

# Eigenrecht

Voor Ben

‘Ik ben in de hel en zeg dat ik op doorreis ben’

Sigmund Freud: ‘Geestzieken zijn niet meer dan uitschot. Ze voorzien ons van studiemateriaal en een inkomen, maar eigenlijk kunnen we ze niet helpen.’

*Alle overeenkomsten tussen bestaande personen en personages in dit boek berusten op louter toeval.*

1. De deur naar mijn geheugen was kapot, het slot was eraf en de deur hing uit zijn hengsels. Het was gratis entree voor wie er maar behoefte aan had. Daar was het een eeuwigdurende carrousel met gebeurtenissen en situaties uit het verleden. Ze verrasten me elke keer weer ook omdat het vaak herinneringen waren waarbij ik me eigenlijk had moeten schamen.

Je kan een geestziekte ook zien als dat jouw stekker in het lange geheugen zit en het korte geheugen niet of nauwelijks werkt. Als je dan daarzo, in jouw geest, ook nog eens met jouw bewustzijn aan je hersenschors vast gegaan bent dan wordt het een lastig verhaal. Dan worden binnenkomende indrukken in samenhang met het geheugen te eenduidig. Te veel één op één. In de binnenkamer van de geest moet het gevoel los zijn. Er moet ruimte zijn voor twee duidende interpretatie van binnenkomende geluiden anders kan de geest op volwassen leeftijd niet functioneren. Speling om het ego in de geest eigen interpretaties te laten maken is vereist.\*

\*Ik ga ervanuit dat iedereen direct begrijpt wat ik bedoel. Alle gestoorde idioten denken dat wanneer ze over hun geestziekte praten. Ze hebben geen enkel besef dat de ander totaal geen idee heeft waarover ze praten.

Ken je die gasten die in een inrichting zitten en met een kinderstem praten, en hun gezicht heeft iets engs kinderlijks gekregen? Die zijn daar in de geest verzopen en hebben het niet overleefd en zitten de rest van hun leven in een psychiatrisch ziekenhuis. Vastgelopen op het gebrek aan speling, op geen beweging in de geest, en ingesloten. De geest moet altijd bewegingsmogelijkheden hebben, trilling, frequentie zo je wilt. En ik had er dan ook nog een vervelende dissociatie bij, iets wat om te lachen is, en waar de rest van de maatschappij zijn zelfverklaring op kan testen; een misplaatste zelfverklaring gespeend van realiteitsbesef. Je denkt van jezelf dat je de nieuwe geldmachine bent, of dat je het in je hebt om in de crea wereld gouden bergen te maken. De nieuwe Van Gogh, zo je wilt. Die misplaatste zelfverklaring heeft bevestiging nodig en dat werkt in projecterende vorm altijd wel op zo' n geestzieke. Altijd raak. Te lang verhaal om helemaal uiteen te zetten, maar begin van mijn twintiger jaren ontbeet ik dagelijks met een joint en koffie en op een mooie zomerse dag had ik met een middelvinger in het verkeer net de verkeerden uitgedaagd. Kortom; ik belette hen mij in te halen, de snelheid ging omhoog, op de rotonde hadden ze me te pakken, ik keek links naar drie stukken tuig van het ergste soort, bijrijder met de middelvinger, schrok me de klere, knetter stoned, zij moesten rechtsaf en ik rechtdoor en ramde ze vol in de zijflank. Stuiterend kwamen ze tot stilstand en ik durfde de auto niet uit te komen, had een dissociatie en het gevoel dat ik met mijn kop tegen het plafond aanzat. Letterlijk dat ik dacht dat mijn hoofd met het plafond in verdrukking kwam. Zo zag ik het ineens. Van buiten ineens naar de binnen-geest. Het

bewustzijn om mij in mijn lichaam te voelen was weg. Alsof mijn geest boven mijn lichaam hing. Een uittreding. Het is vijftientig jaar bepalend in mijn leven geweest. Je weet uiteraard wat ik zeg: zo'n geestzieke persoon die met glazen ogen naar het tafelblad zit te kijken, na een opmerking gemaakt door iemand, niet in de gaten dat de omgeving hem beschouwt, met een soort gekke vrede op zijn gezicht alsof hij het licht uitgevonden heeft. Geraakt door het geluid in het binnenste van zijn geest. Altijd was ik in die jaren te raken en dan ging ik de hoogte in met mijn geest en voelde me een lege huls in mijn lichaam.

