

Het was neerschrijven of neersteken. Ik koos voor het eerste.

Misschien verander ik nog wel van gedachte.

I. Voorwoord: Is dit nu echt nodig? Begin toch gewoon.

Temidden van een conversatie over geboren zijn om een leven van middelmatigheid te leiden en het gebrek aan motivatie om mijn tanden te poetsen, gesterkt door een meme over het boek van Rutger Bregman “De meeste mensen deugen”, zijn mijn muze, Laure, en ik tot de conclusie gekomen dat ik de vaardigheden bezit om een boek te schrijven waarin ik de meeste mensen de tering toewens. Het begon met de tering toe te wensen aan sociale conventies. “Doe hen de groetjes ofzo.” Wat zijn groetjes? Waarom doe je ze? Werd er ooit iemand blij van het krijgen van groetjes? En waarom moet ik ze altijd teruggeven?! Genoeg ermee. De groetjes kunnen de tering krijgen.

Nadat ik dan toch eindelijk mijn tanden had gepoetst, dacht ik: “Waarom moet ik dit nu blijven doen? Ik poets mijn tanden en dan zijn ze proper, gewoon om terug te eten en dan komen er bacteriën op enzovoort en dan moet ik ze terug poetsen? Grof!” Ik dacht aan iets met water naar de zee brengen of een steen op een steile berg naar boven duwen. En ik wenste ook het poetsen van mijn tanden de tering toe. De bacterie die tuberculose veroorzaakt zit wellicht ondertussen weer ergens aan mijn tanden te vreten.

Vreemd genoeg borrelde er diep in mij een drang om mezelf te bewijzen. Waar is die middelmatigheid en de bijhorende rust en vrede gebleven?! Ik begon te schrijven. Aan wie heb ik me vandaag al geërgerd? Deze week? Deze maand? Dit jaar? Of in dit gehele leven? Omdat ik geen totale eikel ben, en nog belangrijker, geen proces aan mijn been wil, noem ik jullie niet bij naam. Bedankt aan mijn vrienden die te laat kwamen op café

vorige week. Bedankt aan mijn familie om problematische uitspraken te doen op het laatste familiefeestje. Bedankt aan de fietser die mij de bocht afsneed. Bedankt aan mijn allereerste partner om mijn hart te breken. Bedankt aan mijn date die zijn stukje appelcrumble opzoog als een stofzuiger. Bedankt aan mijn huidige partner om al het beddengoed van me af te pakken. Bedankt aan de pestkoppen in mijn middelbare school. Bedankt aan de collega's die het laatste beetje koffie namen. Ik kan zo blijven doorgaan en dat doe ik ook. Ik noem enkelen van jullie zelfs heel liefdevol doorheen dit boek, maar de meesten iets minder liefdevol. In plaats van bedankt wordt het: Krijg de tering. En om dan toch een paar mensen bij naam te noemen: Krijg de tering, Elife, die te laat kwamen op café vorige week maar wel de typfouten uit dit boek haalde voor me. Krijg de tering, familie, voor het doen van problematische uitspraken op het laatste familiefeestje maar me wel motiveerde om het boek uit te brengen. Krijg de tering, Elien, voor het nooit indienen van jouw deel van ons groepswerk maar wel met alle ideeën te zijn aangekomen. Krijg de tering, Eva, voor het niet uitlezen van de proefversie maar er al wel reclame voor te maken. Krijg de tering, Anne, voor de drukte in je leven waardoor ik mijn proefversie maar niet terugkreeg maar het wel als eerste uit te lezen. Enzovoort. Je leest het wel. Veel plezier! Of niet, je hebt al betaald voor dit boek dus wat maakt het mij nu nog uit. Ik heb mijn geld. Wens mij maar de tering toe in dat geval.

