

Stilte in de storm



Erik van den Brun

# STILTE IN DE STORM

Het persoonlijk getuigenis  
van een politiemann



Buijten & Schipperheijn *Motief*  
Amsterdam

## **Colofon**

ISBN 978-94-6369-352-3

© 2026 Buijten & Schipperheijn *Motief*  
Amsterdam

Vormgeving omslag: Buijten & Schipperheijn

Vormgeving binnenwerk: Andries Mol

Omslagillustratie: Paul Abspoel

Foto's binnenwerk: Paul Abspoel en Erik van den Brun

Foto achterzijde: Kick Spaargaren, kicksfotos.nl

De Bijbelteksten in dit boek zijn – tenzij anders aangegeven – afkomstig uit de NBV21-vertaling van het Nederlands-Vlaams Bijbelgenootschap (NBG).

Behoudens uitzonderingen krachtens de Auteurswet van 1912 mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen of openbaar gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgevers. Voor het maken van kopieën uit deze uitgave, ook voor zover toegestaan door de Auteurswet, zijn vergoedingen verschuldigd. Voor betaling van vergoedingen en voor toestemming voor het overnemen van gedeelten in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken wende men zich tot de uitgevers. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

‘Erik ken ik vanuit onze gezamenlijke opleiding die ons klaar moest stomen voor het vak van wijkagent, dat toen nog buurtregisseur heette. En nu, jaren later, terwijl ik passages lees uit zijn boek, leer ik hem pas beter kennen. Want hoe eerlijk, open en aangrijpend Erik nu vertelt over de zelfgekozen dood van zijn broer Bert, raakt op alle fronten en ik voel diepe bewondering voor hoe Erik zichzelf toen overeind heeft gehouden. Ik ben geen gelovig mens zoals Erik dat wel is, maar ik geloof wel in het leven en dat wat op je pad komt, de bedoeling is. Hoe intens verdrietig dat ook kan zijn. Dit boek is dus ook de bedoeling. En ik gun Erik dat iedereen zijn openhartige boek leest, want wat kan het stil en alleen zijn, midden in de storm.’

– **Ellie Lust, voormalig woordvoerder Politie Amsterdam**

‘Bij de Spiegelvijver in de tuin van de Politieacademie in Apeldoorn herdachten wij de suïcide van Eriks broer, die net als hij politieagent was. Dit maakte dat onze wegen elkaar kruisten. Het is een van de verhalen in dit boek. Een boek dat gaat over de diepe dalen in Eriks eigen leven en dat van zijn familie, maar ook over de kracht die het christelijk geloof in alle eenvoud hem geboden heeft. Ook als je anders gelooft, of anders in het leven staat dan Erik, is het mooi dit te lezen.’

– **Leonard Kok, directeur Politieacademie**

‘Erik van den Brun heeft veel meegemaakt in zijn persoonlijke leven en in zijn politiewerk, een beroep waarvoor wij veel respect hebben. Het is goed dat deze verhalen zijn opgeschreven, en bijzonder om te lezen dat hij juist op moeilijke momenten zijn rust en diepe vrede bij God vindt – soms zelfs door een lied. Dat is zo waardevol, een vrede die alleen God kan geven. We vinden het bijzonder dat ons lied ‘Mijn hulp is van U, Heer’ daaraan mocht bijdragen en zoveel voor Erik en zijn vrouw Annemieke mag betekenen.’

– **Marcel & Lydia Zimmer, liedschrijvers**

‘Dit boek heeft mij dichter gebracht bij een leven dat zich in een huis naast het mijne heeft afgespeeld. Pijn, ziekte en verlies; Erik vertelt openhartig over de stormen in zijn leven. Hij beschrijft onder andere hoe zijn vrouw en mijn vader kort na elkaar een hartinfarct kregen. Ondanks de verschillende afloop, is dit waar onze verhalen elkaar raken: de vrede van Christus die alle verstand te boven gaat. God verandert niet altijd de omstandigheden, maar wel de mens te midden daarvan.’