Dit verhaal begon echter toen ik besloot van Benidorm terug te komen, dan bijna twintig jaar later. Al met al had mijn emigratieplan maar vijf maanden geduurd. In Amsterdam, ken je de film *The Game*? Met Michael Douglas en Sean Penn, twee broers uit een rijke familie en Michael krijgt allerlei vreemde opdrachten en er gebeuren vreemde dingen en op het laatst gooit hij van gekkigheid zichzelf van een toren af. Zoals wijlen zijn vader had gedaan en het blijkt een grap te zijn want hij wordt opgevangen door een luchtkussen, wat blijkt als zijn broer en vervolgens in een feesttent alle hoofdrolspelers staan te wachten om de grap van de teloorgang te vieren. Want Michael was een stijve hark die alleen maar voor geld leefde. Hij moest gebroken worden. Dat soort spelletjes speelde men in Amsterdamse buurten, voornamelijk cokesnuivers die dan iemand gek probeerden te maken. Ze zetten jouw 06 nummer in een GPS-systeem en hielden in de gaten waar je was. Het was zo 2011 en GPS uitzetten was onbekend. Dan was ik hier en dan dook er iemand op van het team. Of dan kwam er toevallig iemand kijken wat je daar deed. Altijd zonder praten en als je oogcontact maakte dan verdwenen ze. Dan zat ik in een volle tram rond negen uur 's avonds en haalde mijn Phone uit elkaar en de chip eruit zodat ze niet konden zien dat ik op weg naar huis was.

Begrijp je het als ik zet dat je dan in de kijker loopt met een verleden van psychotische gekte en dat de verveelde verslaafde geest spel materiaal in jou ziet? In ieder geval dreef het me dusdanig tot gekheid dat ik in het diepste geheim een vlucht naar Benidorm had geregeld, mijn spullen had meegegeven aan een vrachtwagen, in Benidorm een appartement, en de verhuiswagen de spullen had laten afleveren. Ik had toch een WAO-uitkering dus wat kon mij het schelen. Volgens anderen was het gewoon omdat ik weigerde medicatie te nemen, weet je. Psycho-actieve medicatie is heilig cultuurgoed en iedere geestzieke moet het gebruiken en als daardoor volgend jaar de zorgkosten premie omhooggaat dan is iedereen diep verontwaardigd. De wet van de cultuur is de reden en niet de farmacie, die maken er slechts gebruik van. De wereld is bang voor geestzieke mensen en dus moeten ze platgemaakt worden met medicatie.

**2.** Het begon dus allemaal toen ik besloten had eerder terug te keren uit Benidorm. Een beslissing waar ik later geen spijt van had. Benidorm zit in de zomer propvol met Engelsen, ze noemen het *The Army*, een cultuurbescherming

