

Achter Muren

Achter Muren

Colofon

Copyright © 2025: J.M.H. Hollanders

Auteur: Johan Hollanders

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbende.

Inhoud

<i>1. De muur.....</i>	<i>7</i>
<i>2. Het thuisfront.....</i>	<i>38</i>
<i>3. De eerste scheurtjes.....</i>	<i>61</i>
<i>4. Vlucht in het werk.....</i>	<i>80</i>
<i>5. Weg van huis.....</i>	<i>99</i>
<i>6. De maat is vol.....</i>	<i>114</i>
<i>7. Breekpunt.....</i>	<i>123</i>
<i>8. De eerste stappen.....</i>	<i>129</i>
<i>9. De spiegel.....</i>	<i>144</i>
<i>10. Nieuwe wegen.....</i>	<i>161</i>

1. De muur

De wekker ging zoals elke ochtend om half zeven. Het piepende geluid sneed door de slaapkamer heen, drie korte tonen, dan een pauze, dan opnieuw. Johan drukte hem resoluut uit, zijn hand zwaar op de knop, alsof het stilleggen van dat geluid ook zijn gedachten kon dempen.

Een paar tellen bleef hij onbeweeglijk liggen. Zijn ogen fixeerden zich op de scheur in het plafond, net naast het lampje. Elke ochtend keek hij ernaar, alsof die barst hem op de een of andere manier bevestigde dat de wereld nog bestond.

Hij luisterde naar het huis. Het zachte gezoem van de koelkast beneden, het nauwelijks hoorbare tikken van de verwarmingsbuizen die weer begonnen te werken. Zelfs die kleine geluiden leken te luid. Ze kwamen te dichtbij, vulden de kamer. Hij ademde in, diep, probeerde zich vast te klampen aan dat ritme.

Naast hem lag Marie. Haar gezicht was half verborgen onder een pluk donkerblond haar. Het lichte snurken, zacht en regelmatig, was ooit een geluid dat hem geruststelde. Nu stoorde het hem. Niet omdat het háár geluid was, hield hij zichzelf voor, maar omdat het de stilte brak. En stilte had hij nodig, altijd. Stilte was zijn schild.

Hij draaide zich langzaam op zijn rug. Een vogel buiten tikte met zijn snavel tegen het raamkozijn. Een gewoon geluid, onschuldig, maar het schoot als een vonk door zijn hoofd. Hij kneep zijn ogen dicht, telde in stilte. Eén, twee, drie, vier. Dan pas ontspande hij zijn schouders.

Zijn ademhaling ging nog onregelmatig. In, vier tellen. Vasthouden. Uit. Nog een keer. Maar telkens stakte de adem halverwege, alsof zijn lichaam zich verzette tegen de rust die hij zocht. In plaats daarvan voelde hij zijn hart bonzen in zijn keel, sneller, harder dan paste bij de vroege ochtend.

“Goedemorgen,” mompelde Marie, zonder haar ogen te openen. Haar stem was warm, nog doordrenkt van slaap.

“Hmm,” bromde hij terug. Meer kreeg hij er niet uit. Woorden waren als zware stenen in zijn mond, niet bedoeld om vroeg in de ochtend verplaatst te worden.

Met een zucht draaide hij zich uit bed. Zijn voeten raakten de koude vloer. Automatisch tikten zijn hakken tweemaal tegen het houten frame van het bed – een ritueel dat niemand kende, behalve hijzelf. Voor hem was het een begin-signaal, alsof hij met die tik de dag afbakende.

Even bleef hij zitten op de rand van het bed. Zijn handen rustten op zijn knieën. De kamer rook nog naar slaap: warm, een beetje muf, een spoor van Maries shampoo. Het gordijn liet een streep ochtendlicht binnen, dun en dof. Hij volgde die streep met zijn blik tot op de muur tegenover hem. Daar, bij het stopcontact, zaten kleine beschadigingen in de verf. Hij had ze zelf ooit veroorzaakt, jaren geleden, bij het verplaatsen van het bed. Het was een kleinigheid, maar hij keek er altijd naar, alsof het een herinnering was aan een andere tijd, toen hij nog niet bij elke beweging dacht aan wat mis kon gaan.

