

WERELDVEROVERAAR

Douwe de Haan

Hoofdstuk 1

4-04-2014

Hier zit ik dan, in mijn eentje in mijn appartement in Roden, Drenthe. Zo'n twee en een half jaar geleden stond alles er heel anders voor. Toen woonde ik nog in Irnsum in Friesland en had ik een baan als pedagogisch medewerker bij een crisisinterventie voor jongeren van twaalf tot en met achttien jaar. Binnenkort zit ik zonder werk, aangezien ik twee jaren in de ziektewet heb gezeten.

En dat was niet voor zweetvoeten. Sinds december tweeduizend elf staat alles letterlijk op de kop. Voor mij, maar ook voor mijn ouders, mijn zus en andere familieleden en vrienden. Ik ben namelijk sinds die periode gediagnosticeerd als iemand met een bipolaire stoornis, zoals dat zo heet. Je zou mij kunnen bestempelen als iemand die manisch-depressief is. Dat betekent dat ik bepaalde periodes heel veel wisselende stemmingen en gedachten heb, waarbij ik de depressieve periodes als het zwaarst ervaar. De psychiater en mijn omgeving zullen door hun ervaringen daar wel anders over denken. Zij zien de valkuilen bij mijn manische episodes, wat ik ook wel weer begrijp. Tijdens zo'n manische episode kan ik zo hypomaan zijn, waarbij ik de werkelijkheid uit het oog verlies. Ik heb handelingen verricht die voor buitenstaanders onverklaarbaar en onlogisch lijken, met alle gevolgen van dien. Zelf weet ik van die extreme manische buien weinig meer. Bij mij was het zo ernstig, dat ik daar ook psychoses van kreeg. Ik heb in ieder geval vier keer zo'n heftige periode mee gemaakt, maar het zou best kunnen dat ik al vaker of langer in psychotische toestand geleefd heb.

Of eigenlijk, overleefd. Want wat ga je doen als je je neerslachtig of verdrietig voelt? Juist. Proberen aan positieve aspecten en elementen te denken die het leven te bieden hebben, of ze nu waar zijn of niet. Het vervelende aspect tijdens een psychose is, dat je denkt dat het de werkelijkheid is, maar je bedrogen uitkomt op het moment dat je veronderstellingen niet waar blijken te zijn. Daarmee val je letterlijk terug in het diepe. Naar je innerlijke zelf, die kwetsbaar en fragiel is, om welke reden dan ook.

En nu, nu probeer ik een boek te schrijven over diverse elementen die ik meegemaakt heb of mee zal maken, om mijn leven te ordenen en om situaties te herleiden. Zowel in het heden, als het verleden, maar zeker over de toekomst. Hoe heeft een en ander zo kunnen ontstaan? Wat zijn de onverwerkte gevoelens en gebeurtenissen die maken dat ik zo in de war heb kunnen raken? En het belangrijkste: hoe moet ik nu in mijn eentje verder, nu ik straks geen werk meer heb? Ik heb met name de afgelopen periode heel veel steun gehad aan mijn ouders en aan mijn zus. Zij zijn degenen die mij verzorgd hebben en mij onderdak hebben geboden die ik nodig had, omdat ik het in mijn eentje niet kon redden. Het is echter tijd om mijn zelfstandigheid weer op te pakken, zodat zij ook weer verder kunnen.

Ik heb al heel wat hulpverleningsvormen en hulpverleners meegemaakt. Best raar. Eerst is het je eigen profesie en nu zijn de rollen omgedraaid en draait het om mij. Tegenwoordig bezoek ik bij de GGZ een sociaalpsychiatrisch verpleegkundige en een psychiater. Mijn vader gaat trouw mee met de bezoeken, omdat hij op de hoogte wil blijven van mijn ontwikkelingen. Vaak gaan die gesprekken over structuur, medicatiegebruik en mijn welzijn. Ik slik dagelijks duizend milligram Lithium om mijn stemmingswisselingen te stabiliseren en twee milligram Risperdal. De Risperdal is een antipsychoticum. Je raakt er erg suf van, maar het schijnt te werken. Bij de psychiater heb ik aangegeven dat ik volgens mij een psycholoog nodig heb, om trauma's en verlieservaringen uit mijn verleden beter een plek te kunnen geven. Binnenkort heb ik een onderzoek om te kijken of ik daarvoor in aanmerking kom, want ze willen wel enige stabiliteit voor die behandeling.

Dat is nog wel een huidig probleem. Stabiliteit. Hoe kun je je goed voelen tijdens depressieve episodes als je daarnaast nog in een andere wereld leeft en niet in het 'hier en nu'? Ik noem het de schijnwerkelijkheid. Het is een fantasiewereld die dagelijks zo'n drie tot zes uur bij mij is, om de dag goed door te kunnen komen. Enerzijds koester ik deze fantasierijke gedachten, omdat ze mij een positief en goed gevoel geven en aan de andere kant zie ik het gevaar, aangezien het niet de werkelijkheid is die ik bedenk. Soms duren die fantasiegedachten langer dan bewust in het hier en nu te zijn. Ik heb er wel over gesproken met specialisten, maar mijn psychiater erkent de situatie van fantaseren niet. Laatst was ik op bezoek bij een kennis die ik heb leren kennen via de GGZ en zij herkende het wel. "Het is wel gevaarlijk", zei zij. "Je wordt geleefd door de gedachten."

Zij is ervaringsdeskundige op het gebied van psychische klachten en heeft ook psychoses meegemaakt. Sinds kort bezoek ik in Groningen een inloophuis voor mensen die last hebben van psychosegevoeligheid. Ixta Noa heet die instantie. Oorspronkelijk is het bedoeld voor mensen met een eetstoornis, maar tegenwoordig kunnen mensen met andere psychische problemen daar ook terecht. Het prettige van zo'n huis is, dat je andere ervaringsdeskundigen tegenkomt die dezelfde stoornis of problematiek hebben.

Uit verhalen van anderen maakte ik al op dat iedere situatie weer anders is en dat de symptomen heel anders kunnen zijn.

Bij een psychose ben je echter wel degelijk 'buiten jezelf' handelingen aan het verrichten, die je niet meer in de hand hebt. Zo vertelde een meisje mij dat ze haar hele kamer vernield had, omdat ze bezig was met kunst. De politie kwam haar halen en dat vond ze wel gezellig. Dat stuk herkende ik wel. De politie is tijdens een psychose je beste vriend.

Wat in mijn geval opvalt is dat ik de psychoses pas op latere leeftijd heb gekregen. Zou dat te maken kunnen hebben met verdringing van factoren die ik niet wilde voelen, ervaren of accepteren? Ik heb geen directe burn-out gehad, maar wat ik wel weet is dat ik de afgelopen vijftien jaar altijd actief was, zowel overdag als 's avonds en dat ik nauwelijks de tijd en de rust heb genomen om bij mezelf te rade te gaan over het leven. Stressvol leven dus. Dat heb ik moeten bekopen, met de huidige situatie als gevolg. Soms denk ik daar nog wel aan terug. Hoe ben ik zo in de war geraakt? Wat waren de oorzaken? En wat heeft gemaakt dat ik daar zo moeizaam van kan herstellen? Allemaal vragen die af en toe opspelen, maar terugkijken heeft niet altijd zin. Het is gebeurd en nu is het de tijd om vooruit te kijken. In de werkelijkheid? Dat is misschien nog wel enger dan overdag te dagdromen over de schijnwerkelijkheid. En zolang ik er niet manisch van word of in een psychose raak, kan ik het toch hanteren als iets wat bij mij hoort? Als houvast en veiligheid? Kijk, in mijn manie, ben ik groter, mooier, krachtiger en beter dan als ik in een depressieve toestand zit. Ik zeg dan ook vaak tegen mijn psychiater dat ik hoop weer eens een manische episode mee te maken, al is het maar een lichte, want dan voel ik me zoveel beter. Hij weerlegt het en geeft aan dat het beter is om gewoon stabiel te zijn.