–**Remy Splinter, predikant De Meerkerk**

# Inhoud

Inleiding	9
Hoofdstuk 1 Hoe het allemaal begon	13
Hoofdstuk 2 Kom maar weer terug	25
Hoofdstuk 3 Ze zijn hem aan het reanimeren	43
Hoofdstuk 4 Ze hebben hem gevonden en het is niet goed	53
Hoofdstuk 5 Van het donker naar het Licht	65
Hoofdstuk 6 Als er nog één complicatie bij komt, dan overlijdt ze	77
Hoofdstuk 7 Stilgezet... en dan?	99

Hoofdstuk 8	
Hij fietste zo de hemel in	111
Hoofdstuk 9	
Het komt goed	117
Hoofdstuk 10	
Ga maar, het is goed	143
Hoofdstuk 11	
De vrede die alle verstand te boven gaat	153

# Inleiding

Misschien heb je weleens een foto van een orkaan gezien, genomen vanuit de ruimte door een satelliet. Gigantisch grote, draaiende stormwinden, angstaanjagend snel, verwoestend, dodelijk. In het midden zie je een donkere vlek: het oog. Daar is het windstil, een wonderlijk contrast met de vernietigende kracht eromheen. Een tijd geleden liet een weerman beelden zien van Ida, een categorie 4-orkaan die de Amerikaanse kust bedreigde. Ik werd vooral geraakt door het beeld van dat oog.

Ook in mijn leven zijn stormen voorbijgetrokken – periodes van verdriet, wanhoop en schade, die niet alleen mij maar ook mijn dierbaren hebben geraakt. Toch ontdekte ik telkens dat er midden in die chaos een plek van stilte was. Bij het zien van Ida besepte ik opnieuw: in elke storm in mijn leven is een oog, en daar vond ik God. Zijn aanwezigheid nam de kracht van de storm niet weg, maar gaf ons innerlijke vrede en rust die alles veranderde.

De rust en vrede die Hij ons gaf deed ons ánders naar de storm kijken en er ook anders mee omgaan, samen met Hem. Vrede en rust waar de volgende tekst uit de Bijbel (Filippenzen hoofdstuk 4, vers 6,7) over spreekt:

‘Wees over niets bezorgd, maar vraag in alle omstandigheden aan God wat u nodig hebt en dank Hem in uw gebeden. Dan zal de vrede van God, die alle verstand te boven gaat, uw hart en gedachten in Christus Jezus bewaren.’

Dit tekstgedeelte is als een rode draad door mijn verhaal gaan lopen. Ik realiseerde me dat Gods aanwezigheid in het midden van water op bepaalde momenten over ons leven raasde, ons er veel sterker uit tevoorschijn had laten komen. Ik begon met de gedachte te spelen om hier wat over op te gaan schrijven, niet alleen voor mijzelf, maar ook om anderen te bemoedigen.

Lang bleef het bij de gedachte mijn verhaal op te schrijven, zonder dat ik de stap zette. In 2022 veranderde dat. Op twee zondagen werd in de kerk gepreekt over het Bijbelverhaal waarin Jezus een storm tot zwijgen bracht. Na de tweede preek hoorde ik tijdens het gebed een stem: 'Doe het nu maar, schrijf het op.' Ik wist dat dit Gods stem was.

En zo zit ik hier, met pen en kladblok, in een vliegtuig op weg naar een klein Grieks eiland om in stilte te beginnen. Spannend, want ik weet dat het emoties oproept en buiten mijn comfortzone ligt. Toch geeft Gods nabijheid mij rust en vertrouwen.

Ik schrijf uit dankbaarheid: Hij, onze Vader en Redder, heeft mij door alle stormen heen gedragen en sterker gemaakt. Maar ik schrijf ook voor anderen die door moeilijke tijden gaan en verlangen naar de vredige stilte die in het oog van de storm te vinden zijn.