Hij stond op, langzaam, zijn knieën kraakten licht. In de kast hing zijn uniform, netjes uitgestreken. Het donkerblauw glansde zwak in het schemerlicht. Hij kende elke plooi, elke schoudernaad. Al vijftientig jaar droeg hij dit. En elke dag leek het iets zwaarder te worden.

Op de commode lag de rest: riem, portofoon, een notitieboekje, twee pennen. En een opgevouwen papiertje met codes die hij allang kende. Hij hield het toch altijd bij zich, zoals een kind een knuffel vasthoudt die allang te klein is. Ritueel, niet noodzaak. Hij streek met zijn vingers langs het papier, liet het weer liggen en ademde diep uit.

In de badkamer liet hij koud water over zijn polsen lopen. Zijn huid trok samen, kleine rillingen schoten over zijn armen. Heel even gaf het hem het gevoel dat hij zichzelf opnieuw kon instellen, alsof hij een resetknop indrukte.

De spiegel besloeg van de damp. Hij wreef een cirkel schoon en keek naar zichzelf. Het gezicht dat terugkeek was niet meer dat van de man die hij dacht te zijn. Vijftig, maar zijn ogen verrieden ouderdom die dieper zat. Doffe kringen, kleine barstjes rondom de huid. De mondlijn stug, alsof die vergeten was hoe te glimlachen.

Een druppel viel van de kraan in de wasbak. Nog een. En nog een. Een onregelmatig ritme. Tik, pauze, tik-tik. Hij kon zijn blik er niet van afhouden. Het leek alsof elke druppel luider klonk. Zijn kaak verstrakte, zijn vingers klemde zich om de rand van de wasbak.

Pas toen hij de kraan dichtdraaide, met iets te veel kracht, werd het weer stil. Hij bleef nog even staan, luisterend of het echt stil was.

Hij probeerde te glimlachen naar zijn spiegelbeeld, een gewoonte die de psycholoog ooit had aangeraden, jaren terug. Een glimlach, zei die man, ontspant de spieren, geeft je hersenen het signaal dat het goed gaat.

Maar de man in de spiegel glimlachte niet terug.

Beneden klonk gestommel. Een stoel die schuifelde, een kast die open en dicht ging. Daantje, altijd de eerste. Hij hoorde haar een melodietje neuriën, zelfverzonnen, zonder ritme. Vroeger zou hij meegefloten hebben. Nu voelde het alsof ieder geluid dat niet door hém was geïnitieerd te veel was.

Hij sloot de badkamerdeur, harder dan nodig, en draaide de kraan dicht.

Nog even bleef hij leunen met zijn handen op de rand van het aanrechtblad. Het porselein voelde koud. Hij telde zijn ademhaling weer. Eén, twee, drie, vier. Vasthouden. Uit. Maar de rust kwam niet. Er zat altijd dat kleine ruisje, dat tikje ergens in de muren, dat onregelmatige geluid dat hem uit balans haalde.

Toen hij zijn uniform aantrok, trok hij de rits langzaam dicht om het schurende geluid te dempen. Marie had ooit gelachen om dat gebaar. “Alsof iemand daar last van heeft,” had ze gezegd. Hij had niet geantwoord. Ze wist niet hoe luid dat in zijn hoofd klonk.

Beneden in de keuken rook het naar geroosterd brood en koffie. Het was een geur die ooit gezelligheid had betekend, een belofte van een nieuwe dag. Nu hing de geur te zwaar in de lucht, alsof zelfs aroma’s herinnerden aan hoe dingen vroeger waren.

Daantje zat al aan tafel. Haar pyjama zat scheef, haar haar sprong alle kanten op. Ze neuriede nog steeds, een onherkenbaar wijsje dat steeds abrupt stopte en weer begon. Johan bleef even in de deuropening staan. De geluiden – het schrapen van de stoelpoten, het tikken van lepeltjes tegen porselein – kwamen hem allemaal tegelijk tegemoet.

Hij voelde het in zijn borst, alsof elke trilling van geluid tegen hem aansloeg.

Hij haalde diep adem, zette één stap vooruit. De vloer kraakte onder zijn voet.