Ik denk dat mijn narcistische persoonlijkheidstrekjes, die ook gediagnosticeerd zijn, dan de kop opsteken. Want in principe, zowel in de werkelijkheid als in de schijnwereld, wil ik de beste, de mooiste, de slimste en de gelukkigste man van deze wereld zijn. En hoe kan dat beter dan in je fantasiewereld dat te verwezenlijken, als je daar in het gewone leven niet toe in staat bent gebleken en andere mensen tijdens je manische episodes en psychoses niet zien hoe groots ik wel niet ben?

Ook dat is een reden voor mijn boek. Het kaderen en plaatsen van mijn schijnwerkelijkheid. Gewoon. Omdat ik dit zo bedenk en bedacht heb. Ik ben niet alleen maar een mens met een bipolaire stoornis en een narcistische persoonlijkheidsstoornis die minimaal vier psychoses heeft gehad, maar ook gewoon een geweldenaar. Dat is veel beter dan een depressieve nietsnut. Lijkt mij. En als anderen daar nog wat aan kunnen hebben, is dat mooi meegenomen. Mijn ouders zullen het met plezier kunnen lezen, mijn zus kan het boek waarderen en al die andere miljoenen aanbidders (o.k., dit is een klein beetje manisch) kunnen er van genieten.

Met dit boek ben ik een wereldveroveraar.

Hoofdstuk 2

22-12-2013

Toen ik in de pauze van mijn werk in Leeuwarden een kijkje nam bij de activiteiten van Serious Request, wist ik niet wat me overkwam. Daar stond zij, helemaal alleen aan de zijkant van het plein, met een kopje thee in de hand. Ik moest wat moed verzamelen om haar daadwerkelijk op te zoeken, maar toen we een korte wederzijdse blik hadden uitgewisseld, was de stap gemakkelijk te nemen.

“Is het een lekker kopje thee?”, vroeg ik met een schuchtere stem. Ze beaamde het. “Mijn naam is Douwe de Haan en ik heb even pauze. Wat kom jij hier doen?” Ze nam een slokje van haar hete water en keek me met een glimlach aan. “Ik ben Doutzen.”, zei ze. “Doutzen Kroes. Ik kom hier geld inzamelen voor de kleine kindertjes die diarree hebben.” “Aha”, zei ik. “Dat is mooi. En wat doe jij dan voor werk?” Ze bleek model te zijn in Amerika en had zo hier en daar al naam en faam gemaakt. “En wat doe jij?” Ik vertelde haar dat ik tegenwoordig een re-integratie traject volgde, waarbij ik dossiers aan het inscannen was. “Boeiend”, zei ze met een glimlach. “Zeker”, zei ik. “Zo boeiend, dat ik nu alweer afscheid van je moet nemen, want ik moet zo weer terug. Zie ik je in de toekomst weer?” “Wie weet...”, zei ze en ze gaf me haar lege kopje, zodat ik die op de tafel kon zetten.

Fluitend keerde ik terug naar mijn werkplek. Zo’n gesprekje had ik nodig om weer vooruit te kunnen.

Toen ik thuis kwam, heb ik haar naam toch maar even op google opgezocht en haar achterhaald op de sociale media. Ze bleek best wel populair te zijn met 1.323.765 volgers op Facebook en nog zo’n 705.328 op Twitter. Verder zag ze er vriendelijk en leuk uit, vond ik. Zij zou best wel mijn type kunnen zijn. Maar ja. Ik had verder geen telefoonnummer of niks gevraagd en de kans dat ze mijn boodschappen via Facebook zou lezen, achtte ik 0,0001 procent. In de weken daarna speelde ze geen enkele rol in mijn verbeelding. Ongenaakbaar en bovendien al getrouwd en met een kindje, had ik gezien. Nu zegt dat niet altijd alles heb ik al eens ervaren, maar ze leek me nogal loyaal en betrouwbaar, wat ik zeer belangrijke eigenschappen vind.

Toch kwam er ten tijde van de olympische winterspelen tweeduizend veertien een persoonlijk berichtje via Facebook van haar. Het leek haar leuk om elkaar weer te ontmoeten en een langer gesprek aan te gaan. Of ik zin had om naar New York te komen. Ik antwoordde dat ik mijn re-integratie werk daar wel voor moest verzetten maar dat het geen probleem zou zijn.

Wanneer had ze in gedachten? Zo snel mogelijk, was het antwoord.

En zo zaten begin maart een Friezin en een Fries in Central Park, te kletsen en te filosoferen over persoonlijke- en wereldaspecten. Naast het feit dat het gezellig was, heerste er ook een bepaalde spanning, die je kunt voelen als mensen meer van elkaar willen dan alleen maar een gesprek.

De overnachting was bij haar appartement. Haar man was weg vanwege een concert, maar haar zoontje was wel thuis. “Hoe heet hij?” “Phyllon”, was het antwoord. Ik heb altijd goed kunnen spelen met kinderen, zo ook nu. Doutzen fleurde er zichtbaar van op. De volgende dag was het tijd om afscheid te nemen en weer terug te keren naar Nederland. “Het was gezellig”, zei ze. “Ik hoop dat het je goed gaat met je werkzaamheden en met alles wat je doet.” Mijn dank was groot en als klap op de vuurpijl had ik een klein cadeautje voor Phyllon. Het was een knuffelhaan. “Ontmoeten we elkaar ooit weer?”, vroeg ik met oprechte nieuwsgierigheid. “Wie weet...”, zei ze en samen met Phyllon zwaaide ze me uit op het vliegveld.

Het bezoek aan New York had me niet onberoerd gelaten. Ik was toch wel onder de indruk van Doutzen en met name de wijze waarop de conversaties over het leven plaatsvonden, spraken me enorm aan. Wat dat betreft was er een klik en een wederzijds respect, die ik lang geleden gevoeld en ervaren had, maar die in liefdescontact nu niet meer voor mij was weggelegd. Thuis volgde ik haar avonturen en foto’s op de voet, waarbij ik af en toe een berichtje achterliet. Ik was benieuwd of ze die ook zou lezen tussen de duizenden andere berichtjes. Alhoewel ik had genoten van de trip, was het voor mij raadzaam om met beide benen op de grond te blijven en me te richten op het leven zoals ik dat momenteel ingericht had. De weken daarna zwakte mijn aandacht voor Doutzen af en hield ik me bezig met andere hobby’s, zoals wandelen, lezen en dagdromen. Totdat ik in de zomer weer een privé bericht van haar mocht ontvangen. Het was op mijn verjaardag. Ze feliciteerde mij en ze zou mij eind juli graag in Amsterdam willen zien, omdat zij daar dan ook was. Ik reageerde op nonchalante wijze een dag later, dat ik waarschijnlijk die dag wel kon, maar even moest zien of ik dat kon regelen. Ze zou nog van me horen. “Speelt Phyllon nog met de knuffelhaan?”, was mijn laatste vraag. “Nou en of”, schreef Doutzen. “En niet alleen hij.” Ze eindigde het bericht met een knipoog.

Ik reageerde niet direct. Tien dagen later verstuurde ik haar het verlossende bericht, want inwendig sloeg mijn hart op hol en kon ik niet wachten om haar wederom te ontmoeten. “Het had wat voeten in de aarde, maar eind juli lukt me wel”, schreef ik.