Wat ik mij voorafgaand aan het opschrijven nog niet realiseerde, maar waar ik gaandeweg achterkwam, was dat het opschrijven van mijn levensverhaal helend voor mij was. Met de hand dingen opschrijven zorgde ervoor dat mijn gedachten langzamer gingen. Er kwamen details naar boven die ik kwijt was en dat maakte een aantal plaatjes compleet.

Dit verhaal is mijn levensreis – soms mét, soms zonder God. Geen preek of theologische verhandeling, maar een persoonlijk getuigenis van Gods rol in mijn leven. En zoals elke reis begint ook deze bij het begin, zodat je het als lezer beter kunt begrijpen en in het juiste perspectief kunt lezen.

Ik nodig je uit om met mij op reis te gaan door mijn leven, met al haar hoogte- en dieptepunten, geluk, verdriet, zoeken en vinden. Een doorsnee leven dus, of misschien ook niet. Misschien herken je

zo links en rechts wel dingen omdat ze ook in jouw leven spelen. Misschien kan mijn verhaal je dan wellicht bemoedigen en op weg helpen om ook Gods rust en vrede te vinden.

Aan het eind van ieder hoofdstuk heb ik iets geschreven over een bepaald aspect uit dat hoofdstuk met daaraan gekoppeld een vraag om over na te denken. Neem daarvoor rustig de tijd voordat je verdergaat met het volgende hoofdstuk.

Ik wil dit boek opdragen aan mijn Schepper en Redder zonder wie ik de stormen in mijn leven niet had kunnen doorstaan.

Ook wil ik Annemieke, mijn vrouw, bedanken. Sinds 17 augustus 1993 is zij mijn wederhelft, door God op mijn pad gebracht en zonder wie ik niet compleet ben. Samen hebben we vele stormen doorstaan, en ik kan oprecht zeggen dat we niet alleen persoonlijk, maar ook als echtpaar hechter en sterker zijn geworden – dankzij Gods aanwezigheid in die moeilijke tijden.

Als laatste wil ik Paul en Leo, dierbare broeders uit De Meerkerk, bedanken voor hun inzet, creativiteit, scherpe blik en doorzettingsvermogen om samen met mij dit boek vorm en invulling te geven.



## Hoe het allemaal begon

Op 20 maart 1962 werd ik geboren in Amsterdam. Samen met mijn broer Bert, die 2,5 jaar ouder was dan ik, groeide ik op in een kleine flat, vierhoog in Amsterdam West. Ik had twee lieve, zorgzame ouders. Mijn moeder was er altijd voor ons. Ze werkte niet buitenshuis toen Bert en ik nog klein waren, zoals zoveel moeders in die tijd dat niet deden. Voor ons was het fijn en een vaste waarde in ons leven te weten dat er altijd iemand thuis was.

Mijn vader fietste elke ochtend naar zijn werk en volgde een avondschoon om verder te komen bij de bank. Toen vonden wij het jammer dat hij weinig thuis was, maar later kreeg ik respect voor zijn inzet om ons een goede toekomst te geven. In het weekend was hij er helemaal voor ons: samen de stad in, verhalen over de geschiedenis van Amsterdam, een kroket halen bij de FEBO. Tijdens wandelingen met bloemen- en plantengidsen gaf hij zijn liefde voor de natuur door. Die kostbare momenten legden de basis voor mijn eigen interesse in geschiedenis en natuur.

We groeiden op in een warm gezin waar tijd en aandacht vanzelfsprekend waren. Mijn broer en ik deden veel samen: we sliepen op één kleine kamer, speelden na school altijd buiten en maakten hutten, voetballen of hielden straatgevechten met buurtkinderen. Televisie hadden we pas later, buiten spelen was onze wereld. Bert

was mijn grote broer die voor me opkwam; samen gingen we vaak vissen in IJmuiden, herinneringen die me dierbaar zijn. Natuurlijk deden we ook gekke dingen, zoals dartpijltjes naar elkaars voeten gooien of speren maken, soms met pijnlijke afloop. Maar zo gaat dat tussen broers.