waar ik van voorvoelde dat ze het op me gemunt zouden gaan hebben. Je weet van jezelf dat je niet helemaal honderd bent maar het interesseert je geen reet. Echter pas je niet in het sociale systeem, je loopt niet in de pas. Je valt op een verkeerde manier op. Daar was ik me van bewust en de gedachte dat het in juli en augustus daar vijfenveertig graden Celsius kan worden en er dan vanwege de drukte en de hitte regelmatig vechtpartijen zijn, maakte de beslissing makkelijk. Het was spannend want ik had mijn appartement niet opgezegd en de verhuurder, een zij, die in dezelfde gang van de wolkenkrabber woonde, was aan de deur geweest om twee rekeningen te deponeren voor dingen die eigenlijk bij het huurcontract hoorden. Ik nam alles te letterlijk, moet je weten, ze hadden tegen me gezegd dat een Spanjaard een kleinigheidje op prijs stelt. Dus de klusjesman van de verhuurster bracht me dan een oven, waar ik om gevraagd had, en ik gaf hem een footje van twee euro. En zo verder voor dingen die hij dan deed. Dat had kwaad bloed gezet en dus hadden ze een rekening bedacht van honderd euro voor een futiliteit, en als ik niet betaalde dan zou ik mijn grootbeeld TV niet terugkrijgen, die was even weg vanwege een reparatie. S-avonds voor vertrek belde ze aan ik deed dus open met achter me een leeg appartement omdat ik letterlijk als een dief in de nacht ging verdwijnen. En zij links en recht langs me heen probeerde te kijken en ik meebewegen met mijn hoofd om het zicht te blokkeren terwijl ik beleefd de rekening in ontvangst nam. Midden in de nacht vluchtte ik naar de bus standplaats en naar het vliegveld en in de lucht rustig haalde ik rustig adem. Voorste rij, een paar rijen voor me, zat iemand met vlieg angst. Je weet niet wat je ziet, een zij, eind twintig schatte ik, die met haar bovenlichaam naar haar knieën ging en weer omhoog en weer terug en op een manier dat je denkt; die is mental. En de motor startte en het vliegtuig kwam in beweging en ik zat rechtop met mijn ogen strak op haar gericht de zaak in de gaten te houden, en het geschreeuw en gehuil begon. Zo van: Oooooooh, oooooh, oooooh, alsof ze een muzikje begeleidde. Een herhaling, en ik met mijn lasogen boven de meute uit, iedereen onderuitgezakt, ik focus aan, en we maakten vaart en het gejammer hield aan. Haar buurman gooide een jas over haar hoofd en ik kwam tot besef van hoe ik non stop naar haar keek. De hele reis zat ze met haar bewegingen onder de jas. Waarom ik dit vertel? Omdat die vervelende schijthoer, nadat we geland waren, dood gemoederd in de ontvangsthall rondliep, met een arrogantie alsof ze het allemaal geacteerd had. Dat soort schijthoeren hebben het niet verdiend te leven.

Landen en thuiskomen is als beseffen van hoe het ook alweer was. Alsof een familiesysteem in jouw geest van oud zeer en hoe te reageren bewust wordt wanneer je ze ziet en uitgezet is wanneer niet, en op een gegeven moment kom je tot de conclusie dat je uit prettiger vindt. Maar je voelt het als een oorlogsverklaring. Die wens zit niet in jou, is hun opvatting. Dat je liever de persoon bent niet in hun aanwezigheid. Hoe je hoort te zijn is in jouw persoonlijkheid gegoten. Met de daarbij behorende frustratie. Opvoeding zit diep. Ergens voelde ik bij hen dan wel hoe ik eigenlijk was, iets liet het in het

onderbewustzijn. Enkel de frustratie kwam zo nu en dan door. Mijn vader stond achter het glas te wachten en ik kwam hem tegemoet en zwaaide enthousiast en breed lachend maar voelde me doorgezakt, als zonder nek met kin rimpels, en met de blije gekte over me. Zo'n gezicht dat probeert het normaal zijn, van; ik ben niet gek, de boventoon te laten hebben. Mijzelf tot dan nergens van bewust zag ik tot ontsteltenis dat mijn vader schrok, zich omdraaide, een stap verwijderde, tot besef leek te komen en terugdraaide. Met een pijnlijke glimlach zwaaide hij naar me. Mijn vader was een man met een jaren vijftig scheiding in zijn grijze haar, vroeger pikzwart en vrouwen werden bang van hem als hij ze enkel en alleen aankeek. Dat was weggesleten door de jaren en vriendelijkheid alom bleef over. Gewaardeerd door de mensen om hem heen en voor zijn activiteiten beloond met een lintje op, toen nog, Koninginnedag. Hij was van de naoorlogse generatie Psycho, zoals ik ze noemde: ze hadden allemaal een tik van de molen. Mijn vader was met zo'n beetje in alles alleen maar met winnen bezig en als hij in een nieuwe omgeving kwam, bijvoorbeeld: club, wonen in appartementencomplex e.d., dan zat hij pas lekker in zijn stoel als hij een vijand ontwaard had. Meestal iemand die het niet zo nauw met de spelregels nam. Hij probeerde zelfs met seks van mijn moeder te winnen, als je het mij vroeg. Mijn broer had je eens moeten zien. Die kon leuk tennissen zolang er geen wedstrijd gehouden werd. Was de wedstrijd begonnen dan sloeg mijn broer enkel nog dubbele fouten. Hilarisch, heb je dat wel eens gezien? Iemand die een 100% gemiddelde dubbele fouten heeft. Twee sets lang niet één service in het servicevak van de tegenstander. Niet bovenhands en niet onderhands. Van de zenuwen. Je kreeg de neiging om hem toe te roepen de bal te gooien zodat er tenminste een rally kon ontstaan. De tegenstander kon tijdens zijn servicegames op het bankje blijven zitten en een game bijschrijven. Wedstrijd in wedstrijd uit. Elke keer weer werd er voor de wedstrijd dan aan mijn broer gevraagd: 'en wat ga je doen vandaag?' waar hij steevast op antwoordde met: 'genieten.' Waarna bij het begin van de wedstrijd het dubbele foutenfestival begon. Je wist niet wat te doen; of dubbel liggen van het lachen of een potje grienen om de welvaartsdramatiek.