Eenmaal aangekomen op de afspraak in Amsterdam, was het een prettig weerzien. Doutzen omhelsde mij en gaf me glimlachend drie dikke zoenen op mijn wangen. We spraken in het Vondelpark over koetjes, kalfjes en haar werk. Plots hield ze me tijdens een wandeling staande. Er was niemand in de buurt. "Ik moet je wat bekenen", vervolgde zij. "Je zult het wel raar vinden, maar..." Ik was verstomd, maar vroeg toch door. "Wat bedoel je, Doutzen?", vroeg ik gehaast. "Wel..., ik denk, ik denk dat ik verliefd op je ben en met jou verder zou willen...". Sprakeloos begaf ik me op het looppad met naast me een model uit Oostermeer dat furore maakte en nu een bekentenis ten opzichte van mij deed, die evenwel onvoorspelbaar als onwerkelijk was. Toch wist ik geluidloos antwoord te geven. Ik pakte zachtjes haar hand en keek haar liefkozend aan. Samen liepen we verder, zonder wat te zeggen. Aan het einde van de dag besprak ik met haar dat ik positief overdonderd was, maar dat ze goed moest nadenken over haar toekomst ten opzichte van haar huidige man en haar zoontje. "Heb ik allang gedaan", zei ze. "Dit is de route die ik moet volgen."

We namen afscheid aan het eind van de middag, omdat ze weer terug moest naar haar zoontje en we spraken af dat we zo snel als mogelijk contact onderhielden. Doutzen gaf me haar telefoonnummer en terwijl ik wilde zeggen dat het een leuke middag was geweest, gaf ze me een zoen, die lang aanbleef. Na de zoen zei ik: "Doe de groeten aan je zoon." Dat zou ze doen. "Doei!"

En zo begon een nieuw avontuur met een vlotte meid die 12 jaar jonger was dan ik, maar stevig in haar schoenen stond en wist wat ze wilde. Grappig, we woonden vroeger zo'n zes kilometer bij elkaar vandaan, maar via de hoofdstad van Friesland, New York en Amsterdam kwamen we nader tot elkaar. Sinds die zomerdag in juli hadden we dagelijks bel- en mailcontact en was ze weer terug in Amerika. Haar scheiding was inmiddels in gang gezet en haar ex-man had een nieuw appartement gekocht. De telefoongesprekken duurden vele minuten, soms zelfs uren en in september tijdens een modeshow, zou ik haar weer treffen. In Miami deze keer.

Toch wel apart hoe je leven dan een kentering kan maken.

Hoofdstuk 3

1-12-2011

Over kenteringen gesproken. Ik was inmiddels twee maanden thuis geweest. In mijn eentje, aangezien ik gestopt was als fulltime korfbaltrainer/coach op het hoogste niveau bij Nic./Alfa college uit Groningen. Voor mij een teleurstellende beslissing, want ik had er alles, inclusief het werk voor onbepaalde tijd, voor opzij gezet. En nu was ik bezig om de tijd te doden voordat ik weer aan het werk zou kunnen gaan op de crisisinterventie. Dat ging me moeizaam af. Meestal zat ik achter de computer om op de hoogte te blijven van alle perikelen op internet en af en toe kwam ik mijn huisje uit om boodschappen te doen. En tja, dat huisje. Klein van stuk, het was gezellig ingericht en toch voelde ik me eenzaam in het dorp. Veel contacten aldaar had ik dan ook niet. Ik was altijd bezig en weg. In die periode ben ik een weekendje naar Vlieland geweest, om de zinnen te verzetten. Daar was ik nog vrij helder van geest. Vroeger waren we er ook geweest, maar ik kon me er weinig van herinneren.

Eenmaal weer thuis gekomen ging het bergafwaarts. Ik associeerde boodschappen op de computer op verkeerde wijze en ging er helemaal in op. Daardoor betrok ik alles op mezelf en op de situatie waar ik in zat en reageerde ik op alles wat voorbij kwam. Zelfs zo ver, dat berichten op radio en televisie met mij te maken zouden hebben. Om maar een voorbeeld te noemen: er was een reportage van Omrop Fryslân op de radio over de vogelstand, in het item de rode draad. Voor mij was de link met de Haan snel gelegd. En in de krant waren de reclames helemaal gespitst op mij, inclusief het kortingspercentage. Ik heb in die laatste weken van November heel wat mensen in verwarring gebracht met mijn boodschappen. Zo ben ik in Leeuwarden op het provinciehuis geweest bij een bijeenkomst van de SP, omdat ik dacht dat de hele stad met culturele activiteiten gericht was op het herdenken van mijn opa, die wethouder in Opsterland was geweest. Op diezelfde dag heb ik een meisje dat ik kende als stagiaire bij mijn vorige werk meegenomen naar Omrop Fryslân, omdat ik dacht dat journalisten ons allebei zouden achtervolgen. Alie heette ze. Ze zal net als de medewerkers van Omrop Fryslân weinig gesnapt hebben van mijn redeneringen. Vrienden, familie en collega's heb ik overvoerd met mijn achterdochtige complottheorieën, waar voor hen geen touw aan vast te knopen was. Overal waren spionnen, camera's en soldaten. En als je in zo'n waan zit, denk je dat iedereen jou kent en zich bezighoudt met jou. In Groningen en Leeuwarden wonen er dan best wel veel mensen die op je letten. Op de Grote Markt waren ze het plein al aan het schoonmaken, om mij te onthalen voor eerherstel. De verkeerde verbanden waren snel en gemakkelijk gemaakt. Alles wat er gebeurde was een prikkel en werd een item dat met mij te maken had.

Mijn ouders en mijn zus hebben via mijn telefoontje en andere mensen wel vernomen dat mijn acties niet helemaal zuiver waren. Mijn vader en mijn zus besloten me op een woensdag op te halen. Toen ik opgehaald werd, was ik een spraakwaterval en moeilijk te temperen. Tijdens de autorit had ik in beginsel veel onsamenhangende verhalen over werk, korfbal en de wereld. Later viel ik in slaap in de auto. Eenmaal bij mijn ouders aangekomen plofte ik neer in een stoel, waarbij ik het licht niet kon verdragen. Ik ben die nacht in het bed van mijn ouders ingeslapen, met mijn vader naast me.

De volgende dag ben ik naar de huisarts geweest. Ik weet nog dat er Feyenoordkussens in de praktijk lagen, die uiteraard op mij sloegen, omdat ik fan was. De dokter was vriendelijk en rustig. Ik heb medicatie meegekregen en toen kon ik weer met mijn vader en zus mee naar huis. Tijdens het verblijf bij mijn ouders, kon ik het licht van de lampen moeilijk hanteren. Ik linkte het aan het felle licht van de zon. En aan het begin van het rijpad, lag een molshoop. Daar lag een kindje begraven dat ik verloren had bij mijn ex-vriendin middels een abortus. Overdag was ik versuft en verdwaasd en 's nachts sliep ik onrustig. Ik weet niet alles meer, maar ik weet wel dat de stand van de maan invloed had op welke gedachte dan ook. Ik was gevoelig voor alles om me heen.

Vanaf die tijd ben ik bij mijn ouders blijven wonen, om tot rust te komen. Voorlopig, was de bedoeling. Ik werd gedurende die week iets rustiger, waardoor ik langzaam maar zeker weer bepaalde activiteiten kon ondernemen. Ik weet nog dat ik bij een afscheidsdiner van een collega van mijn werk ben geweest, want ik had me uiteraard ziek gemeld. De eerste dagen van december, voordat mijn vader en mijn zus me hadden opgehaald, heb ik nog twee dagen gewerkt, wat onverantwoord was. Ik vergat dingen en kwam verward over op de jongeren. Als je zoiets meemaakt, ben je buiten jezelf aan het functioneren. Maar tijdens heldere momenten, schaam je je meteen voor bepaalde acties. Het lastige is, dat je zelf niet alles kunt herleiden en snappen. Je bent zelf de draad het meeste kwijt. De dagen en de weken daarna heb ik in relatieve rust doorgebracht, waarbij aspecten uit het verleden met relaties het meest naar boven kwamen. Mijn ouders en mijn zus hebben me goed opgevangen, waarna ik voor verdere onderzoeken doorverwezen werd naar de GGZ in Leeuwarden.