II. Inhoud

III. Dit boek gaat over de serveerster die je nooit die extra portie friet bracht, niet over je aartsvijand.....	7
IV. Je moet het huis niet verlaten om mensen de tering toe te wensen.....	11
V. De fietser die je de bocht afsneed, kan de tering krijgen.	19
VI. Niemand heeft ooit een goede ervaring gehad met een groepswerk.....	31
VII. Is de tering een soa?.....	39
VIII. Sluit je mails niet af met “Met vriendelijke groeten” maar met “Krijg de tering”.....	55
IX. Ook de tering wil er af en toe tussenuit.	65
X. Sorry dat ik te laat ben, er is daarstraks een ufo op mijn hond geland.....	75
XI. Is de tering een genetisch overdraagbare ziekte?.....	81
XII. Kleine hondjes, grote mondjes; Blaffende honden bijten niet; Slappende honden niet wakker maken; Zo ziek als een hond. Heeft die hond dan de tering?	87
XIII. Je moet de dingen gewoon loslaten en dan komt alles goed.	101
XIV. Immuniteit voor tuberculose is niemand gegeven.	109
XV. Is dit boek geschreven door artificiële intelligentie?	119
XVI. Wie wens jij de tering toe?	127

III. Dit boek gaat over de serveerster die je nooit die extra portie friet bracht, niet over je aartsvijand.

Hoeveel mensen vinden we echt leuk? Van de duizenden mensen die we in ons leven leren kennen, hoeveel van hen vinden we echt leuk? Honderd? Vijftig? Twintig? Nog steeds te hoog? Tien? Misschien zelfs nog minder. Wat maakt dat die weinigen wel tot onze *inner circle* behoren? Wat is er zo goed aan hen dat we ze wel mogen? Of wat heeft er bij die duizenden anderen voor gezorgd dat we ze niet mogen? Of zij ons niet mogen? Want soms willen we een vriendschap met iemand maar is dat gevoel niet wederzijds. Dat kwetst. Ook onbeantwoorde vriendschapsgevoelens kwetsen. Die mensen die niet geïnteresseerd waren in ons, zij zijn de eerste in dit boek die de tering kunnen krijgen. Want waarom vinden ze mij niet leuk? Ik ben best oké, toch? Grappig? Nee? Lief op z'n minst? Is dat niet genoeg? Jammer, krijg dan maar de tering!

“Krijg tuberculose!” klinkt niet zo pakkend als “Krijg de tering!” maar tering is een ander woord voor tuberculose. Tering is korter en krachtiger. Woorden met minder lettergrepen zijn beter om te roepen. Tegen de tijd dat je het woord tuberculose hebt uitgeroepen is je stem al verzwakt of de persoon die je het toewent buiten hoorbereik en dat is jammer.

Is tuberculose die ziekte waar je ledematen van afvallen? Nee, dat is lepra. Die waar homo's aan stierven zo'n dertig jaar geleden door het wanbeleid errond door de homofobe machtsbeluste politieke elite? Nee, dat is hiv en aids - en trouwens ook best homofob. Hetero's kunnen dit ook krijgen. Het is nog steeds een pandemie die voornamelijk zwakkere groepen zoals verslaafden, armen in Afrikaanse landen waar de

farmaceutische industrie geen winst in ziet en homoseksuelen treft. Homofobie en het winstbejag in de farmaceutische industrie kunnen de tering krijgen! - Is het dan die waar we meer dan een jaar voor in ons huis of appartement (of zoals de beroemdheden: villa's met zwembaden, privé fitness enzovoort) opgesloten hebben gezeten? Nee, dat is corona (covid-19) natuurlijk. Too soon? Moeten we met z'n allen nog even bekomen van covid-19 voor we er grappen over mogen maken? Alleszins, bovenstaande ziektes en beroemdheden in gigantische villa's met zwembad kunnen de tering krijgen!

De tering is een ziekte die voor het eerst ontdekt werd in 1882 door Robert Koch¹, althans de bacterie die de ziekte veroorzaakt, de zieke mensen waren er al natuurlijk al. Onder het motto 'Don't shoot the messenger' zullen we Robert maar niet de tering toewensen. Het beschrijven van een ziekte is toch een stap in de richting van het behandelen ervan. De ziekte infecteert het vaakst de longen maar kan in vrijwel elk orgaan van het menselijk lichaam voorkomen. De ziekte wordt al hoestend (of via speekseldeeltjes (ieuw) in de lucht) doorgegeven. Symptomen zijn hoesten, pijn in de borst, vermoeidheid, koorts, gewichtsverlies en nachtzweet. Klinkt best vies maar dat is zo voor vrijwel elke ziekte. Tuberculose komt overal ter wereld voor en staat in de top tien doodsoorzaken wereldwijd. Afhankelijk van waar in de wereld je je bevindt, is het best behandelbaar met antibiotica. China, India, Zuid-Afrika, Nigeria, Indonesië en Pakistan zijn de

