

Hoofdstuk 1

Dit boek zou nooit uitgegeven mogen worden. Sommige mensen hebben nog minder rechten dan een vuilniszak. Dit waargebeurde verhaal is schokkend en moest in de doofpot blijven of beter geschreven in een vuilniszak. Het boek zal stof doen opwaaien, is uniek en inspirerend. Mijn buren en een christen die bij een wooncorporatie werkte, zette mij kort na mijn hartinfarct met valse verklaringen en met laster en met een vies spel op straat. Maar ik vocht terug. Uit "liefde" voor mijn naasten die ook mijn vijanden waren, heb ik enkele namen en plaatsen fictief gemaakt.

In de verte lag het politiebureau. Het gebouw lag naast een kerk. In beide gebouwen kwam ik liever niet, maar vandaag had ik geen keuze. Ik trapte stevig door op mijn fiets en in dit laatste stukje leek het alsof ik meer tegenwind had. Het politiebureau zag er strak en modern uit met veel glas, maar vooral met opvallend veel lelijke grijze kleuren. Ik zette mijn fiets snel in een fietsenklem, die tegen de stenen muur van het sombere gebouw stond en ik rukte in een beweging mijn zwarte tas van mijn bagagedrager. De tas zat klem en hij bleef op de bagagedrager vastzitten. Maar ik gaf niet op. Had ik haast of was ik opgewonden? Een opwinding om met haast terug te schoppen. Zou de politie schrikken? Het was mei 2012, de politie had mijn aanwezigheid door wat er 2 maanden terug op 13 maart 2012 gebeurd was, dacht ik niet meer verwacht. En niet alleen de politie zou verbaasd zijn. Ik liep naar de hoofdingang van het politiebureau. In het raam van het politiebureau keek het kerkgebouw mij vriendelijk aan, alsof dit kerkgebouw mij sterkte wilde wensen. Hadden deze twee gebouwen en de mensen die er werkten niet bijna dezelfde doelstellingen op aarde: Onrecht bestrijden en zorgen dat mensen het goede pad in het leven kiezen? Een frisse wind speelde door mijn donkere haren. Mijn tas hield ik stevig vast in mijn hand, zodat niemand de tas kon gaan stelen. In de tas zat een dossier van mijn onderzoek. Maandenlang had ik geschreven met de Orde van Advocaten en met het Bureau Discriminatiezaken. Er was een vies spel met mij gespeeld en de daders moesten gaan boeten. Met elke stap richting de ingang bonkte mijn hart sneller. Ik haalde diep adem en probeerde mezelf moed in te spreken. Wat kon er voor ergs gebeuren? Was het ergste wat een mens mogelijk kon overkomen niet achter de rug? Als je op de bodem zat dan kon je meestal alleen nog maar omhoog. Ik dacht dat het flatdrama achter me lag, niets bleek minder waar. Een vrouw liep met haar hoofd naar beneden het gebouw uit. Een kindje aan haar hand lachte. Voor de schuifdeur van het politiegebouw haalde ik dieper adem. Ik stond stil. Bewegingsloos met de concentratie van een reiger en klaar om toe te slaan. Nu zou ik iedereen terug gaan pakken, dacht ik hoopvol en bijna kokend van woede. Mijn vertrouwen was zo diep geschonden, waardoor ik mijn tas nóg iets steviger tegen me aanhield. Stel dat de politie het dikke dossier van me af zou pakken? Preventief stonden brieven en e-mails op USB-sticks. In een kluis bij een bank, midden in het mooie, historische centrum van Stad X lagen sinds kort ook twee USB-sticks. Door wat ik had meegemaakt in mijn flat was ik extra alert en bijna overdreven voorzichtig geworden. Kon ik mensen nog vertrouwen?