Die kwamen toen tot de conclusie dat ik een bipolaire stoornis had, met narcistische persoonlijkheidskenmerken. Ik stribbelde nog kort tegen wat paste bij mijn structuur, maar heb het verdict geaccepteerd. Ik heb eenmalig een ambulante werker op bezoek gehad in mijn huis, die ik mijn persoonlijke situatie kon vertellen. Daarna ging alles echter weer vrij snel over tot de gewone gang van zaken en kon ik begin februari tweeduizend twaalf via de bedrijfsarts te horen krijgen dat ik langzaam maar zeker weer aan het werk mocht.

Bij mijn werk was mijn manager behoudend ten aanzien van mijn functioneren. Collega's en ook jongeren waren toch geschrokken van mijn acties, waarvan ik de helft niet meer wist. Ik zou boventallig meedraaien de komende maanden en dan zouden we bekijken hoe ik er voor stond. In die maanden verbleef ik nog bij mijn ouders. Het herstel verliep moeizaam. Ik kon me op mijn werk moeilijk concentreren en had veel negatieve gedachten over alles wat er gebeurd was in mijn leven. Uiteindelijk lukte het mij dan ook niet om volledig terug te keren op de crisisinterventie, waardoor ik doorverwezen werd naar een andere afdeling, de dagbehandeling. Dit heb ik maar heel kort gedaan, omdat ik weer in de war raakte.

Als je prikkelgevoelig bent in een manische bui, kun je informatie op een heel andere manier verwerken dan normaal. Ik weet niet wat ik allemaal gecommuniceerd heb naar andere mensen (met name via internet), maar weinigen zullen gesnapt hebben waar ik op doelde.

Eerlijk gezegd weet ik dat zelf ook niet allemaal meer.

Hoofdstuk 4

1-08-2014

Waar Doutzen precies op doelde met haar selfie en een knuffelhaan op Facebook, weet ik niet precies. Ze had er onder geschreven: "A new fortune way of living..." En dat was het zeker, want nu bekend was geworden dat ze ging scheiden van haar man en ze een nieuwe lover had gevonden, braken er andere tijden aan. Fotografen hadden ons in Amsterdam al gespot en de roddelbladen sierden de covers met ons zoenend op de foto. Ik ben daarna regelmatig gebeld en werd achtervolgd door de pers. Dit overkwam Doutzen ook. Volgens haar was dat normaal en moesten we even aan al die aandacht wennen. Zij bleef er echter koel en rustig onder en ze keek er naar uit dat ik haar weer zou zien in Miami. Ook daar stonden de paparazzi klaar om ons te fotograferen. Het hoorde er blijkbaar allemaal bij. De show in Miami was geweldig om te zien en ik kon aan alles merken dat Doutzen zorgvuldig en professioneel met haar vak bezig was. Dit bleek uit het feit, met welk gemak ze alle aandacht tot zich nam en desondanks vriendelijk bleef. "En, hoe vond je het?", vroeg ze na afloop. "Indrukwekkend", zei ik, "maar waar is nu die knuffelhaan?" Doutzen lachte en zei dat deze toch voor Phyllon was? Phyllon was thuis in New York bij de oppas. Vanaf nu zou er een omgangsregeling plaatsvinden, want haar ex-man bleef als vader natuurlijk wel in beeld.

Doutzen had het druk in deze periode. Ze had veel shows waarbij ze aanwezig was en ze nodigde me uit, om deze te bekijken. Zodoende bleef ik gedurende enkele weken in Amerika, om haar op de voet te volgen. Die arbeidstherapie kon wel wachten. 's Avonds gingen we vaak nog even naar een cafeetje of ergens dineren, en ja 's nachts. Die zouden nooit meer hetzelfde zijn. Ik zou nu een hele opsomming kunnen geven over intimiteiten die hebben plaatsgevonden tussen haar en mij, maar die blijven tussen ons.

Het was wel genieten, in ieder geval. Het meeste waardeerde ik de waardevolle gesprekken die we voerden. Doutzen is net als ik begaan met de wereld en iedereen in haar nabijheid. Op een dag ontmoette ik ook haar zus Rens, die was overgevlogen. Mijn ouders en mijn zus wisten inmiddels via de krant ook wel van onze relatie af, maar hadden Doutzen nog nooit ontmoet. Haar ouders troffen we rond de kerst in Oostermeer aan, waar de familie Kroes de feestelijkheden zou vieren.

Het was zeer prettig om weer even in Nederland te zijn en ook mijn familie met haar te kunnen bezoeken. Mijn ouders waren onder de indruk van mijn keuze en het was supergezellig met zijn allen. Doutzen had het in deze periode wat rustiger qua werk en had mij al toegefluisterd op een avond, dat ze meer tijd voor ons zou nemen. Ik vond het wel prima. Zolang ik maar bij haar in de buurt was, kon ik mijn geluk niet op. Tijdens oud en nieuw waren Doutzen en ik met zijn tweeën er op uit. Phyllon was bij zijn vader, inclusief de knuffelhaan. Wij brachten de dagen door op Ameland, alwaar we een hotel hadden geboekt en overdag heerlijk konden fietsen en genieten van het eiland.

Tijdens de jaarwisseling begaven we ons op het strand. Uiteraard zoenden we elkaar innig toen het twaalf uur was geweest. "Ik moet je wat vertellen", zei Doutzen. Mijn hart begon harder te kloppen van haar zoete opmerkingen. "Wat dan?", vroeg ik. "Ik ben zwanger", zei ze. "Van die knuffelhaan?", vroeg ik. Doutzen lachte. "We krijgen een kindje, hoe vind je die?" Ik was de wereld te rijk en dit kon mijn verwachtingen nauwelijks overstijgen. Ik word vader bij de mooiste vrouw van in ieder geval Ameland.

En we noemen hem of haar...?

Hoofdstuk 5

30-06-2012

Wat de naam van mijn ziekte ook mocht zijn, de overplaatsing van mijn werk naar de dagbehandeling had niet geholpen. Mijn eigen hoge verwachtingen over een volledige terugkeer, kon ik niet waarmaken. Ik heb slechts drie dagen kunnen werken en raakte weer verward. Welke gedachten, waanbeelden en gebeurtenissen er hebben plaatsgevonden, weet ik niet meer zo goed. Dat is wel het meest vervelende van die periodes, dat je geheugen je in de steek laat. Wat ik wel nog weet, is dat de noordelijke bekerfinale korfbal in Drachten plaatsvond en dat dat me bezig hield. De vereniging waar ik was opgestapt als trainer-coach, speelde daar ook. Ik was van plan om te gaan kijken bij Nic./Alfa college, maar besloot op het laatste moment toch maar niet te gaan. Het hield me nog wel bezig dat ik daar was gestopt en ik haalde diverse berichten op internet door elkaar, wat voor mij verwarrend was. Ik betrok ze wederom op mezelf, wat duidde op psychotische klachten, die ik niet los kan laten. De diverse verbanden en complottheorieën die tegen me gericht waren, kon ik niet plaatsen. Uiteindelijk heb ik enkele weken daarna voorafgaand aan de EK finale van voetbal, nog een gitaar vernield. Zomaar uit het niets. Ik weet nog wel dat mijn ouders zich toen geen raad meer wisten. Mijn zus probeerde me te temperen en me uit mijn waan te halen. Radeloos moeten ze zijn geweest. Ik wist het zelf ook allemaal niet meer.