“Papa!” riep Daantje, terwijl ze hem een tekening toonde. Haar stem ging door merg en been, niet omdat ze hard riep, maar omdat het onverwacht kwam.

Hij glimlachte flauwtjes, zette een paar passen naar haar toe.

“Wat mooi,” zei hij, zonder zijn toon te kunnen laten klinken zoals hij bedoelde.

Marie draaide zich om van het aanrecht, haar haar nog los, een mok in haar hand.

“Wil je koffie?” vroeg ze.

Hij knikte.

Ze schonk in. Het borrelende geluid van de thermoskan klonk veel te luid in zijn oren. Hij merkte hoe zijn kaken zich aanspannen, zijn vingers licht trilden.

“Je hebt slecht geslapen,” zei Marie, terwijl ze de mok voor hem neerzette.

Hij haalde zijn schouders op. “Het ging wel.”

Het antwoord kwam automatisch.

Ze keek hem aan, wilde iets zeggen, maar liet het. In plaats daarvan draaide ze zich om naar het broodrooster, drukte de hendel omlaag. Het klikgeluid deed hem even samentrekken.

Daantje merkte het niet. Ze begon te zingen, zacht eerst, daarna iets harder, op een zelfbedachte melodie.

Johan keek naar haar kleine handen die met de stiften op en neer gingen over het papier. Hij voelde een steek van iets dat op weemoed leek.

Het was niet haar schuld, hield hij zichzelf voor. Het was nooit hun schuld.

Xem kwam de trap af, slaperig, en schoof zonder iets te zeggen aan tafel.

Zijn lepel tikte tegen het bord, een droog ritme. Tik, tik, tik. Johan voelde het ritme in zijn hoofd meebewegen. Hij probeerde zijn adem erop af te stemmen, maar het werkte niet.

Marie zette de boter op tafel, schoof de schaal met brood naar hem toe.

“Hier.”

Hij knikte weer, nam een snee, smeerde hem langzaam. De bewegingen hielpen hem om niet te hoeven praten.

“Je moet opschieten,” zei ze, zonder hem aan te kijken.

“Ja,” zei hij kort.

Daantje begon over school, over een toneelstuk dat ze binnenkort gingen oefenen.

“En ik mag de kat spelen! Wil je komen kijken, pap?”

Ze keek hem aan met grote ogen.

Hij voelde zijn maag samentrekken. Een simpele vraag, maar ze kwam te dichtbij.

“Als het lukt met mijn werk,” zei hij.

Ze keek even teleurgesteld, maar knikte toen snel, alsof ze dat al gewend was.

Een mes schraapte over een bord. Het geluid sneed als metaal door zijn hoofd.

Hij trok even met zijn schouders, een bijna onzichtbare reactie.

Marie keek op. “Gaat het?”

“Ja, gewoon,” zei hij te snel.

Het werd stiller aan tafel. Alleen het zachte kauwen van de kinderen bleef.

Voor Johan was zelfs dat te veel. Hij voelde hoe zijn adem

onregelmatiger werd, alsof zijn lichaam niet wist hoe rust nog voelde.

Toen Daantje haar beker iets te hard neerzette, spatte er een druppel melk op het tafelblad.

Hij pakte meteen een doekje, veegde het weg, precies, met korte bewegingen.

“Laat maar,” zei Marie. “Dat doe ik straks.”

“Gaat snel zo,” antwoordde hij.

Er viel een stilte die net iets te lang duurde.

“Papa?” vroeg Daantje voorzichtig. “Waarom kijk je zo streng?”

Hij keek op, verrast door de vraag.

“Ik kijk niet streng,” zei hij.

“Jawel,” zei ze. “Je mond staat zo.”

Ze imiteerde hem, trok haar mond in een streep.

Xem lachte kort, een onderdrukt giecheltje.

Johan probeerde te glimlachen, maar het lukte niet helemaal.

Hij stond op, bracht zijn bord naar het aanrecht.

De mok koffie was halfleeg. Hij nam nog een slok, brandde zijn tong, voelde hoe de bitterheid zijn keel dichttrok.

Hij zette de mok neer, te hard. Een klein klapje, niet veel, maar genoeg om Marie te laten omkijken.