Vlak voordat je de marechaussee passeerde hoopte ik ergens altijd dat ik nog even opgehouden zou worden. Een routine check of iets dergelijks. Je stond, bij wijze van spreken, klaar om gefouilleerd te kunnen worden en beleefd de vragen te beantwoorden. 'Wat is het doel van de reis?' 'Remigratie.'

"Ha, daar is die," zei ik, en duwde mijn karretje richting mijn vader en besloot zijn geschrokken situatie te negeren en benaderde hem en stak mijn hand uit. Wij waren op handen schudden basis. Het gevoel was altijd goed en we waren in zo'n beetje alles van dezelfde gedachte, maar meer dan dat werd het nooit.

"Jongeman, hoe gaat het? Alles goed, heb je een goede vlucht gehad?"

"Ja prima," zei ik, met iets ingehouden stem, mensen stonden te wachten met goede verwachting op hun gezichten gericht naar de uitgang waar de

passagiers één voor één tevoorschijn kwamen. De publiekshal, laatste omgeving voordat het buitenlandgevoel definitief afscheid nam en ik probeerde het nog even extra in me op te nemen, de bistro's, winkels, en oh ja daar een pinautomaat waar je buitenlands geld kunt pinnen. Dat was me op de heenreis opgevallen. Nee, mijn kar kan ik zelf, gaf ik aan.

“Met jullie, ook alles goed?”

“Je moeder is thuis en daar kunnen we even een lunch nemen.”

“Oh, ja en mijn kamer in Bussum die jullie geregeld hebben. “

“Daar gaan we daarna naartoe.”

In de parkeergarage ging mijn vader voor me lopen door sneller te gaan dan ik en ik had moeite het bij te houden. In de auto op de snelweg, op zo'n poeslieve toon pratend alsof ik elk moment kon ontploffen of zo, wat mij daarom irriteerde.

“Wat was dat nou ineens, dat je van de ene op de andere dag vertrokken was?”

“Ja, ik weet niet wat het was, ik moest gewoon weg. Ik denk; nog een dag in Amsterdam en het gaat verschrikkelijk verkeerd. Je weet dat ze mij zochten, hè? Ze hadden mijn 06 nummer, bijvoorbeeld.”

Hij keek even zijdelings, naar het dashboardkastje voor me. Formeel kwam eruit: “Dat begrijp ik niet.”

“Je weet wel, dan GPS-en ze je, en dan zoeken ze je en achtervolgen je waar je ook gaat.”

“Dat lijkt me overdreven.”

“Pa, ik zweer het je, zo zijn ze in Amsterdam.”

“Maar wat doen ze dan precies?”

“Een cokesnuiver, hè? Bijvoorbeeld, via de Coffee Company bij mij om de hoek, daar komen ze achter mijn 06 nummer, en die zetten ze in een computersysteem en houden in de gaten waar ik ben en treiteren mij ermee. Zo hacken ze ook mijn computer, ik heb de microfoon van mijn computer moeten afplakken omdat ik wist dat ze mee luisterden.”

Mijn vader keek glimlachend voor zich uit zonder iets te zeggen en zonder betrap te kunnen worden op minzaamheid. Zo slim was hij wel.

“Het ging dus niet in Amsterdam.”