Door afstand te nemen van mijn werksituatie en de zomer rustig door te brengen, hoopten we dat de kentering naar het normale weer terug zou komen. Ik heb in die periode heel wat afgewandeld en om mijn zinnen te verzetten, maalden mijn gedachten in het rond. Als je psychosegevoelig bent, kun je soms verstrikt raken in hersenspinsels die abnormaal zijn. Zo heb ik een keer een klavertje drie gepakt, heb ik mijn ogen met een starre blik opgezet zodat ik vier klavertjes zag en heb het toen opgegeten. Zo dwong ik geluk af. Ik heb ook wel eens in een weiland naast het huis van mijn ouders gewandeld en dat ik dacht dat ik in een oorlogsgebied was. Ik liep door de lege sloot als ware het een loopgraaf. De boer verderop moet mij en mijn gerichte marcheren gespot hebben. Dat is waar ik in het nu wel eens mee zit, de aanwezigheid van andere mensen tijdens mijn verwardheid.

Wat moesten die wel niet denken?

Na de zomer ben ik geleidelijk weer bij positieve gedachten gekomen en in oktober mocht ik weer proberen aan het werk te gaan. Deze keer zou het echter niet op de groep met kinderen zijn, maar enkele uren per week op het secretariaat. Ik heb tot aan de kerst redelijk goed kunnen functioneren en er was zelfs zicht op terugkeer naar de groepen. Daarnaast was ik weer zelf aan het korfballen, wat mijn gedachten weer vrijmaakte. Soms voelde ik me echter bekeken, als we ergens waren. Ik had het idee dat iedereen me kende en dat zij wisten met welke stoornis ik door het leven ging. Soms verwarde ik de werkelijkheid met de schijnwerkelijkheid, als we in een sporthal waren. Dan wachtte ik op bezoek van de koningin op de tribune. Maar over het algemeen gingen het vrij redelijk met mij en kon ik ook normaal functioneren.

Tijdens de kerstvakantie ging het echter opnieuw volledig mis. Doordat ik weinig afleiding had, gingen mijn gedachten weer op hol slaan. Ik weet nog dat ik rondjes met de auto heb gereden die niet verantwoord waren. Mijn ouders en mijn zus vonden het na de jaarwisseling, waar ik weinig van heb meegekregen, beter dat ik opgenomen zou worden.

Ik ben eerst naar Amersfoort geweest, omdat er geen plek was bij de opname-afdeling in Assen. Mijn zus heeft me er naartoe gereden. We voerden een goed gesprek en zijn aldaar nog uit eten geweest, voordat ik naar de instelling ging. Zon en Schild heette het. Eenmaal daar aangekomen, schrok ik toch wel van de groep. Het waren diverse mensen, met allemaal hun eigen problematiek. Ik vermaakte me overdag met het kijken van schaatsen, waarbij de getalletjes aanleiding waren om het te koppelen aan een gedachte. De tussentijden waren dermate kloppend met mijn verbeeldingen en voorspelling, dat het bijna eng was voor mezelf.

Ik kon na enkele dagen overgeplaatst worden naar een open groep, wat iets relaxter was. Zo kon je tafeltennissen of muziek luisteren, iets meer dan op de gesloten groep van eerder. Mijn zus vertelde me dat ik mijn hele levensverhaal met een stagiaire aldaar had gedeeld en dat ik vond dat zij er wat mee moest doen. Na een week kon ik terecht in Assen, wat prettig was, omdat het dicht bij huis was.

Tijdens zo'n opname draait het in eerste instantie om rust en stabiliteit. Met je slaapritme en in je dagstructuur. Ik sliep nog wel onrustig in die periode en had last van vele wanen. De hulpverlening kon wat mij betreft niet snel genoeg beginnen. Toen de dienstdoende psycholoog op een gegeven moment geen tijd voor me had, was ik zo boos dat ik buiten tegen een terrasstoel heb aangeschopt, die kapot ging. "Eindelijk eens iemand die boos is", zei een mede-cliënt. Een ander was echter enorm van geschrokken van mijn uitpatting en meed mij.

Overdag kon je af en toe een activiteit doen, zoals koken of knutselen. De muziektherapie sprak mij het meeste aan en daar kon ik mijn ei in kwijt. Voor de rest was er weinig te doen, dus besloot ik meestal maar om een blokje te wandelen of even naar het dichtstbijzijnde winkelcentrum te gaan voor sigaretten. Mijn ouders kwamen regelmatig op visite, wat zeer prettig was. Eind januari waren er al verbeteringen zichtbaar, waardoor ik snel weer van de opname af kon. Mijn ouders zagen dat ook wel zitten, dat ik wederom tijdelijk eerst bij hen kwam wonen en inmiddels had ik gelukkig mijn huisje verkocht, zodat ik daar weer vanaf was. Zo leek de situatie weer enigszins stabiel en kon ik verder om mijn leven weer op te pakken. Echter, als je psychosegevoelig bent, is niets wat het lijkt en duren manische episodes langer dan je zelf door hebt.

Veel langer...

Hoofdstuk 6

1-01-2015

Ik was helemaal in de wolken! In een eerder stadium van mijn leven had ik al mogen ervaren hoe het is om vader te worden, maar nu zou er geen abortus aan te pas komen. Doutzen was zeker net zo verheugd en vanaf die tijd nam ze steeds meer afstand van haar werk om zich te richten op haar zwangerschap. Zij zou steeds meer in Oostermeer zijn, alwaar ze een mooi huis had, midden in het dorp aan de rand van het water. Dat was ook wel goed voor Phyllon en de knuffelhaan, want dit jaar moest hij toch alhier naar school. Ik trok bij haar, haar kind en het huis in, met de vele slaapkamers. Wij deelden op de eerste verdieping een reusachtige kamer en ook Phyllon's slaapkamer mocht er zijn. Qua grootte en inrichting.

Doutzen en ik vermaakten ons prima in die tijd in Oostermeer. We maakten vele uitstapjes door het Friese land. Zo gingen we naar het bos te fietsen, wandelen langs de Waddenzee en gingen we de Friese meren op met een sloep. Iedereen herkende ons en we werden regelmatig gefeliciteerd met de nieuwe kleine die er aan zat te komen. Inmiddels waren Doutzen en ik als koppel behoorlijk bekend geraakt en met name in Nederland, was het lastig om ongezien iets te ondernemen. Ik vond dat niet erg en kon goed met de aandacht omgaan. Mensen wilden vaak op de foto, met name met Doutzen natuurlijk. Af en toe maakten we een trip naar New York, waar zij als model nog immer werk te doen had. Ze spande zich in voor commerciële activiteiten met haar modemerken en na de bevalling zou ze weer deelnemen aan modeshows, wat ze nog enkele jaren wilde doen. Alles was goed ingepland en gefaciliteerd.

