

1.

Het doordringende gepiep van de telefoon haalde hem wreed uit zijn overpeinzingen. ‘Van de Berg’, zo nam hij enigszins afwezig de telefoon op.

‘Ja met mij, jij zal ook niet eens bellen om te vragen hoe het met je oude moeder gaat, dus dacht ik, kom, ik bel zelf maar weer eens. Vanmiddag heb ik contact gehad met de dokter over je medicatie. Volgens de assistente is de Semotazine, dat zijn die witte pillen, binnenkort niet meer verkrijgbaar en de dokter en ik hebben besloten dat je daarvoor nu andere krijgt. De volgende keer zitten er dus blauwe in plaats van de witte en.....?’

Al snel dwaalde Gerards’ gedachten af en de rest van wat moeder allemaal te vertellen had hoorde hij al niet eens meer. Als moeder eenmaal zo aan het regelen was, maakte het tóch niet uit of er iemand naar haar luisterde, als ze haar verhaal maar kwijt kon. Op zich vond hij het erg prettig dat er iemand belde, met zoveel mensen ging hij nou ook weer niet om en normaal gesproken was hij ook voldoende bezorgd om moeder om haar iedere dag even te bellen. Maar door al dat gedoe had hij daar nu eens even helemaal geen zin in.

Al had hij daar trouwens wel zin in gehad, dan nog had hij haar de benoeming van zijn nieuwe chef niet kunnen vertellen. Op zo’n moment zou ze namelijk weer bang geworden zijn dat het niet goed met hem zou gaan, dat het weer mis zou gaan, dat hij daardoor zijn baan zou verliezen en god weet wat ze zich nog meer allemaal in haar hoofd kon halen. Nee, moeder bellen was niet om te vertellen hoe het met hem ging, het was alleen om te horen hoe het met haar was.

‘Ben je er nog wel jongen, je bent zo stil, is er iets?’

‘Nee hoor moeder’, kon hij net op het juiste moment zeggen, ‘er is niks, beetje moe, het was weer een drukke dag. Nou, fijn dat u belde en tot snel maar weer hè?’ Voordat moeder daar weer op in kon gaan hing Gerard snel op en pakte zijn favoriete bezigheid weer op: zappen. Van de ene naar de andere zender, iedere keer een paar tellen van ieder kanaal meepikkend. Alleen zo had hij het idee niks te hoeven missen. Bovendien was het een beproefde remedie tegen saaie programma’s en de altijd op de loer liggende verveling.

Zoals altijd hadden zijn medicijnen voor hem klaargestaan. Aangepast in witte doosjes, duidelijk voorzien van de te nemen dosis per dag had de apotheek zijn pillen voor de hele maand voor hem klaar gezet. Zoals moeder al had aangekondigd week het deze keer af van wat hij al jaren gewend was en daar

had hij een hekel aan, een regelrechte hekel zelfs.

De assistente legde hem nauwgezet de dosis en het tijdstip waarop hij de nieuwe pil het best in kon nemen uit. Ook dit was anders dan van de witte en ook dat beviel hem niet. Al jaren nam hij al zijn pillen in een keer bij het ontbijt, van de nieuwe moest hij er nu ineens twee nemen waarvan een voor het slapen.

Om de spiegel zoals de assistente dat had genoemd alvast op te bouwen, kon hij er het beste alvast een bij de lunch nemen, de tweede dan voor het slapen. Om dat vooral niet te vergeten had hij het doosje met de nieuwe pillen recht in het zicht naast zijn toetsenbord op het bureau gelegd. Iedere keer dat hij ze zag herinnerde hem eraan dat het vanaf nu anders was en dat hij de eerste bij de lunch moest nemen, wat hij ook braaf deed.

Plotseling, ergens in de loop van de middag en totaal onaangekondigd was het er ineens, een vervelende, zeurende hoofdpijn. Een stevig aanzwellende ook nog eens, alsof er een metalen band om zijn hoofd zat die telkens wat strakker werd getrokken en waar hij al snel enorm misselijk van werd. Eerder die dag was er nog niks aan de hand geweest, zijn broodje jonge kaas had heerlijk gemaakt en zelfs het nemen van de nieuwe blauwe pil was met zijn glas melk prima gelukt. En nu dit. Op weg naar huis zag hij bijna scheel van de pijn in zijn kop, de paracetamols die hij op kantoor al had genomen leken helemaal niets te doen.

Eenmaal thuis deed hij het rustig aan, nog rustiger zelfs dan anders en zelfs het eten sloeg hij over. Naar bed was alles wat hij wilde, dan maar geen eten en ook in tv kijken had hij geen zin. Hij voelde zich ellendig en wilde slapen, ontsnappen aan de pijn in zijn hoofd. In de badkamer ontstond er een moment van twijfel. Nu zou hij de tweede blauwe pil moeten nemen, nu was voor het slapen zoals het er stond maar de pijn in zijn kop weerhield hem daarvan. Wat nou als dat door die pil was gekomen, wat nou als het met de tweede pil nog erger zou worden en hij er nog beroerder van zou worden?