Hij zei niets, draaide zich gewoon om en liep naar de gang.

“Zes uur eten,” zei ze hem na.

Hij stak zijn hand op zonder om te kijken.

In de hal trok hij zijn jas aan. Zijn tas stond al klaar.

Hij controleerde zijn sleutels, tikte met zijn duim drie keer tegen het metaal.

Een gewoonte. Controle.

Door het raam zag hij dat het buiten motregende. Het geluid van de regen tegen het glas was eentonig, geruststellend bijna.

Hij bleef even luisteren, tot Daantje naast hem kwam staan. Ze trok aan zijn mouw.

“Papa, vergeet niet te lachen vandaag,” zei ze zacht.

Hij keek haar aan, knikte langzaam.

“Ik zal het proberen.”

Ze glimlachte tevreden, liep terug naar de keuken.

Toen de deur achter hem dichtviel, voelde hij meteen de stilte. Een leegte die tegelijk veilig en benauwend was.

Hij bleef nog even in de gang staan, met zijn jas half open, luisterend naar het huis dat net gevuld was met stemmen en nu leeg achterbleef.

De koelkast zoemde onverstoorbaar. Vanuit de keuken hoorde hij nog één keer het tikken van een druppel in de gootsteen. Tik. Wacht. Tik.

Hij probeerde het ritme mee te ademen, maar merkte dat hij zich er alleen maar nerveuzer door voelde.

Zijn ademhaling versnelde opnieuw. Hij kneep zijn ogen dicht, telde in stilte. Eén, twee, drie, vier. Vasthouden. Uit.

Hij deed de oefening twee keer, drie keer, tot zijn hartslag weer iets zakte.

Op de kapstok hing Maries sjaal.

Hij streek er kort langs, alsof hij wilde voelen of zij nog tastbaar was.

Maar zijn vingers gleden meteen weer terug naar zijn eigen jas.

Buiten was de lucht grijs. De ochtend hing zwaar over de huizen, alsof er een vochtige deken in de lucht zat.

Een buurman fietste voorbij, stak zijn hand op.
Johan knikte kort terug, zonder zijn gezicht te veranderen.

De straat rook naar nat asfalt. Zijn laarzen maakten een dof geluid op de stoep, ritmisch en gecontroleerd.
Acht stappen tot de auto. Hij telde ze.
Bij elke stap probeerde hij de spanning in zijn borst weg te duwen.

Een hond blafte verderop.
Het geluid sneed door de stilte heen, hoog en scherp.
Johan's schouders trokken samen, reflexmatig.
Hij keek kort op, naar het dier dat achter een hek sprong, en dwong zichzelf door te lopen.

Zijn hand omklemde de autosleutel. Het koude metaal voelde vertrouwd.
Hij draaide de sleutel een paar keer tussen zijn vingers, luisterde naar het kleine klikgeluidje.
Dat soort geluid kon hij wél verdragen: kort, voorspelbaar, beheersbaar.

Hij stapte in, sloot de deur zacht.
Het gedempte geluid van de regen op het dak werkte bijna rustgevend.

Een diepe zucht gleed uit zijn borst.
Hij startte de motor, liet hem stationair draaien.
Nog even bleef hij zitten, starend naar de huizenrij voor zich.
Achter de ramen bewogen mensen, druk met hun ochtend.
Hij voelde zich los van dat alles, alsof hij in een andere laag van de wereld leefde – een waar stilte en controle belangrijker waren dan woorden.

Hij zette de auto in de eerste versnelling en reed langzaam weg van de stoep.

De motor bromde laag, een geluid dat hij kende, een toon die hem niet stoorde. Voorspelbaar, ritmisch. Alles wat regelmaat had, was draaglijk.

De ruitenwissers gleden heen en weer over het glas. Sssss-klik. Sssss-klik. Het was het soort geluid dat hij kon volgen zonder dat het pijn deed in zijn hoofd. Toch voelde hij de spanning nog in zijn schouders zitten, alsof de spieren niet wisten dat het gevaar voorbij was.