Voor ons was het vanzelfsprekend om op zondag naar de kerk te gaan en na het eten uit de kinderbijbel te lezen. Deze Bijbel vond ik na het overlijden van mijn moeder in 2022 terug tijdens het leegruimen van haar huis. Heel bijzonder om die na bijna vijftig jaar weer in te kijken.

Voor mijn moeder was geloof vanzelfsprekend, maar voor mijn vader niet. Hij groeide met zijn zusje op in een atheïstisch gezin in Amsterdam. Tijdens de oorlog moest zijn vader werken in Duitsland, waardoor hij als tienjarige meehielp het gezin draaiende te houden: alleen op de fiets naar Overijssel om eten te halen, en trapeleuningen zagen uit verlaten huizen van weggevoerde Joodse gezinnen om brandhout te maken. We spraken er later nooit over; velen wilden die tijd vergeten. Toch heb ik altijd diep respect gehad voor wat hij deed voor zijn moeder en zusje. Het gaf hem later de drive om ons als gezin een betere toekomst te bieden, zonder de tekorten die hij zelf had gekend.

Mijn vader wist niets van geloof of Bijbel. Voor mijn moeder, Dirkje Jansje (roepnaam 'Dit'), was dat anders: zij was de oudste van zes kinderen in een Gereformeerd gezin in een Overijssels dorp. Toen haar vader overleed, stond haar moeder er alleen voor. Trots en schaamte weerhielden haar van hulp vragen; ze werkte in twee banen om het gezin te onderhouden. 'Niet kletsen maar poetsen' was haar motto. Als oudste hielp mijn moeder mee, bijvoorbeeld door elke ochtend op school de kolenkachels aan te steken. Zo leerde ze al jong wat hard werken betekende.

Omdat ze het in het gezin niet breed hadden, nam mijn moeder als oudste in het gezin haar verantwoordelijkheid en ging op zestienjarige leeftijd de deur uit om te gaan werken in het verre westen.

Zo kon ze geld verdienen voor haar moeder, broers en zus. Ze ging de verpleging in en werkte bij de Johannesstichting in Nieuwveen. Ze was toen al een jonge vrouw voor wie het geloof in God een vaste waarde in haar leven was.

In de tijd dat mijn moeder in Nieuwveen werkte en in het weekend naar huis in Overijssel ging, werkte mijn vader tijdens vakanties bij boeren in Overijssel om geld te verdienen. Zo kon ook hij financieel bijdragen aan de zorg voor zijn moeder en zijn zusje.

Het was tijdens een van deze 'werkvakanties' dat mijn vader en moeder elkaar ontmoetten tijdens een dorpsfeest. Ze ontdekten al snel dat ze elkaar wel leuk vonden.

Mijn oma vond dat maar niets. 'Kijk maar uit met zo'n stadse jongen' zei ze tegen mijn moeder. Maar mijn moeder, koppig als ze toen al was, liet zich niet door de zorgen van haar moeder tegenhouden en er bloeide iets moois op tussen Dit van het platteland en Henk uit de grote stad.

Hun relatie groeide, maar mijn moeder worstelde met het verschil in geloof: voor haar essentieel, voor mijn vader niet. Ze besloot afstand te nemen en hem de kans te geven zich erin te verdiepen. Als hij geen toekomst in het geloof zag, zag zij geen toekomst voor hun relatie. Na enkele maanden miste ze hem echter zo dat ze hem opzocht in Tilburg, waar hij als dienstplichtig militair gelegerd was. Bij de kazerne hoorde ze tot haar verbazing dat hij in de kerk zat. Voor haar was dat een moment van diepe dankbaarheid.

Wat was nou het geval: het gesprek dat ze een paar maanden daarvoor samen hadden, had mijn vader aan het denken gezet. Hij voelde heel veel voor mijn moeder en wilde niet dat hun relatie op deze manier tot een einde zou komen. Hij kocht een Bijbel en is die van kaft tot kaft gaan lezen.