¹ Blevins, S. M., & Bronze, M. S. (2010). Robert Koch and the 'Golden Age' of bacteriology. *International Journal of Infectious Diseases*, 14(9), e744–e751.
<https://doi.org/10.1016/j.ijid.2009.12.003>

landen met de meeste tuberculosepatiënten op deze wereld². De oneerlijke verdeling van medicijnen, medische kennis en apparatuur, rijkdom en alle andere oorzaken die bijdragen aan de ongelijke verdeling van kansen om van deze ziekte te genezen, kunnen de tering krijgen!

In onze contreien (België en Nederland) is de kans om aan tuberculose te overlijden echter heel klein, wat antibiotica en je bent ervan af. Het is dus een opluchting dat je de mensen die je de tering toewenst, niet de dood toewenst. Of misschien is het juist geen opluchting en wil je hen dood? Dan raad ik je aan hen een andere ziekte toe te wensen, kanker in een vergevorderd stadium of een hartinfarct bijvoorbeeld. Deze staan iets hoger in de wereldwijd belangrijkste doodsoorzaken. Je kan hen ook een auto-ongeval toewensen. Er vallen wereldwijd net iets meer doden bij auto-ongevallen dan er mensen overlijden aan tuberculose, dat is dus ook een goede gok.

Hoewel ik vaak denk ‘Krijg de tering!’, zou ik dat nu, over jou, misschien toch niet direct denken. Met *de tering krijgen* bedoel ik ook niet dat ik iemand actief haat. In de meeste gevallen toch niet. Toch wil ik niets met die mensen te maken hebben. De moeder en haar zoontje die achter me aan de kassa van de supermarkt staan zijn best oké. Tot haar zoon de winkelwagen herhaaldelijk tegen mijn enkel duwt. De moeder is aan het bellen en kijkt niet eens om. Krijg de tering, trut! En dat rotkind van je kan het ook krijgen. Net wanneer ik alle moed bijeenraap om er iets van te zeggen, kijkt ze om, legt haar telefoon op en kalmeert haar zoon. Ze verontschuldigt zich en ik lach eens vriendelijk. Misschien moet ze maar niet de tering krijgen. Ze

² Bagcchi, S. (2023). WHO's Global Tuberculosis Report 2022. The Lancet Microbe, 4(1), e20. [https://doi.org/10.1016/s2666-5247\(22\)00359-7](https://doi.org/10.1016/s2666-5247(22)00359-7)

had even te veel aan haar hoofd om op alles te letten. Ik reken mijn boodschappen af en ga langs de balie achter de kassa's voor vuilniszakken, postzegels of eender wat je niet zomaar in de rekken kan vinden (wat een tijdverlies, tweemaal afrekenen. Krijg de tering supermarkt, of de politici, het bestuur van de supermarkt of eender wie deze regels heeft gemaakt). Ik hoor plots "Oh nee, kan het echt niet, hier cash betalen? Wat kut. Moet ik helemaal om? Mag ik dan voor aan die kassa? Pardon, pardon, pardon. Excuseer, mag ik er even langs?" De voor-niets-goed-moeder en haar varken van een zoon banen zich een weg langs de volgeladen winkelwagens van de wachtende mensen achter hen tot ze uit de rij van wachtende mensen aan de pinkassa zijn. Ze zijn op weg naar een kassa die wel cash aanvaardt waar ze dan weer een nieuwe rij wachtende mensen kunnen irriteren. Krijg toch maar weer de tering, rotmens!