Bij de eerste kruising stopte hij, keek beide kanten op. Een fietser stak over, een vrouw met een dikke sjaal en een boodschappentas aan het stuur. Johan hield zijn voet iets te lang op de rem. De motor gromde zachtjes in protest.

Achter hem klonk een claxon. Kort, scherp. Zijn hart sloeg onmiddellijk sneller. Zijn handen knepen het stuur steviger vast, de knokkels wit. De claxon kwam nog een keer, ongeduldig. Hij ademde in, vier tellen. Vasthouden. Uit. De spanning zakte niet. Pas toen hij zijn voet van de rem haalde en het gaspedaal indrukte, voelde hij iets van controle terugkomen.

De stad ontwaakte. Mensen haastten zich over zebrapaden, busdeuren zuchtten open, ergens riep een kind iets tegen zijn moeder. Elk geluid kwam als een losse steen tegen de muren van zijn hoofd. Hij probeerde het te filteren, probeerde alleen de weg te zien.

Bij het stoplicht draaide hij het raam iets open. De vochtige lucht kwam naar binnen, gemengd met de geur van benzine en nat

asfalt. Een sirene klonk in de verte – hoog, scherp, toen luider.
Zijn adem stokte.

Hij kende die toon.

Het begon als een gewoon geluid, maar in zijn hoofd ging er iets open dat hij liever gesloten hield.

Hij zag weer de keuken van dat huis, jaren geleden. De vloer bedekt met scherven, een pan op de grond, de geur van gas en angst.

Een man met bloed aan zijn arm, een mes in zijn hand. De blik in die ogen: verwilderd, wanhopig.

En daarachter – een kind, huilend, in een deuropening.

Hij had geschreeuwd dat de man het mes moest laten vallen.

Twee keer, drie keer.

De herinnering kwam in flarden, maar het geluid van die sirene – het exacte toonhoogteverschil tussen de hoge en de lage noot – trok hem er met geweld in.

Het moment van het schot kwam altijd anders terug. Soms zag hij het van buitenaf, alsof iemand anders schoot. Soms vanuit zijn eigen ogen, het metaal koud tegen zijn vinger.

Vandaag voelde hij vooral het geluid. Niet het schot zelf, maar wat erna kwam: de stilte. Die vreemde, kloppende stilte die harder was dan elk geluid daarvoor.

Het stoplicht sprong op groen.

De sirene verdween de andere kant op, kleiner, verder, tot hij alleen nog de regen hoorde.

Johan merkte dat hij het stuur zo hard vasthield dat zijn handen trilden toen hij ze losliet.

Hij schudde zijn hoofd, alsof hij iets van zich af wilde slaan.

“Voorbij,” mompelde hij. “Voorbij.”

Hij reed verder, langzamer dan normaal.
Elke bocht, elke kruising nam hij overdacht.
Zijn ogen scanden automatisch de omgeving: een openstaande deur, een auto die scheef geparkeerd stond, iemand die te lang stil bleef staan op de stoep.
Hij noteerde alles, zonder dat hij het bewust deed.

Bij een rood licht liet hij de motor stationair draaien.
De ruitenwissers bleven hun monotone beweging maken.
Sssss-klik.
Hij liet zijn blik glijden over de straat.
Een jongen op een scooter reed te dicht langs een geparkeerde auto, het zadel trilde bij het gas geven.
Het geluid was fel, nerveus.
Johan voelde zijn adem versnellen. Hij wilde dat de jongen verder reed, dat het geluid ophield.
Pas toen het brommen verdween, ontspanden zijn vingers.

De radio stond uit. Altijd uit in de ochtend.
Muziek was te onvoorspelbaar – te veel plotselinge tonen, te veel stemmen.
Soms zette hij hem even aan, alleen om de stilte te breken, maar vandaag niet.
Vandaag was het beter om alleen de motor te horen.

Hij sloeg af richting de rand van de stad. De gebouwen maakten plaats voor een industrieterrein, het bureau doemde op in de verte.
Hij voelde een lichte hoofdpijn opkomen, achter zijn slapen, als een trage druk.

Hij parkeerde op zijn vaste plek, tweede rij van rechts. Altijd daar.
De motor stopte.
In de plotselinge stilte hoorde hij de regen zacht tegen het dak