De schuifdeur schoof langzaam open, terwijl de kerkklok op de achtergrond klonk. In een grote lege wachtruimte hing een blauw bordje met witte letters. Bezoekers hier melden. Een pijl wees naar een balie. In de wachtruimte stonden twee rijen stoelen tegenover elkaar met tafeltjes ertussen met wat lectuur erop. Tegen de wand stond

een kast met folders en een koffieautomaat. Het was stil, de wachtruimte was leeg. Op een tafeltje lag een dik kleed. Om de tafel stonden vier stoelen. In de tafel- en stoelpoten zaten wat scheurtjes. Er was hout gesneden. Onder het tafelkleed lag de waarheid. "Komt u maar." Een brandend gevoel op mijn borst liet me nog meer schrikken dan de stem in de stilte. Dit politiegebouw leek me een zeer onaangename plek om aan een hartinfarct dood te gaan, misschien dan nog liever op een vuilnisbelt. Een politieambtenaar met blonde krullen en grote blauwe ogen glimlachte naar me. Ik glimlachte terug, wat al veel moeite kostte. Blijf kalm en rustig, wat er ook gebeurd, prentte ik me zelf in en liep naar de balie. De agente typte toch nog een tijdje door. Haar vingers gleden soepel over het toetsenbord. Af en toe keek ze op haar monitor. Dit irriteerde mij. Na mijn hartinfarct leefde ik alsof elke dag mijn laatste kon zijn en hierdoor stelde ik steeds minder uit, misschien was dit wel een voordeel van een doorleefd hartinfarct te hebben gehad. Maar ik had een hart. De blonde agente draaide haar bureaustoel en vroeg: "Wat kan ik voor u doen?" Ik stamelde wat, terwijl ik naar haar borsten keek, snel corrigeerde ik mijn moedige, ondeugende ogen, maar de agente moest deze schijnbeweging al hebben gezien. Zou ze mijn scherpe blik als een compliment hebben ervaren of zou ze denken hoe durf je naar mijn borsten te kijken. Haar gedachten konden me niet deren. "Ik kom aangiften doen." Ik verwisselde mijn tas van mijn rechter- naar mijn linkerarm en ik zag in mijn ooghoek aan de muur een grijs doek hangen met witte letters waarop stond: 'Iedereen heeft recht op een gelijke behandeling, ongeacht ras, godsdienst en levensovertuiging'. In mijn situatie leek dit grijze doek op de verkeerde plek en tijd daar te hangen. "Waarvan en waarover wilt u aangiften doen?" Ik zocht naar de juiste woorden, kuchte en liet mijn controle en tegelijkertijd mijn vriendelijkheid los. "Uitlokking, laster, samenspanning, grove nalatigheid en bedrog." De ogen van de agente keken verbaasd en groeiden bij elk nieuw uitgesproken vermeend delict. Ik slikte en ging verder met mijn lange rij aan aangiften: "Discriminatie, valsheid in geschrifte, smaad, vernedering en het overtreden van de huurwet." De agente trok haar wenkbrauwen op. Mijn stem klonk sterk, zeker, maar ook fel met ingehouden woede en verdriet. "Zo, dat zijn nogal wat aangiften. Wie bent u en tegen wie wilt u deze aangiften doen?" vroeg de agente licht cynisch. "Ja, het zijn veel strafbare feiten waar ik aangiften van wil doen, maar ik kan alles met feiten bewijzen en ik ben slachtoffer van een ernstige zaak."

"Maar tegen wie wilt u aangiften doen?" De stem van de agente klonk onrustig en ze leek geërgerd. "Tegen de heer x van M, tegen 2 bewoners uit mijn flat en misschien zelfs tegen mijn eigen ex-advocate mr. S." De agente bewoog heen en weer, pakte haar pen vast en legde deze weer neer. "En ja, dat zult u niet leuk vinden." De mondhoeken van de agente lachte minachtend, terwijl ze haar hoofd schuin hield. "Ik kom ook aangiften doen tegen uw politie." Ik wachtte gespannen af op wat de agente zou zeggen, want ik nam aan dat ze niet dagelijks een dergelijk aangifte aan haar balie te horen kreeg. We keken allebei langs elkaar heen. Er viel een onprettige stilte. De agente leek uit balans en vroeg weer naar mijn naam. Mijn tegenaanval was begonnen. Het was het begin van een slopende strijd, maar dat wist ik gelukkig nog niet.

"U bent toch Meneer K.?"