Tijdens het lezen van de Bijbel sprak God tot mijn vader en raakte zijn hart, met als gevolg dat hij tot geloof kwam en zich een paar maanden later liet dopen. Bij die gelegenheid kocht mijn moeder een bijbeltje voor hem.

Dit bijbeltje zou zijn hele leven 'zijn' bijbeltje blijven. Na het overlijden van mijn vader lag het bij mijn moeder op de salontafel en het ligt nu op de schouw bij ons in huis. Het is een kostbare herinnering aan de rol die God in het leven van mijn moeder en door haar heen later ook in het leven van mijn vader heeft gespeeld.

Na een aantal jaren verkering, gevolgd door een verlovingperiode, zijn mijn ouders getrouwd. Hun huwelijk werd bekroond met de geboorte van mijn broer Bert in 1959 en mijn geboorte in 1962.

We waren als gezin trouwe bezoekers van de Gereformeerde kerk 'De Opgang' in Amsterdam Osdorp. Tenminste, als Bert en ik er niet voor zorgden dat onze ouders zich versliepen en ze te laat wakker werden voor de dienst in de kerk.

Wij vonden het niet altijd leuk om naar de kerk te gaan, heel lang in de kerkbanken te zitten, gezangen en psalmen te zingen en te luisteren naar een preek waar we niets van begrepen. Er was wel altijd één hoogtepunt tijdens de kerkdienst, vonden wij, en dat was als het voor kerkgangers uit die tijd bekende rolletje King pepermunt uit de tas van mijn moeder tevoorschijn kwam. Bert en ik hielden dan altijd een wedstrijdje wie zo lang mogelijk op het pepermuntje kon zuigen. Je tong aan elkaar laten zien of daar nog een stukje pepermunt op zat, het leidde steevast tot een corrigerende por in onze zij van een van onze ouders.

En oh ja, als de collectezak voorbijkwam wilden Bert en ik het geld erin doen zodat we meteen konden kijken en voelen hoeveel er al in zat.

Het geloof speelde in ons gezin een behoorlijk grote rol, maar in het persoonlijke leven van Bert en van mij deed het, als opgroeiende pubers, niet zo veel.

In 1975 verhuisden we van Amsterdam naar Nieuw-Vennep. Ik vond het maar een boerendorp waar niets te beleven viel en waar ik niemand kende. Tijdens het eerste jaar gingen Bert en ik nog in Amsterdam naar school, iedere dag twee keer anderhalf uur met de bus. En iedere zaterdag ging ik op mijn fiets - zonder versnellingen -

naar Amsterdam om er met mijn vriendjes te spelen, zo stom vond ik het in Nieuw-Vennep.

In het tweede jaar dat we in Nieuw-Vennep woonden, gingen we er ook naar school. Het was een kleine school waar ook nog kippen en een varken naast het gebouw liepen, niet echt stoer voor een stadsjongen.

We werden lid van de plaatselijke Gereformeerde kerk en Bert en ik gingen ieder zondag met frisse tegenzin met onze ouders mee naar de dienst. Ik snapte niet wat er nou zo fijn aan was om naar de kerk te gaan. Later zou dat helemaal anders worden.

Ik heb ook nog een tijdje op Bijbelstudie gezeten bij een echtpaar uit de kerk. Ik vond het wel aardig en gezellig, maar ik kan niet zeggen dat het mij echt aansprak. Er werd in die tijd door dat echtpaar tijdens de Bijbelstudie-avonden wel flink in mijn hart gezaaid, maar het zou nog veertien jaar duren voordat ik daarachter zou komen. Ik ben ze er nog steeds dankbaar voor.