Doutzen vond dat er nog wel wat geregeld moest worden voor Phyllon. Ze zocht oppas in Nederland en nog mensen die met haar mee konden werken in haar managementteam. Ik zei dat ik nog wel personen kende die er wellicht open voor stonden. En zo belde ik eerst Alie, die ik eerder had leren kennen als stagiaire op de dagbehandeling in Leeuwarden. Alie en ik hadden een klik op muziekgebied en toen ik afscheid nam van het werk met jonge kinderen, hebben we samen opgetreden. Af en toe hadden we via Facebook nog contact, maar we waren elkaar uit het oog verloren door diverse omstandigheden. Ze was verrast dat ik haar belde en ook door de vraag. "Mag ik er nog even over nadenken?", zei ze, "want je overvalt mij er wel mee." Een dag later stond ze op de stoep om een gesprek met Doutzen en mij aan te gaan. Ze voelde zich vereerd en wilde de uitdaging aangaan. Daarnaast zou Alie een bijdrage kunnen leveren in het managen van het modellenwerk, wat het voor haar afwisselend maakte. Intussen nam ik contact op met Ellen, die ik kende van de crisisinterventie. Zij was sowieso op zoek naar een nieuwe uitdaging en wilde best aanhaken. Naast haar werkzaamheden voor Doutzen, kon ze mij ook ondersteunen in mijn nieuwe werk. Sinds begin van het jaar was ik namelijk aangenomen als sportconsulent van het Koninklijk Nederlands Korfbal Verbond. Met name het aansterken van korfbal als product door middel van ledenwerving in binnen- en buitenland verdiende de aandacht en met het nieuwe project in het buitenland kon ik wel wat hulp gebruiken. Ellen nam de job aan en zo brachten we regelmatig met zijn vieren de dag door. In eerste instantie om in het reilen en zeilen van ons gezin te voorzien en de werkzaamheden die Doutzen en ik hadden klaarliggen, leken Alie en Ellen boeiend.

De zomer kwamen we goed door. Alles was op elkaar afgestemd en Doutzen en ik zijn nog met zijn tweetjes een week naar Ibiza geweest. Lekker zonnen en zwemmen. Phyllon was die week bij zijn vader, dus Alie en Ellen hadden ook hun handen vrij. "Ik kijk er echt naar uit", zei Doutzen, nippend aan een glas sinaasappelsap op een terras naast een zwembad. "Waar naar uit?", vroeg ik.

"Naar ons eerste kindje!" fluisterde Doutzen en ze keek me met een lichte glimlach recht in de ogen aan. Soms dacht ik, soms is het net alsof het een droom is. Dat het niet waar is en was. Dat ik vader word en bij een hele mooie moeder. We wisten nog niet of het een jongetje of een meisje zou worden. Onze verwachtingen waren hoog gerezen en we hadden geen voorkeur voor het geslacht. Het kon niet snel genoeg komen.

Eind september was het dan zover. Doutzen moest naar Leeuwarden naar het ziekenhuis om te bevallen. Het was midden in de nacht dat de weeën waren gestart. Maar eenmaal met de geboorte rond 4.30 uur waren we blij onze eerste gezamenlijke zoon te kunnen verwelkomen. Diede heet hij en hij woog 3754 gram en hij was 48 centimeter groot. Haar ouders, mijn ouders en familie en vrienden hebben we overdag ingelicht. De trotse opa's en oma's kwamen de volgende dag op bezoek. Alie ving hen op, samen met Phyllon en toen Doutzen het bericht kreeg dat ze beiden snel het ziekenhuis mochten verlaten, gingen we 's middags huiswaarts.

Het verliep op rolletjes in die weken na de geboorte van Diede. We kregen vele felicitaties van vrienden, kennissen en familieleden, maar ook vele berichten van mensen die we niet kenden. Met de kersverse mamma en Diede ging het uitstekend en ik had genoeg tijd voor mezelf door de aanwezigheid van Alie en Ellen, om mijn eigen bezigheden op te pakken.

In die tijd gaf ik onder meer korfbaltraining aan de jeugd in Oostermeer. Iedere dinsdagavond en vrijdagmiddag was ik bezig om de sport te promoten en de kinderen te enthousiasmeren.

Op een vrijdagmiddag, sloeg het noodlot toe toen ik van het veld afliep. Er stond bij de ingang van het sportveld een schutter met een bivakmuts voor mijn neus, die zonder pardon vijf keer afvuurde. Hij schoot me dwars door mijn nek en in mijn armen. Na het schieten rende hij weg naar zijn auto en scheurde weg. Omstanders, zowel ouders als kinderen waren in volslagen paniek geraakt. Eén ouder belde meteen 112, voor zowel de ambulance als de politie. Gelukkig had hij het kentekennummer gezien. De schutter werd snel gesignaleerd en opgepakt in Leeuwarden. Voor mijn hulp kwam een traumahelikopter, die me naar het UMCG in Groningen vloog. De primaire hulpverlening was nog net op tijd geweest en in Groningen bleek dat ik in coma was geraakt.

Inmiddels waren Doutzen, Ellen en Alie ook op de hoogte gebracht van het ongeval, waarbij Alie thuis bleef om op de kinderen te passen en Ellen met Doutzen, die volledig overstuur was, hals over kop naar Groningen reed. Mijn ouders en mijn zus werden ook ingelicht en de pers had er inmiddels lucht van gekregen, getuige de vele fotografen en journalisten voor het ziekenhuis. Doutzen werd voor het gebouw al huilend op de foto genomen, al hoe goed Ellen haar ook beschermde. “Wat is er eigenlijk allemaal gebeurd?”, vroeg Doutzen aan de dienstdoende chirurg. “Uw vriend is neergeschoten en heeft vijf kogels in zijn lichaam. Hierdoor is hij in een coma geraakt. We proberen zo zorgvuldig mogelijk de kogels te verwijderen.” “Is hij in levensgevaar?” vroeg Doutzen. “Dat kunnen we op dit moment niet zeggen. Het beste is dat u met uw familieleden hier in de wachtkamer blijft zitten, tot nader bericht.”

Doutzen sloeg haar handen voor ogen en huilde het uit. Dit kon niet waar zijn. Net een zoontje geboren en dan dit. Ongeloof overheerste en er was geen troost mogelijk op dat moment.

“Ik haal even een bakje thee voor ons”, zei Ellen. Inmiddels waren mijn ouders en mijn zus ook gearriveerd in het ziekenhuis en kregen ze het verhaal van Doutzen en Ellen te horen. “Verschrikkelijk dit”, zei mijn zus, “terwijl net alles op het juiste spoor was.” Mijn vader en mijn moeder keken verdwaasd voor zich uit. Hier konden zij ook niets mee. Toen Rens, de zus van Doutzen, ook aanwezig was, omhelsde ze Doutzen meteen. Doutzen huilde weer. “Dit mag niet en dit kan niet.”, snotterde ze. Ellen had intussen Alie gebeld. We kwamen niet thuis om te eten. Alie had daar wel begrip voor en nam de zorg van de kinderen op zich. De pers was in groten getale voor het ziekenhuis op komen draven, journalisten van de NOS, RTL nieuws, maar ook buitenlandse zenders zoals CNN waren aanwezig.

Het ziekenhuis en de overige hulpdiensten, zoals de gemeente en de politie hadden alles goed ingekaderd. Rond 20.00 uur zou er een persconferentie in het gebouw plaatsvinden, alwaar het welzijn van mij verder werd toegelicht, alsmede gegevens rond de gebeurtenis van het schietincident op te helderen. Ik kreeg er niets van mee.

Ik sliep.

Hoofdstuk 7

13-02-2013

Met name na de psychoses heb ik heel veel geslapen. Ik slaap nu nog veel. De klok slaap ik dagelijks rond. In mijn beleving heeft het nog steeds te maken met het herstel van alles wat ik heb meegemaakt, maar vooral het rusten na de psychotische toestanden. Je hersenen krijgen toch een klap te verwerken na zo'n explosie, waarbij je concentratievermogen en je geheugen je in de steek laten. Het schijnt dat je cognitieve vermogens sowieso dalende zijn.

Tijdens mijn opname in Assen kwam ik wel gedwongen tot rust, simpelweg door het feit dat er weinig te doen was, behalve af en toe een activiteit. Je spreekt wel met medebewoners over het een en ander, maar niemand laat het achterste van zijn tong zien. Dat is vaak wel het probleem. Ik heb mensen ontmoet die net als ik last hadden van een bipolaire stoornis, maar ook mensen met schizofrenie of die suïcidaal waren. Voor mij leek het niet de omgeving om te lang in te vertoeven, maar dat zullen anderen ook gedacht hebben.