"Ja, dat klopt." De agente draaide haar stoel, stond op en vertelde nors dat ik moest wachten. Ze liep weg. Vermoeid, uitgeput, maar ook opgelucht leunde ik op de balie en las de witte letters op het grijze doek aan de muur. Boven de tekst stond met sierlijke grote letters, artikel 1. Van de grondwet. Achter de balie was een kleine

ruimte en de deur stond open. Er liepen enkele agenten in de gang achter de deur voorbij en keken mij nieuwsgierig aan. Hadden ze niet verwacht dat ik aangiften zou komen doen? Het duurde een lange tijd. Op de balie zaten vette, vieze vingerafdrukken. Het gebouw was licht en bijna alles leek goed zichtbaar. Ik haalde een kopje koffie uit de automaat. De koffie smaakte smerig en bitter. Het kerkgebouw naast het politiebureau was fel en vol verlicht door de zon. Als kind kwam ik bijna elke zondag verplicht en half gedwongen in de kerk. Mijn ouders deden dit zeker met goede bedoelingen. Of was dit er ook bij hun als kind gedwongen als de enige waarheid erin gepropt? En hadden ze dit gewoon overgenomen als de juiste levenswijze? Het geloof betekende niets meer voor mij. Ik sprak nooit meer met God en ging zeker niet naar een kerk, misschien was de dwang wel een eerste trauma, waardoor het tegenovergestelde gebeurde. Op zondag mochten mijn broers en ik niet veel meer doen dan die kerkbezoeken. In die zin waren veel zondagen saai, leeg, onprettige en vaak onrustige rustdagen. Elke zondag vroeg gewekt door mijn vader, die onder aan de trap naar boven brulde dat we moesten opstaan, om op weg te gaan naar de redder die voor iedereen was opgestaan en alle schuld van de zondige mens op zich had genomen. Slaperig zaten mijn drie broers en ik iets later achter in de auto half op elkaar gepropt, nog net niet met handboeien om, netjes aangekleed op weg naar onbegrijpelijke lange preken. Mijn moeder zat naast mijn vader. Voorin de Toyota. In haar tas zat de Bijbel en het liedboek en een rol pepermunt. Voor de dominee met zijn lange preek begon kregen we een pepermuntje, misschien wel om door de suiker wakker te blijven. Ik vond dit als kind altijd al een vreemd ritueel, al die rolletjes die door veel heiligen precies voor de preek uit tassen, broekzakken of het binnenste van jassen opeens met krakende geluiden tevoorschijn werden getoverd.

Door de deuropening stapte een lange man met een witte blouse zonder het blauwe politiejasje eroverheen op mij af naar de balie. Hij gaf geen hand, keek streng en zei: "Meneer K. U mag geen aangifte doen." Ik schrok. "Wat, mag ik geen aangifte doen? Wie bent u? Waarom mag ik geen aangifte doen?"

"Ik ben de hulpofficier van politie." Ik knikte, maar wist dat dit geen officier was die mij hulp wilde verlenen. De hulpofficier keek alsof hij rechtstreeks uit het leger kwam, maar dan niet uit het leger des heils. "Wat is de reden dat ik geen aangiften mag doen?"

"U mag geen aangifte doen, omdat u in de zorg zit."

"Wat zegt u?" vroeg ik boos met een even verbaasde als luide stem. Ons gesprek was oppervlakkig. Ook mijn ademhaling werd oppervlakkiger. "Ik zit niet in de zorg. Ja, de huishoudelijke zorg." zei ik cynisch en grappig bedoelt. We lachten niet over mijn grap. De hulpofficier leunde over de balie en kwam iets dichterbij mij toe. Ik zei boos: "U discrimineert mij. Sinds eind maart ben ik geen cliënt meer van de instelling GGZ R en ook al zou ik nog cliënt zijn en in de zorg zitten, dan heb ik tóch recht op het doen van aangiften van vermeende strafbare feiten. Ik heb de afgelopen maanden een onderzoek gedaan. Ik ben onrechtmatig op straat gezet. Ik richt me op feiten." Ik leunde meer over de balie en zei: "U mag mijn aangiften niet weigeren." De hulpofficier bleef herhalen dat ik geen aangiften mocht doen en zei dat ik het politiebureau moest verlaten. Met een harde klap zette ik mijn zwarte ordner op de balie en haalde het dikke dossier eruit. Ik vertelde dat ik onrechtmatig op straat was gezet en maandenlang een onderzoek had gedaan bij de Orde van Advocaten en bij Bureau Discriminatiezaken in Den Haag naar de heer x van wooncorporatie M. De hulpofficier keek naar de grond. Mijn hart klopte te snel. "Meneer x van wooncorporatie M heeft aantoonbare leugens voor de rechter in het vreemde Hoger