Even was ik gemaand tot nadenken en het onderwerp anders te gaan belichten. Je bent in een situatie en je voelt je niet goed, er klopt iets niet, dingen zijn niet zoals ze zouden moeten voelen maar je bent blind voor jouw eigen problemen dus je komt er niet achter wat er scheelt. Het is alsof je een zware ontsteking hebt en dan de antibiotica voelt als verstillend, verkillend, en als vergroting van realiteitsbesef. Verschoning van de geest. Dat is wat je dan nodig hebt. Besefte ik in Benidorm maar ik had daar geen beweging gehad en ik had geen voedingssupplementen gebruikt. Als je ooit van de gekte voortgekomen bent dan is het zaak elke dag wat te fietsen bijvoorbeeld en wat natuurlijke producten te nemen die jou geestkracht geven om te denken in

toekomstmogelijkheden. Stilstand is het gevaar. De geest moet zich dan op de dag van morgen kunnen richten.

Het wordt je dus pas duidelijk als je uit die omgeving bent.

“Ja, ik zat volledig ingesloten.”

“Is het een idee om met iemand te gaan praten?”

Mijn vader was van de oplossingen en niet van het praten over het onderwerp.

“Oh, alsjeblieft hou op. Straks ga je nog zeggen dat ik medicatie nodig heb. Voor jou informatie is het zo dat ik het daar in Benidorm zes maanden heb uitgehouden en alles geregeld heb zonder iemands zijn hulp. Als je daar nu eens naar kijkt.”

Met warmte in de stem, zorgzame toon: “Je kan best wel wat hulp gebruiken, vind je het dan normaal om zo van de ene op de andere dag te vertrekken? Je moeder en ik hebben jouw appartement schoongemaakt en opgezegd. “

Thuis aangekomen zei mijn moeder niet veel, ze hield zich gelaten en op de vlakte. In plaats van een waslijst met commentaar. Overduidelijk door instructies van mijn vader.

**3.** Psychiaters begrijpen geen reet van psychoses. Ten eerste kan je er alleen over meepraten als je er zelf in gezeten hebt. Daarnaast word je bekeken vanuit een observerende geest. De geest van een (ex-) psychoot is geen observerende maar een analyserende. En dit voor een hele lange periode. Het is als winnen en verliezen. De observerende wint altijd want de analytische is per definitie in de verdediging. Dingen weten zonder dat je weet waarom je ze weet is jouw instrument van het verdedigingsmechanisme. Het is lastig om het ego dan gestalte te laten geven. In de wording van jezelf, aangedreven door ego, krijg je in momenten, wanneer je alleen bent, ineens dingen die je weet van een ander. En dat die persoon jou adviseerde een richting te nemen of observeerde niet zozeer omdat dat de realiteit is maar vanuit eigen belang. Vanuit het winnen ingegeven. In het alleen zijn komt de dubbele agenda van anderen tot jouw bewustzijn.

Observerende volwassen mensen hebben hun eigen identiteit-strijd gewonnen en de adolescente geest gevonden. Vanuit die strekking zijn ze eigenlijk niet geschikt om het oerinstinct van jij-of-ik in de psychoot gestalte te kunnen laten geven. Die moeten dan namelijk nog gaan winnen.

Een kamer van vijf bij vijf met toilet, douche, en keukenblok om jouw eigen zaken zelf te kunnen regelen. Niks delen, een herinnering aan mijn studenten tijd in Groningen was toen ik douche en toilet deelde met een homo met rode krulletjes en ik geen weet had van mijn weggedrukte trauma maar me wel onrustig voelde. En meteen erna een herinnering aan mijn tijd in Brazilië waar ik een vriendin wilde meenemen om hier een bestaan op te bouwen en me verkeken had dat ze er daar alleen maar op een gratis vliegticket naar Europa uit

