoogt de dalen op. Ik voel me nu hypomaan, op een top dus, maar gestoorde dingen gebeuren er vandaag niet en ik ga vanavond gewoon slapen."

**HEB JE EEN RELATIE OF MOET JE NOG STEEDS DE KROEG IN OM... NOU JA, JE WEEET WEL... TEQUILA VAN ANDERE MANNEN OP TE DRINKEN?**

"Nee, nee, dat hoeft niet meer. Ik heb een man. Een heel leuke man. En een kantoorbaan bij een semi-overheidsinstituut. En ik drink al drie jaar niks meer."

**ALS JE MOET KIEZEN TUSSEN LITHIUM EN JE MAN?**

"Nou ja zeg! Wat een rare vraag. Jij bent gestoorder dan ik ben, ha, ha!"

**WANNEER WERD JE SCHRIJVER?**

"Ik schrijf al van jongs af aan. Maar dat ik over een bipolaire stoornis schrijf, is

sinds ik het besluit heb genomen om in het herstel ervan te geloven. Ik moet het verhaal vertellen om er anderen mee te helpen. Het is mijn dure plicht en daarom heb ik 'Koesje' geschreven. Als ik daarvoor in m'n halve blootje in Panorama moet gaan staan, *so be it*. Al is zo'n fotoshoot natuurlijk ook gewoon een betrekkelijk veilig avontuur. En een streling van mijn vrouwelijke ijdelheid, natuurlijk."

**EN DE REACTIES OP JE BOEK?**

"Precies wat ik ervan hoopte. Jonge vrouwen schrijven me om te zeggen dat ze al wel wisten dat er iets niet klopte en dat ze door mijn boek weten wat dat is. Maar ook geschokte reacties van bekenden die wel iets wisten maar nu pas beseffen hoe diep mijn dalen zijn. Men schat dat 2 procent van alle mensen een lichte of een zwaardere vorm van een bipolaire stoornis heeft. Hoe sneller je erbij bent hoe beter het is. Mensen kunnen zichzelf veel leed besparen!" ■