Beroep verteld. Hoort u mij." De hulpofficier sloot zijn ogen, alsof hij de waarheid niet wilde zien en horen. "Waarom reageert u niet?" Hij opende zijn ogen en bleef mij aankijken zonder wat te zeggen. Of was niets zeggen juist véél zeggen. Maar de officier zonder hulp of mededogen leek uiterlijk onbewogen, hij vertrok geen spiertje in zijn rode gezicht. Mijn vuisten balden samen. "Hoe zou u het vinden om met valse verklaringen en met leugens, kort na een hartinfarct met een nep Hoger Beroep als een vuilniszak op straat te worden gedumpt?"

"Rustig, Meneer K." zei de hulpofficier boos en strenger kijkend.

Na een slokje koffie zette ik net iets te hard het plastic bekertje op de balie. De koude koffie droop langs het witte bekertje naar de vingerafdrukken. De agent keek naar de koffievlek op de balie. "Sorry." stamelde ik en ik wist niets meer te zeggen, alsof ik murw was. Een agente kwam naast de hulpofficier staan en keek mij strak aan. "Zou u rustig zijn als u alles bent kwijt geraakt met laster en bedrog en samenspanning en met een oneerlijke rechtsgang? Ik heb recht op het doen van aangiften van strafbare feiten, dat weten jullie. Iedereen in Nederland heeft recht op een gelijke behandeling, ook mensen met een GGZ verleden. Leest u die tekst op uw eigen muur nog maar eens goed. U kent dit artikel toch? Nota bene het eerste artikel van de grondwet?" Mijn handen trilden. Mijn stem klonk steeds harder. "Nu moet u stoppen, meneer." zei de hulpofficier. "Nee, luisteren jullie nu maar eens naar mij." Ik kneep in het plastic koffiebekertje, terwijl ik bijna wanhopig voor de derde keer pleitte om gewoon aangiften te mogen doen. Mijn stem sloeg over en verdriet verdrong mijn boosheid. De agente zei vriendelijk klinkend: "Het zit u wel erg hoog he, Meneer K.?"

"Natuurlijk, wat denkt u wel? Mijn dikke dossier lag op de balie. De officier keek er naar, het was alsof hij er naar staarde. De agente draaide zich om en liep weg. Werd het haar teveel? "Hebt u bewijzen voor alle delicten die u opnoemde?"

"Natuurlijk. Onderschat mij niet Ik ben 51 jaar en ben dan wel 20 jaar geleden geëtiketteerd als een borderliner, maar ik ben ook maatschappelijk werker geweest. Tijdens de 6-jarige opleiding heb ik ook rechtskennis gehad". Het klonk vreemd. GGZ patiënt en maatschappelijk werker geweest. Maar iedereen kon in de geestelijke gezondheidszorg terecht komen, wat voor verleden of beroep iemand zou hebben gehad. Op mijn lip lag een zoute traan. De hulpofficier vroeg of hij mijn dossier mocht hebben. De hulpofficier bleef op zijn vreemde en onjuiste standpunt staan. Ik mocht geen aangiften doen. Het grijze doek aan de muur gold kennelijk niet voor iedereen.

Verbitterd met wrok, die leek van mijn kruin tot aan mijn tenen in me te zijn gekropen, gooide ik mijn ordner in mijn tas, draaide me om en liep naar de uitgang van het politiebureau. Voor de deur draaide ik me om en zei: "Wordt vervolgd." Ik wilde zeggen: "Hier krijgen jullie spijt van." Achter de weigering om mijn aangiften aan te horen en op te nemen in een spreekkamer in een proces-verbaal om het strafonderzoek te kunnen gaan starten, zat veel later het grootste geluk. De weigering om aangiften te doen, omdat ik zogenaamd in de zorg zat, zou nog een staartje gaan krijgen en veel mensen ernstige zorgen gaan geven.