zijn. Op een gegeven moment zat ik daar net in een taxi en een ‘goede’ chauffeur kwam naar de bijrijderskant en opende de deur, het was even voor zessen, de lucht was nog licht, de temperatuur prettig koel, en je lichaam acclimatiseerde van na een warme stranddag. Je kleren zaten zo natuurlijk en je voelde je mager en een overlever in de echte wereld. Heerlijk. De man met zijn onderarm en hand op de zijdeur en de andere op het dak, het was zo’n Braziliaan met een soepel atletisch lichaam, alles ging makkelijk, goede kop erop, ontspannen en relaxed, het leven van sappelen, werken, het strand, en goede weer het hele jaar door, deed me realiseren dat ik ook zo gelukkig in mijn vel wilde zitten. Hij sprak in het Engels dat ik niet mee moest gaan en op dreigende toon sprak hij in het Braziliaans tegen zijn collega. ‘No, no my hotel is a couple a minutes from here’, zei ik, en dacht dat hij de omzet van de rit wilde en besepte later dat ik bij een ‘slechte’ chauffeur was ingestapt. Die jou naar een flavela rijdt, en voor die paar tientjes, die je bij je hebt, je kop eraf schiet, en de ander dat wist. Was mijn hotel aan de andere kant van de stad geweest dan had ik dit niet kunnen vertellen.

De inrichting van de kamer was lief gedaan, mijn vader deed er luchtig over met dat ze nog een magnetron over hadden en dit goedkoop op de kop hadden getikt en iemand had een tv te leen gegeven, computer op een klein bureau. En meer op die tour en in een flits dacht ik aan hoe erg geschrokken ze van mijn emigratie actie waren geweest. Een paar hoge ramen, kamer aan de achterkant, geen uitzicht. Hier zat ik dan weer. En ik wist precies hoe mijn moeder was; die rustte niet eerder voordat ik onder de pillen zou zitten ergens in een tehuis of inrichting. Alertheid was dus geboden. In Spanje had ik daar niet zo’n last van maar hier moest ik op momenten aantonen geestelijk stabiel te zijn. Dunga, dunga, dunga, klonk de zware bas door de vloer. Niet weer, hè? Zo’n blowende schijtlul met zijn basmuziek. Ik keek het even aan, het ging achter elkaar door. Van de middag in de avond. Ik probeerde wat tv te kijken. Dunga, dunga, dunga, dunga. Waarom hebben dat soort lui niet even een pauze? Toch maar de trap naar beneden, ik kreeg daar altijd zo de zenuwen bij, alsof ik elk moment in een gevecht op leven en dood terecht zou komen. Voorzichtige ‘nokkel’ op de deur, jaaa, klonk vragend door de deur.

“Ja, ik ben de nieuwe bewoner, ik woon hier net en de muziek staat non stop aan.”

Kop om de deur: “Ja, inderdaad, ik zet hem wel even zachter, ok?”

Zwarte krullen en afgetrokken kop, jaar of dertig min, zo’n vrijheid-is-mijn-recht type.

“Uitstekend, bedankt.”

Eenmaal boven was het inderdaad zachter maar na een kwartier werd hij weer op het volume van daarvoor gezet. Dit is dus niet even gedaan met deze schijtlul, besepte ik.

De volgende ochtend koffie bij de Hema, iedere loser in de omgeving zit daar ’s ochtends een ontbijt voor één euro weg te werken. Dag in dag uit



dezelfde. Ik probeerde mijn krant te lezen. Uiteraard expres deden ze het: geschuifel met stoelen over de stenen vloer. Elke keer als ik in een artikel zat, geboeid lezen, geconcentreerd. Zo'n geluid als een nagel over het schoolbord. Alsof het rechtstreeks mijn sluitspier inging. Daar ging ik weer, de hoogte in, ik zat weer op, met verkeerde spieren gespannen. Ze zien mij lezen en gaan op me inwerken. Een wedstrijd die voor herhaling vatbaar is, leek me. Dan kon ik goed mezelf trainen ertegen te kunnen. Mensen in directe nabijheid zorgden er altijd wel voor dat ze net niet keken als ik opkeek. Geen gezichten te zien voor mij, waar ik mijn vermoeden op bevestigd zou kunnen zien. Zo slim zijn ze wel. Van die geluidjes die ze expres maken om je uit de concentratie te halen. Mensen mogen mij niet. Het zal tijd worden dat ik me eens laat gelden. Ze gaan nog eens verbaasd over mij zijn, dacht ik.