Toen ik in februari weer terug naar huis leek te gaan, verliep het anders dan gepland. Immers, er was geconstateerd dat een opname niet meer noodzakelijk was en dat de medicatie zijn werk wel zou doen. Ik was zelf ook in de veronderstelling dat ik meer grip had op mijn leven en met name het feit dat we mijn huisje in Irnsum gingen verkopen, was een pak van mijn hart. Mijn vader en moeder waren intussen al bezig geweest om spullen te verhuizen en toen mijn vader en ik een ritje maakten naar Friesland, zagen we het zonnig in. Onderweg hadden we Omrop Fryslân op de radio en we tankten onderweg in mijn geboorteplaats, Opeinde. Vroeger woonden we scheef tegenover het tankstation, zo'n honderd meter van de weg, net buiten het dorp. Een schitterende plek om op te groeien. Inmiddels was het oude huisje afgebroken en stond er al een nieuw huis.

"Wat is het veranderd.", zei mijn vader. Ik knikte beamend. Mijn vader rekende na het pompen af en we konden onze weg vervolgen. Ik zette een cd-tje op, wat stemming verhogend werkte. Zingend en fluitend gingen we naar Irnsum toe. Ik was blij dat mijn vader ook vrolijk was, want de laatste maanden, zeg maar het hele jaar, was er weinig te lachen geweest door het ontstaan van mijn ziektebeeld en alles wat er bij kwam kijken. Eenmaal aangekomen in Irnsum parkeerde mijn vader de auto op de stoep voor het huis. Officieel mocht dit niet, maar in het verleden deed ik dit ook wel vaker. Mijn vader pakte een paar dozen en ik ook. Het huis was al aardig leeg. En toen gebeurde het. Ik keek eerst naar de schoorsteenmantel, toen naar de lamp en alles begon te suizen. Voordat ik het wist, pakte ik een stoel en smeed die dwars door een raam. Mijn vader schreeuwde: "Wat doe je nu? Hou op!". Maar ik ging door met het vernielen van het andere raam. Mijn vader probeerde me nog te keren, maar stuiterde tegen de kast aan toen ik voorbij liep. Voordat ik het wist was ik boven waar ik nog een raam kapotsloeg. Daarna was ik weer bij zinnen, voor zover mogelijk.

Mijn vader was helemaal aangedaan. Ik begreep er niets van. Niet van wat er gebeurd was, maar ook overzag ik de gevolgen niet. Toen we buiten stonden, bleek er allemaal glas op de weg te liggen en op de auto. De burens waren inmiddels de straat opgelopen en vroegen wat er gebeurd was. Ik heb geprobeerd het uit te leggen, dat ik gifgassen uit mijn huis wilde hebben, maar ze begrepen er niets van. Inmiddels was de politie op de hoogte gebracht. Twee motoren en een auto met agenten kwamen het voorval bekijken. Twee politieagenten onder vroegen mij beurtelings over het voorval, dat ik zo secuur als mogelijk probeerde uit te leggen. Mijn vader was de straat nog aan het vegen, samen met de burens. Uiteindelijk moest ik mee naar het bureau.

In de politieauto zaten twee mannen voorin en een vrouw achterin. We raakten aan de praat over het een en ander. Ik was helemaal hyper en in de war en weet de gesprekstof niet meer zo goed. We kwamen onderweg wel op het onderwerp: SC Heerenveen, toen ze met de bekerfinale tegen Ajax naar de Kuip gingen in 1993. Dat was mooi! Ik had ter plekke in de politieauto wel een biertje kunnen drinken, zo gezellig was het. Eenmaal aangekomen op het bureau in Drachten, werd ik gefouilleerd en mocht ik plaats nemen in een cel. Ik besepte nog steeds niet wat er gebeurd was en na een minuut of tien, drukte ik op het knopje van de intercom.

"Mag ik eentje roken?" , was de simpele vraag. Ik kreeg geen respons en dat ergerde me.

Dat ergerde me behoorlijk.

Hoofdstuk 8

30-10-2015

De persconferentie was drukbezet. Aan tafel zaten de hoofdcommissaris van de politie, de burgemeester van Groningen en een chirurg. Ze vertelden in eerste instantie over het incident en ze konden vermelden dat de dader was opgepakt. Het bleek een 26-jarige man uit Leeuwarden te zijn, van wie het motief nog onduidelijk was. Zodra er meer bekend was, zou de politie dit toelichten. De chirurg vertelde dat ze momenteel nog bezig waren met het verwijderen van de kogels en dat die operatie secuur uitgevoerd zou worden. "Douwe de Haan ligt in een coma.", waren zijn bewoordingen. Of ik buiten levensgevaar was, konden ze geen antwoord op geven, maar ze zouden bij wijzigingen nadere berichten verspreiden. Het verhaaltje werd ook in het Engels gedaan en er kwamen vele vragen over de schutter en over het welzijn van mij, maar vooral hoe het nu met Doutzen was. Zij was niet bij de persconferentie aanwezig en voorlopig niet voor commentaar beschikbaar. Iedereen had hier begrip voor.

Vanuit het land kwamen diverse reacties. De premier noemde de aanslag misdadig en wenste alle goeds voor Doutzen en haar familie. Er kwamen berichten van andere politici en bekende Nederlanders, via internet en de televisie. De tweets rond mijn ongeval, waren niet te tellen. In Amerika werd het voorval via CNN als groot nieuws gebracht, door de bekendheid die Doutzen als model had verworven. Zelfs President Obama reageerde vol afschuw op het incident met een vuurwapen en wenste alle kracht voor het herstel van Douwe.

Er kwam veel bezoek van de familie tijdens de eerste week. Ellen en Alie hielpen Doutzen om een en ander te coördineren en te begeleiden, want iedereen wilde wel langs komen. Dat was natuurlijk niet mogelijk. De burgemeester had toegezegd dat er structureel beveiliging rond het ziekenhuis aanwezig zou zijn, om chaos te voorkomen. Bovendien waren ze nu extra alert, omdat ze niet wisten of er meerdere aanslagen gepland stonden. Bezoek dat langs wilde komen had eerst toestemming van Doutzen nodig, om langs de beveiliging te kunnen. Beyoncé, een goede vriendin van haar, kwam als een van de eersten op bezoek. Zij kon niet geloven wat er gebeurd was en ze had veel compassie met Doutzen haar situatie. Zij was zeer overweldigd door haar bezoek uit Amerika, maar ze bleek te toeren in Europa en had er meteen tijd voor vrij gemaakt. Zo kon ze tijdens de operatie bij deze en gene toch haar hart luchten.

Intussen waren alle kogels succesvol verwijderd. De situatie was stabiel, in hoeverre je dat zo kunt noemen als je in een coma ligt. Vele vrienden kwamen ook een kijkje nemen en dat was een enorme steun voor Doutzen en de rest van de familie.

Er kwamen zakken vol met post met allerlei steunbetuigingen en via diverse media regende het updates over mijn toestand, wat weer reacties losmaakte. Zoals James Hetfield, de zanger van Metallica. Die wenste mij openlijk alle kracht en alle goeds toe. Hij wist dat ik een fan van hen was, aangezien Doutzen en ik in een interview in The New York Times ons verder hadden geïntroduceerd. Hierin kwam naar voren dat ik als muziekliefhebber enorm van hen gecharmeerd was en de leadzanger een held van mij was. Dat had hij blijkbaar gelezen en onthouden. Vanuit de voetbalwereld kwamen berichten van onder anderen Messi, Ronaldo, Robben en Johan Crujff en ook mensen vanuit de modellen- en acteerwereld reageerden massaal.