Zo rond mijn achttiende jaar haakte ik wat geloof betreft af. Bert deed dat al eerder. Ik vertelde mijn ouders dat ik niet meer met ze mee naar de kerk zou gaan omdat het geloof mij niets meer zei. Ik wist dat het ze pijn deed, maar ze begrepen mijn beslissing en lieten mij vrij in mijn keuze. Maar ik weet wel dat mijn ouders voor Bert en voor mij zijn blijven bidden.

Het belang van biddende ouders is heel groot en zou later een van de schakels zijn die leidde tot mijn terugkeer bij God. Toen mijn vrouw en ik zelf kinderen kregen, volgden wij het voorbeeld van onze ouders en zijn we dagelijks voor onze kinderen gaan bidden, tot op de dag van vandaag.

Onderschat de kracht van gebed van grootouders, ouders en van echtgenoten niet. Wij hebben die kracht vele malen mogen ervaren, maar daarover later meer.

En zo ging mijn leven verder, zonder God.

In onze Nieuw-Vennepse jaren deden Bert en ik steeds minder dingen samen. Nog maar net daar op de middelbare school, kreeg

Bert verkering met Monique. Ze waren onafscheidelijk en zouden dat blijven. Bert had daardoor steeds minder tijd om met mij op te trekken. Onze relatie werd minder hecht, we groeiden uit elkaar en sloegen ieder een eigen pad in. Eigenlijk was ons werk bij de politie het enige dat we gemeen hadden.

Achteraf vind ik het wel jammer dat we zo uit elkaar groeiden, maar daar was nou eenmaal niet veel meer aan te veranderen. Eén ding wist ik wel: we bleven altijd broers en konden op elkaar rekenen.

Na de middelbare school moest ik vanwege de dienstplicht in militaire dienst. Een tijd waar ik met weinig plezier op terugkijk, ik had helaas geen keus.

Na mijn diensttijd ben ik in 1981 in Amsterdam bij de politie gaan werken. Niet omdat dit een jongensdroom was, of uit idealistisch oogpunt, maar om een hele andere reden. Tijdens mijn militaire dienst sliep ik met twaalf andere dienstplichtigen op één kamer en geen van ons wist wat hij na militaire dienst wilde gaan doen. In een balorige bui besloten we een weddenschap met elkaar aan te gaan. We legden geld in de pot en vulden allemaal een bon uit de krant in waarmee je bij de politie kon solliciteren. Degene die aangenomen werd, kreeg het geld uit de pot. De bon werd ingevuld. Tot mijn stomme verbazing kwam ik steeds een sollicitatieronde verder en werd, samen met een ander van onze kamer, aangenomen bij de politie in Amsterdam.

Bert werkte ondertussen al twee jaar bij de Amsterdamse politie en mijn opa had zijn hele leven bij de politie in Utrecht gewerkt. Ik had van hen beiden al veel politieverhalen gehoord en mede daardoor leek het mij toch wel leuk om daar te gaan werken. Bovendien kreeg ik tijdens de opleiding, die een jaar zou duren, nog een aardig salaris op de koop toe. Ik doe gewoon de opleiding van een jaar en zie daarna wel weer verder, dacht ik. En nu, meer dan veertig jaar later, ben ik nog steeds politiemann. Zo zie je maar hoe dingen soms kunnen lopen.

Ik woonde nog bij mijn ouders in Nieuw-Vennep, maar verlangde naar een eigen plek. Bij de gemeente hoorde ik dat ik pas op mijn 35e

in aanmerking zou komen voor een huurwoning, terwijl ik 26 was. Zo lang wachten zag ik niet zitten. Daarom schreef ik me in voor alle nieuwbouwprojecten van koopwoningen, maar steeds werd ik uitgeloot: te veel kopers, te weinig huizen. Uiteindelijk had ik geluk en werd ingeloot voor een project in Hoofddorp, waar ik in 1989 ben gaan wonen.

Ik ging daar alléén wonen en dat was prima. Ik had geen relatie, sterker nog, die had ik tot dan toe nog nooit gehad. Ik was een jongen die nooit uitging en veel op zichzelf was. Alleen wonen, alleen de wereld rondreizen, ik had er geen enkel probleem mee.