Het mogelijke moment dat mensen aan de deur komen, ze blijken broeders te zijn en spuiten me plat en ik kom weer bij in een inrichting, stond als vastzittende angst in mijn onderbewustzijn gegriefd als in een langspeelplaat. Al mijn muziek van de dag was vooruitlopend op het moment zodat het nooit zou komen. In de vlucht vooruit. Heilig cultuurgoed is contraproductief en verwoestend voor de slachtoffers. Je moet psycho-medicatie nemen en dat is heilig en je wint het er nooit van. Klinkklare onzin. Niemand bepaalde voor mij wat ik moest en wat niet. Je hebt ten allen tijden het recht jouw eigen keuze te maken. Het was zaak in beweging te blijven. Nooit mochten ze gelijk gaan krijgen en dat ik niets anders te zeggen zou hebben als: 'ja ik ben knettergek en heb medicatie nodig.' NOOIT!

Dunga, dunga, dunga, dunga.

Laat ik het helder formuleren, dacht ik zittend in mijn bureaustoel. Ze moeten toch een gevoel voor redelijkheid hebben? Als je wil dat ik van een flat afspring dan moet je een paar dingen doen: me volgooien met pillen, me vastzetten in een inrichting, of me een psychose spuit toedienen. Ik was uitgenodigd bij mijn ouders te gaan eten en het was zaak even duidelijk mijn standpunten door te nemen en hoe dit te verwoorden. Ik wist dat ik in de verdediging zou komen.

Dunga, dunga, dunga, dunga, dunga.

Kijk! Je moet weten dat ik precies wist hoe dat gesprek zal gaan. Eerst losjes over koetjes en kalfjes, en dan voorzichtig eens polsen om me weer in behandeling te kunnen krijgen. Een herinnering kwam door toen ik eens nonchalant een steekmes tevoorschijn gehaald had en mijn nagels was gaan schoonmaken en mijn ouders meteen opstonden en overlegden in de keuken en voorzichtig kwamen vragen waar dat mes voor was en ik luchtig antwoordde met: 'ter zelfverdediging. Een man moet een mesje dragen, zeker in Amsterdam. Je weet nooit waar het vandaan komt.'

Dunga, dunga, dunga, dunga, dunga.

Staand probeerde ik mijn bureaustoel met de poten door de vloer te rammen. Boem, boem, boem! Dat moest genoeg zijn. Even luisteren wat gebeurde, geen haastige stappen de trap op, ging het nu iets zachter? Ik meende van wel. Je bent toch even van je à propos. Het geluid bleef aan en ik liet het even voor wat het was. Ergens in mijn hoofd was er de rationele gedachte dat het vroeg of laat zou moeten gaan stoppen. Tijdens de avondmaaltijd ging het door, bij de vroege avond tv, en naar de klok van negen uur. Mijn mannelijkheid gebod me er iets aan te moeten doen. Een zenuwenspel met maar één uitgang ontstond in mijn bewustzijn. Elke keer met dezelfde conclusie: ik moet de confrontatie aangaan. Het muziekgeluid bleef doorgaan, de klok van tien naderde. Nog eens een rondje langs de velden met feiten en argumentatie over hoe ik gelijk had ten aanzien van de overlast. Had ik wel gelijk? Was het echt te hard? Ik woon in een gebouw met kamers waar jongwerkenden wonen, overwoog ik. Dit kan niet normaal zijn, ineens wist ik het zeker: naar de uitgang van mijn zenuwen cirkel en wel nu! Ontspannen en op mijn gemak liep ik de trap af, een poging een luchtige stemming te vinden. Ik besloot het anders te doen en zonder aankondiging of kloppen opende ik de deur en betrad een rokershol en de muziek was meteen direct en harder. Waar ik niet aan gedacht had was dat er meer mensen zouden zijn. Drie in totaal, jongens, twintigers, waarvan de bewoner bij het keukenblok en twee languit op de bank en keken alsof ze van onder een afdak mij beloerden. Een slungelachtig type kwam, voor mij, als vertraagd in actie en stopte wat spullen van de salontafel weg. Zag ik nu zo'n injectienaald? De bewoner had schrik op het gezicht staan, zo'n twee meter van mij vandaan.

“Hee, wat is dat met jou met muziek?”

“Hoe bedoel je?” vroeg de jongeman wazig.

“Kan je me uitleggen waarom je de hele dag door muziek draait en dan elke keer hetzelfde nummer?”

“Hetzelfde nummer?” Hij lachte, maar bevrijding brak niet door op zijn gezicht.