Naast de dagdagelijkse teringlijers zoals die vrouw hierboven, de fietser die je de bocht afsneed deze ochtend onderweg naar het werk, zijn er ook mensen die gewoon echt slecht zijn vanbinnen. Denk aan de pestkop op je lagere school, moordenaars, verkrachters, mensen die foie gras eten, de mentor van je scriptie die nooit deftige feedback gaf waardoor je het hele ding op jezelf moest doen en die dan met de eer is gaan lopen wanneer het gepubliceerd werd of tenslotte je schoonmoeder. Dit boek gaat niet over hen. Iedereen heeft wel individuele teringlijers in hun verleden en waarschijnlijk, helaas ook, in hun toekomst. Ik ken jou niet, of misschien wel. Ik weet niet welke kopie van dit boek naar een vriend, familielid of kennis gaat en welke naar een vreemde en dat maakt ook niet uit. Ik schrijf dit boek over de alledaagse teringlijers, want ik weet niet wie jij allemaal persoonlijk de tering zou toewensen. Laat dat je echter niet tegenhouden om hen op het einde van dit boek toch ook liefdevol, of niet, te vermelden.

IV. Je moet het huis niet verlaten om mensen de tering toe te wensen.

Het begint allemaal al op het moment dat je wakker wordt, die vervelende wekker. Wie heeft die bedacht? De persoon die het zeer herkenbare (toch voor de iPhone gebruikers onder ons) iPhone wekkergeluid heeft gecomponeerd kan de tering krijgen.

Bij het woord componeren denk ik spontaan aan Mozart, Beethoven, Bach of Schubert, niet aan de bedenker van een wekkergeluid. We zouden een nieuw woord moeten vinden voor de bedenkers van irritante geluiden zodat we ze nooit associëren met de bovengenoemde grote namen. Hoewel die grote componisten misschien ook wel de tering kunnen krijgen. Misschien vloekte Beethoven op iedereen die in zijn dienst was of was Schubert een onuitstaanbare betweter. Dan kunnen zij ook de tering krijgen.



iPhone alarm geluidsgolf, beter bekend als 'kutalarm'

Het begint eigenlijk zelfs nog vroeger dan dit. Wie is er op het idee gekomen om zo vroeg in de ochtend te beginnen met werken? Natuurlijk zijn er vele uitzonderingen en beginnen een hoop mensen pas later op de dag te werken maar velen onder ons werken, zoals Dolly Parton het heel mooi zong, van 9 to 5. Ochtendmensen hebben dit systeem ontworpen terwijl wij (of

ik, jij bent misschien ook een ochtendmens) ons nog lekker een keer omdraaiden in bed. Ochtendmensen kunnen de tering krijgen. Niet enkel omdat ze het hele systeem van 9 to 5 werken hebben ontworpen, maar ook omdat ze levendig zijn wanneer ik dat niet ben. Waarom zijn doodnormale zaken zó irritant zo vroeg in de ochtend? Waarom word ik boos als mijn partner goedemorgen zegt, het bed uitspringt en de gordijnen opentrekt? Waarom word ik woedend als mijn partner een takenlijst afloopt voor ik mijn tas koffie op heb? Waarom wil ik mijn partner in brand steken als die vertelt over afspraken met familie, de dokter, kapper, bank of iets dergelijks (ik was niet wakker genoeg om écht te luisteren)? Mijn partner kan de tering krijgen.

Toen ik jong was, was het mijn moeder die om zeven uur 's ochtends de tering kon krijgen en voor de singles onder ons; de bovenbuurvrouw die met hoge hakken de trap naar beneden wandelt, de luide motor van de burens of de roepende, schoolgaande jeugd die door je straat fietst, noem maar op. Het uur is voor iedereen verschillend maar wat mij betreft kan voor negen uur 's ochtends iedereen de tering krijgen.