Dat zou veranderen vanaf het moment dat ik met mijn vader op vakantie ging. Mijn vader had altijd als droomwens gehad om een keer naar Indonesië op vakantie te gaan. Hij had iets met dat land en datzelfde had ik ook. We waren allebei erg geïnteresseerd in de cultuur en natuur van dat land.

Er was echter één probleem: mijn moeder had enorme vliegangst en zag het absoluut niet zitten om dat hele eind te vliegen. Ik had bewondering voor het feit dat ze zich één keer per jaar over haar vliegangst heen zette en met mijn vader op vakantie ging naar Griekenland of Portugal. Ze zat dan bewegingloos drie uur lang in haar vliegtuigstoel en kreeg het Spaans benauwd bij iedere turbulentie. Maar ze deed het toch maar. Volgens mij kwam dit door hetzelfde doorzettingsvermogen dat ze als kind al had laten zien na het overlijden van haar vader.

Eén keer per jaar een paar uur in een vliegtuig ging dus nog wel, maar zo'n lange vliegreis naar Indonesië zag ze toch echt niet zitten.

Gelukkelijk voor mijn vader ik wel. Ik besloot met hem mee te gaan om zo zijn droom te kunnen verwezenlijken. Het werd een onvergetelijke reis naar Singapore, Bali en Maleisië. Het was bijzonder om deze reis als vader en zoon te maken en zo tijd met elkaar door te brengen.

Er zat voor mij echter ook een keerzijde aan deze prachtige reis. Tot dan toe ging ik altijd alléén op reis, tot Nieuw-Zeeland aan toe.

Ik vond dat prima, geen enkel probleem, maar na de reis met mijn vader veranderde dat.

Ik had tijdens die reis ervaren hoe fijn het was om dingen te delen, om samen met iemand iets te zien of te ondernemen. Nadat we terug waren, viel ik in een gat en was 'alleen zijn' ineens niet meer zo leuk voor mij. Ik was verdrietig en van tijd tot tijd somber. Ik trok me steeds meer terug in mijn veilige huis. Anderen merkten er niet zo veel van, behalve één collega van mij, Anke. Zij had door dat het niet zo goed met mij ging en haalde me stukje bij beetje uit mijn isolement. Ze moedigde mij aan om weer onder de mensen te komen.

Langzamerhand kroop ik uit mijn schulp en ontmoette ik een meisje met wie ik een relatie kreeg, de eerste in mijn leven tot dan toe. In die tijd werkte ik als hoofdagent in Amsterdam en zij kwam op onze dienstgroep stagelopen. Ze was zes jaar jonger dan ik. Ik werd haar stagebegeleider. We vonden elkaar al snel leuk en na een paar weken kregen we een relatie. Het leek allemaal rozengeur en maneschijn, maar toch, iets in mijn gevoel zei dat het niet ging zoals het bij een verliefd stelletje hoorde.

Na drie maanden stage moest ik haar beoordelen en uiteraard was die beoordeling prima. Waarmee ze was geslaagd voor haar opleiding tot agent. Meteen daarna beëindigde ze onze relatie en ik had geen idee waarom. Ik kan wel zeggen dat ik van dit alles een flinke tik kreeg. Ik was weer alleen, kroop terug in mijzelf en sloot me opnieuw weer af voor mijn omgeving.

Ook nu was het Anke die mij uit mijn isolement trok. Ze moedigde mij aan om te gaan sporten om daardoor weer wat meer onder de mensen te komen.

Dit advies kwam precies op tijd. Ik was flink wat kilo's aangekomen, woog bijna 100 kilo en kon mijn uniform amper nog aan.

Ik ging aan mijn conditie werken bij Aarts Sport in Nieuw-Venep en begon daarnaast met hardlopen. Dat laatste vond ik zo leuk dat ik er steeds fanatieker in werd. Zelfs zo dat ik een paar keer de halve marathon van Amsterdam gelopen heb.