De andere twee volgden het gesprek, één stak een sigaret op.

“Kijk, je moet weten dat ik hier direct boven woon en dat geluid is echt enorm aanwezig.”

“We hebben hier een klein feestje en dan draaien we wat muziek.”

Hij draaide zijn gezicht naar de salontafel, keek naar de plek waar de injectienaald en spullen gelegen hadden, en leek tevreden te zijn. Is er een geheim, dacht ik, of hebben ze een heimelijkheid met elkaar?

“Ik heb hiervoor in Amsterdam gewoond,” en hoorde aan mijn toon dat het leek te suggereren als: en daar weten we wel hoe we met schijtlui als jullie om moeten gaan. Snel vervolgde ik met: “En daar had ik ook zoiets met iemand beneden mij, die draaide ook de hele dag muziek en precies hetzelfde, en ik heb daar een beetje een trauma aan overgehouden. Ik ben bang voor mezelf als ik mezelf laat gaan, weet je?”

Nu lachten ze alle drie. Ik kreeg de zenuwen en een been begon te trillen.

“Maar zou je die muziek gewoon uit kunnen zetten!?”

“Ik zet hem wel zachter.”

“Dat doe je dan eventjes en daarna zet je hem weer harder.”

“Dat lijkt maar zo.”

“Nee, ik weet redelijk zeker dat je dat doet.”

“Ik zet hem wel zachter,” demonstratief draaide hij de volumeknop naar links.

Argwanend bekeek ik de twee op de bank, die niks zeiden en uitdrukkingloos terugkeken.

“Oké, bedankt,” zei ik, en vertrok zonder iets te zeggen om duidelijk te maken dat het ernst was.

**4.** Mijn moeder was lastig te definiëren. Wat anderen als goed in haar zagen kon ik niet zien. In ieder geval had ze nooit een goed woord voor me over. Ze had onuitputtelijk inspiratie om altijd vanuit het negatieve vooroordeel te reageren. Gelardeerd met voorbeelden uit het verleden met hoe ik het toen allemaal verknalde. Voor als ik ertegen in ging en ze panklaar mijn verweer neutraliseerde. Mijn ouders waren ooit een aantal jaren uit elkaar geweest en toen weer bij elkaar gekomen. Ik en mijn twee broers woonden toen bij een oom, tante, nicht, en neef. Vanaf mijn zesde tot mijn negende. Voor de kinderen waren ze weer bij elkaar gekomen, zeiden ze dan schijterig. Alsof ze elkaar de liefde niet durfden te tonen, dat kwam echter omdat die er helemaal niet was. Als een broer en zus met een vredespact. Die paar jaar gescheiden van mijn vader had ze samengewoond met onze oude huisarts Stefan die ze had leren kennen toen hij voor onze kinderziektes langskwam. Die bleek echter een psychopaat te zijn en had haar verkracht en geslagen. Lang verhaal kort: ik had haar jaren later, toen ik al zo'n jaar of tien gek was, wel eens gezegd dat ik niet haar Stefan ben maar haar zoon. Je weet wel een vrouw projecteert haat op een ander als vorm van verwerking beschadigd verleden. Ik was haar haat voor wat een ander had aangedaan. In mij had ze de liefde opgesloten dat zou vrijkomen als ze overleden was.

's Middags vertrok ik richting Soest. Om een of andere reden vertrok ik naar mijn ouders altijd met een deuk in mijn geest. Voorgeprogrammeerd kwam ik aan alsof ik een end onder water moest zwemmen en ik weer ademhaalde als ik daar de deur weer uitliep. Met een klein oponthoud arriveerde ik. Mijn vader opende altijd en eeuwig met eenzelfde manier de en stak altijd die ontvankelijke hand uit. Een onvoorwaardelijke discipline in zijn handelingen, die mij een veilig gevoel gaven. Hoe mijn moeder ook keek ik voelde haar altijd zoals ze naar mij toe was geweest: met een negatief vooroordeel en stille haat. Ze stond in het nieuwe appartement bij de moderne, mooi belichte keuken met eettafel en een muur bakende het grote zitgedeelte af. Met een schoonmaakdoek was ze bezig en ik zei haar gedag en kuste haar drie keer. We praatten wat en ik zat