Beeld het je in: Het is maandag, ergens rond half tien in de ochtend. Je hebt een dag vrij. Je ligt nog in bed, bijslapen van een vermoeiende werkweek, gevolgd door een druk sociaal weekend. De deurbel gaat: "K*t, f*ck, sh*t!" Je springt uit bed, pakt een kamerjas die je al stuntelend op je weg naar de parlofoon of deur aandoet. Het is een pakjesbezorger. Plots maakt het niet meer uit dat je uit bed bent gebeld, je krijgt een pakje dat je vergeten was dat je besteld had. Wat een feest! Je aanvaardt het pakje en merkt dan ... DE NAAM VAN JE BUURMAN. Niet voor jou?! Hoe durft hij? Brutaal! Ben je hiervoor je bed uit gekomen? Hoe komt het dat jij wekelijks pakjes aanvaardt voor je burens en telkens als jij eens iets bestelt,

moet je diezelfde week langs het postkantoor of de dagbladhandel om je pakketje op te halen? Waarom aanvaarden de burens nooit eens pakketjes voor jou? Zijn zij dan nooit thuis wanneer jouw pakjes worden bezorgd? Je zet het pakje ostentatief op de brievenbus en stompt weer naar binnen voor je eerste kop koffie. Die buurman kan de tering krijgen en de pakjesbezorger ook!

		!	Expediteur/Afzender: Nog nooit van gehoord! Waar is dit? 3016 Wat heeft hij in godsnaam besteld?
Paquet - Pakket			
P	 323200KRIJGDETERING640001		
Klotebuur Teringlijer Net niet jouw adres, nummer + of - 2 Zelfde postcode en gemeente als de jouwe		A 69 G	
		323200KRIJGDETERING640001	

Je koffie is doorgelopen, hoera! Tijd om te kijken wat er allemaal gebeurd is afgelopen nacht. Socials, het nieuws, meteen ook het weerbericht voor vandaag even bekijken. Het internet werkt niet?! Wat nu gedaan? De stekker uit en weer in, niets. Resetknop ingedrukt, niets. Dan maar bellen naar de internetprovider. Oh wacht, je kan het nummer van de klantenservice natuurlijk niet opzoeken want het internet werkt niet. Even de mobiele data dan maar, je hebt nog wel genoeg over deze maand. Gevonden! 02 000 en nog een paar nullen. Waarom is mijn eigen nummer niet zo eenvoudig? Een keuzemenu. 1. Nederlands, dan 3. Klantenservice, gevolgd door

2. Internetproblemen, 4. Abonnement XYZ, 1. #klantnummer#, 2. Ik wens iemand te spreken: “U wordt zo dadelijk geholpen door een van onze medewerkers”, “De wachttijd bedraagt momenteel meer dan vijf minuten, gelieve aan de lijn te blijven”, “U wordt zo dadelijk geho-“, “Goedemorgen u spreekt met Hannah van uw internetprovider. Hoe kan ik u helpen?” Eindelijk word je geholpen. Hannah is druk in de weer met je gegevens te bekijken en stelt nog wat vragen. Wanneer je er bijna denkt te zijn, valt Hannah weg. De verbinding is verbroken. Hannah kan de tering krijgen. Je begint dit hele proces opnieuw. 1. Nederlands dan 3. Klantenservice, gevolgd door 2. Internetproblemen, 4. Abonnement XYZ, 1. #klantnummer#, 2. Ik wens iemand te spreken: “U wordt zo dadelijk geholpen door een van onze medewerkers”, “De wachttijd bedraagt mome-” Dit keer krijg je Mo aan de lijn. Mo doet zijn best maar waarom duurt dit zo lang? Eindelijk! Het internet is er weer. Mo is een fantastische vent! Je gsm maakt duizenden geluiden tegelijk van de Whatsapp berichten in een nutteloze groepschat van het werk die binnenkomen, de spam e-mails van Nigeriaanse prinsen stromen binnen, meldingen van game-apps die je al een maand niet gespeeld hebt en een chat met je familie “Ben je al wakker? Kan ik ff bellen?” Met je tas koffie in de hand ben je helemaal klaar om je spam e-mails te verwijderen. Je neemt een slok ... KOUD! Mo kan de tering krijgen, je internetprovider kan de tering krijgen en ook die Nigeriaanse prinsen kunnen de tering krijgen!

Tijd om het nieuws te lezen. 99% van de mensen die in het nieuws verschijnen, kunnen de tering krijgen. Weer een politicus die geen beloftes nakomt. Krijg de tering klotepolitici! Waarom ga ik nog stemmen? Daarentegen kunnen mijn partner en ik nog geen beslissing nemen of we vanavond pizza bestellen of toch maar langs het frituur gaan. Moet toch een moeilijke job