Zou hij moeder moeten bellen om te vragen wat te doen? Eigenlijk wist hij het antwoord al, moeder vond altijd dat hij zijn medicatie op tijd moest nemen, de dokter wist heus wel wat hij deed en ze hadden er allebei genoeg nare herinneringen aan wat er van zou komen als hij daar niet naar zou luisteren.

Onder een mompelend 'op hoop van zegen dan maar' nam hij met tegenzin de tweede pil en poetste daarna voor alle zekerheid zijn tanden nog maar een keer en viel daarna als een blok in slaap.

Hevig zwetend zat hij rechtop in bed naar adem te happen. Het was niet minder dan pure paniek geweest waardoor hij met een schok wakker geworden was. Diep in slaap had hem dat letterlijk overvallen. Alles draaide. Zijn bed, zijn kamer, de lantaarn voor de deur en hij was bang, doodsbang. Alles om hem heen was angstaanjagend en hij wilde weg, eruit, weg uit deze nachtmerrie. Voorzichtig, voetje voor voetje liep hij de trap af en bijna beneden overviel hem de volgende onplezierige ervaring. Uit het niets werd hij bevangen door een gevoel van totale eenzaamheid, het totale niets van het alleen wonen en verder niks of niemand hebben. Het zweet gutste over zijn bonkende hoofd, zijn hart bonsde in zijn keel. Weg, dat is wat hij wilde. Weg uit dit gevoel, weg uit dit bestaan, weg bij de uitkeringsinstantie, weg uit dat saaie rijtjeshuis, weg uit dat bekrompen buurtje, gewoon weg, maar waarheen?

Zijn mond was gortdroog, zijn tong voelde als verdoofd en verdroogd. Een nare metaalsmaak, de smaak van vroeger overheerste en deed pijn in zijn mond. De paniek bleef, joeg hem op. Angst en paniek en zijn hoofd barstte. Alles bonkte, draaide, flitste. De vreselijke smaak ging ook na een paar slokken water niet weg, de angst verdween zelfs niet toen hij alle lampen had aangedaan. Nooit meer, of in ieder geval bijna nooit meer had hij hier nog last van, daar zorgden de pillen voor.

De pillen hielden de angst en paniek weg en zorgden ervoor dat hij zich niet alleen en verward voelde. Om te ontsnappen aan de angst probeerde hij tot rust te komen door ingespannen te denken aan situaties die hem anders een prettig gevoel bezorgden. Hij probeerde de fietstochten, het voorjaar, de mooie tochten over de Veluwe. Hij bedacht hoe fijn het was om alleen te zijn. De voordelen van het alleen leven en wonen dat hij normaal zo koesterde versus de gedachte constant iemand om hem heen te hebben. Het zou hem benauwen, in al zijn facetten. Nu, lekker alleen, kon hij tenminste doen en laten wat hij wilde, hoefde hij met niemand rekening te houden.

Alleen werkte dat nu niet, niets van dat alles werkte. Hij deed helemaal niet waar hij zin in had. In zijn eentje, helemaal alleen kon hij zo weinig en was er zo helemaal niets aan en was hij alleen maar alleen en voelde zich eenzaam. Hij probeerde zich dan voor te stellen hoe het zou zijn, samen met iemand. Gewoon iemand bij hem, helemaal voor hem alleen. Hij probeerde zich voor te stellen hoe het zou moeten zijn met iemand continu om je heen. Samen dingen doen, dingen beleven, tv kijken, eten.

Tot rust kwam hij normaal door te denken aan alle problemen die dat mee zou brengen. Geen privacy, alles moeten verantwoorden, dingen doen

waar hij geen zin in had. Uitgaan, op visite gaan, zelf visite krijgen. Je aanpassen aan iemand was tot daar aan toe, wennen aan de eigenaardigheden van een ander was weer van een geheel andere orde had moeder hem geleerd. Een orde waar hij liever niet aan wilde denken, tot nu dan. Het werkte niet, hij bleef bang, angstig en gespannen.

Ten einde raad en geheel tegen zijn gewoonte nam hij een whisky, een flinke. Op een doordeweekse dag nog wel. Eerst maar eens proberen te kalmeren, dacht hij. Eerst eens even alles op een rijtje zien te krijgen, zien we daarna wel weer verder.

Uit gewoonte nam hij de afstandsbediening van de televisie en drukte dwangmatig op de knoppen. Er was niks te zien wat hem boeide, maar het weerhield zijn gedachten er even van nog verder op hol te slaan. De flitsen van het scherm deden pijn aan zijn ogen, het geluid denderde door zijn hoofd maar toch hield hij het toestel aan. Eerst de angst en de pijn weg, zien we dan wel verder en hij nam een tweede borrel, weer een flinke. Tijdens het zitten, drinken en zappen kalmeerde hij langzaam maar zeker wat en hoewel het onbehaaglijke gevoel aanhield en zijn hoofdpijn nog lang niet weg was lukte het hem uiteindelijk toch om rond een uur naar bed te gaan en in slaap te vallen.