Allemaal leuk en aardig natuurlijk, al die aandacht en interesse voor de hachelijke situatie, feit bleef dat het momenteel een strijd was van leven of dood en dan koop je niet zo veel voor bekendheid.

Ondanks de heftige toestand en het verdriet wat er heerste, bleef Doutzen zoals immer koel en nuchter, voor zover dit mogelijk was. Zij bleef gedurende de uren dat het toegestaan was aan het bed gekluisterd, maar kon 's avonds terug naar huis gaan waar de kinderen op haar wachtten. De situatie veranderen kon ze toch niet. Na een week heeft ze Phyllon meegenomen naar het ziekenhuis, om te laten zien dat ik ernstig ziek was. Phyllon sleepte de knuffelhaan op dat moment overal mee naar toe en leek heel goed te begrijpen dat de situatie ernstig was. "Slaapt hij nu?", vroeg hij. Doutzen knikte. "En wanneer wordt hij dan weer wakker?" Die vraag kon Doutzen niet beantwoorden en ze voegde er aan toe dat het niet uitmaakte hoe lang dat zou duren, als hij maar wakker werd.

Na een maand bleef de situatie onveranderd. De hectiek rond de belangstelling voor mij was wat afgenomen, nu de storm rond het nieuws ging liggen. Het was afwachten in hoeverre de behandeling aan zou slaan. Inmiddels had Doutzen een advocaat in de arm genomen en was ze gericht op het proces tegen de dader die mij had neergeschoten. Die woede en onbegrip die ze voelde jegens de schutter, kon ze moeilijk verteren en verwerken. Hoe was het toch mogelijk dat in haar gelukkige leven dit plaats kon vinden?

Overdag en in het ziekenhuis kwam ze krachtig en evenwichtig over, maar eenmaal thuis en 's avonds in bed, was ze de wanhoop af en toe nabij. Alie of Ellen was dan aanwezig om gesprekken met haar te voeren en haar gerust te stellen. Het bleef echter een onzekere tijd. In het ziekenhuis kwamen naast Doutzen, mijn ouders, mijn zus Janke, haar zus Rens en de ouders van Doutzen beurtelings een bezoek brengen. Ik kreeg er niets van mee, net als van alle post en steunbetuigingen die ik mocht ontvangen. De doktoren spraken echter van een goede en verbeterende situatie. Ze konden vermelden dat het herstel positief verliep. De doktoren wilden geen valse hoop wekken, maar de kans op ontwaken achtten ze hoog. De wonden in het lichaam hadden zich hersteld en nu was het de vraag in hoeverre hersenen en zenuwen blijvend letsel zouden geven.

Het gaf Doutzen veel kracht dat er steun was vanuit de familie en ook vrienden die dichtbij stonden, bleven belangstelling tonen. Iedereen volgde de ontwikkelingen op de voet. Maar al hoe graag zij en iedereen ook verbeteringen wilden, niemand kon iets doen. Doutzen bleef echter trouw het ziekenhuis bezoeken, iedere dag in de hoop op een teken van leven. Ze haalde kracht uit de professionele begeleiding die het ziekenhuis bood en vanaf het begin van de gemeente Groningen die de veiligheid en de rust waarborgde.

Op televisie waren er regelmatig reconstructies over het noodlottige ongeval te zien en werd er meer informatie over de dader vrijgegeven. Doutzen maakte zich in beginsel druk over deze man en had regelmatig contact met advocaat Anker, maar in het belang van haar eigen welzijn had ze dat toch maar losgelaten. Mijn zus was aanspreekpunt op dat gebied en ze zou Doutzen op de hoogte brengen als er wezenlijk belangrijke zaken aan het licht zouden worden gebracht.

Na twee maanden was het eindelijk zover. Op een middag ontwaakte ik. Doutzen zat naast me en schrok toen ik haar naam noemde. "Doutzen, Doutzen...", zei ik. Ze boog zich met open mond over me heen van verbazing en kon niets zeggen. Ze draaide zich om en riep de dokter. "Hoe is het met de kinderen?", vervolgde ik. "Met Phyllon gaat het goed en ook Diede groeit.", vertelde Doutzen opgewonden. "Nee, die bedoel ik niet. Ik bedoel de kinderen die bij mij in de buurt waren toen ik werd neergeschoten. Hebben zij het overleefd?" "Ja, Douwe. Met hen is alles goed." Doutzen was dolblij dat er een teken van leven was. De dokter peilde meteen mijn bloeddruk en adviseerde Doutzen om nog niet overal uitvoerig op in te gaan, aangezien ik nog maar net bij kennis was. "Waar ben ik eigenlijk?" De dokter gaf verklaringen. "U bent in het UMCG in Groningen. U heeft in coma gelegen. Weet u nog uw eigen naam?" "Maar natuurlijk.", zei ik. "Ik ben Douwe de Haan en daar staat mijn vriendin, Doutzen Kroes. Is de rest van de familie ook aanwezig? Zijn ze wel op de hoogte?" Ellen was op dat moment in de buurt en had het goede nieuws al verspreid. Janke kwam meteen naar het ziekenhuis, mijn ouders volgden daarna en ook Doutzen haar ouders en Rens zouden spoedig langs komen. De dokter maande Doutzen en Ellen wel tot rust om iedereen te informeren dat ik in beginsel absoluut niet teveel prikkels moest hebben van bezoek. Een voor een was het devies.

Iedereen was opgetogen en Doutzen kon het niet laten om het goede nieuws openbaar te maken via Twitter: "Yeah, Douwe has awakened! #happy!" . Het bericht ging als een lopend vuurtje rond in medialand en werd veel ge-retweet en daardoor waren journalisten wederom actief geworden, om dit gebeuren te vermelden. In overleg met de gemeente van Groningen, besloot Doutzen dat het wijs was om onmiddellijk met nadere informatie naar buiten te treden, nu ik ontwaakt was. En zo werd er 's avonds opnieuw een bijeenkomst gepland voor de pers om de stand van zaken te openbaren. Er werd veel aandacht aan besteed, zowel in het binnenland als in het buitenland. Doutzen gaf aan dat dit haar mooiste kerstcadeau is die ze dit jaar nog zou krijgen en dat het een kwestie van tijd was eer ik weer was hersteld.

Ik was zelf uiteraard blij dat ik weer helder van geest was. Doutzen bleef me dagelijks bezoeken, want ik moest nog wel minimaal een week in het ziekenhuis blijven om te rusten. Phyllon en Diede kwamen een kijkje nemen en moesten nog even wennen aan het feit dat ik weer kon praten. Een glimlach van beiden vergoedde veel en Alie die het allemaal aanschouwde, was ook zichtbaar aangedaan. Zo kreeg ik regelmatig bezoek van mensen en wilde ik me weer richten op de toekomst. Persoonlijk vond ik dat het te lang duurde voordat ik weer naar huis mocht en dat liet ik iedereen blijken. Ik was op dat moment geen gemakkelijke patiënt voor de doktoren en de verpleegsters.

Maar ook niet voor mijn familieleden en vrienden. Iedere keer probeerde ik de druk op te voeren met het feit dat het onzin was dat ik hier nog verbleef. Ik wilde samen zijn met Doutzen en de kinderen, dat zou me veel meer rust geven. De professionals raden iedere keer mijn geste af en gaven aan dat het belangrijk was om dit geleidelijk op te bouwen. Eerst moest ik nog het besef hebben dat ik zojuist uit een coma was geraakt en daarnaast dienden alle bijwerkingen die dit met zich mee zouden kunnen brengen, nog een plek te krijgen. Er kwam meteen een psycholoog aan te pas, die kwam peilen in hoeverre ik nog deliriums of wanen had.