Mismoedig fietste ik zonder doel door de stad. Mijn tas achterop mijn bagagedrager leek nu meer op een grijze vuilniszak, zonder enige waarde. Doodmoe plofte ik op een bankje. Daar zat ik dan als een zwerver, zonder huis. Een betere benaming was een nomade. De fiets met mijn zwarte tas stond tegen een boom en dreigde om te vallen. Ik belde Simone, een goede vriendin. We kenden elkaar 20 jaar. De rots in de

branding. "Maar geef niet op hoor Hendrik." zei ze met een liefdevolle warme stem. Op het juiste moment het juiste duwtje in de goede richting. Ik neem u even kort mee naar het begin van mijn verhaal. In het jaar 2008 kwam ik in mijn flat wonen. Het was een gebouw met zes verdiepingen. Ik woonde er drie jaar met plezier. Er woonden vooral vrijgezellen. Ieder appartement had een grote woonkamer en 1 slaapkamer. De flat was vlakbij het station en het centrum. Tussen de flatbewoners was er weinig contact, maar er waren ook geen conflicten. Iedereen leefde rustig op zichzelf. De meeste mensen groetten elkaar en maakte korte oppervlakkige praatjes. Zoals veel gesprekjes in het leven vluchtig en oppervlakkig waren tussen veel mensen. De flat was gebouwd in de jaren 70 en niet gehorig. Ik kreeg mijn woning van M en ik had het volledig opgeknapt. De woning was door de vorige bewoner totaal verwaarloosd en uitgerookt. Alles was vies en zat onder de geel/bruine rook. Mijn toen nog aardige buurvrouw Sabine vertelde toen ik kennis met haar ging maken, dat de vorige bewoner enkele dagen dood in mijn nieuwe woning had gelegen, voordat hij werd gevonden. Toen ik mijn woning voor het eerst binnen kwam, hing er inderdaad een sterke lijkenlucht. Ondanks het luchten bleef die lucht nog wéken ruikbaar. Sabine leek een vriendelijke, eerlijke, spontane vrouw en ze was een jaar of 40. Ze werkte als inpakster in een fabriek. Zeer sporadisch dronken we koffie bij elkaar. Boven mij woonde een oudere alleenstaande vrouw, mevrouw Wilma. Zij vertelde dat ze vroeger pianolerares was geweest. Ook zij maakte een eerlijke, betrouwbare en rustige indruk. Ik voelde me prettig in de gemoedelijke flat. Ook mijn naaste burens leken jaren aardig, maar na drie jaar in mijn flat gewoond te hebben veranderde alles in mijn leven in een nachtmerrie. De hel. Het uitlokken en het pesten en de strijd en de verwarring sloegen grenzeloos en genadeloos toe. Het hek was om een vuilnisbelt verdwenen. Er leek geen weg meer terug. Welwillende bewoners gingen in hun angst uit vooroordelen en onwetendheid met de waarheid aan de haal. En wel op het meest kwetsbaarste moment van mijn bestaan.

Na drie jaar gemoedelijkheid in mijn flat begon het flat-drama. Het was het begin van de herfst. De maand september in het jaar 2011 naderde zijn einde en ik ook. In de lucht vlogen geen vogels en zelfs geen Havik. Op een dinsdagochtend, om precies te zijn, 27 september 2011, werd ik 's morgens met een branderige pijn op mijn borst wakker. Mijn schouders en bovenarmen deden pijn. Die dag bleef de pijn aanwezig, maar aan het eind van die dag verdween de pijn, om de volgende dag weer terug te komen. Het ziekenhuis lag op een steenworpafstand van mijn flat, maar hoe vreemd ook aan het eind van die dag fietste ik niet naar het ziekenhuis, maar er juist steeds verder vanaf. De verkeerde richting in, zou later duidelijk worden. Met steeds meer pijn fietste ik naar mijn rots Simone. Misschien wel de slechtste keuze van mijn leven, maar was dit niet vaker met keuzen die mensen in het leven maakten? Met een onwetendheid en met je blik in je toekomst. Met kennis achteraf zouden natuurlijk betere keuzen in het leven gemaakt kunnen worden. Simone woonde in het centrum van de stad. Onderweg werd de pijn heftiger, ik was duizelig en transpireerde. Het leek alsof ik flauw zou gaan vallen, alsof langzaam alle krachten uit me gleden. Mijn waarneming was wazig. Ik stopte met fietsen en probeerde diep adem te halen, het lukte moeilijk. Op het trottoir liepen 2 mannen met een hond. Moest ik om hulp vragen, maar ik twijfelde te lang. Ze liepen voorbij. Zou het de spanning zijn? De duizeligheid zakte. Na een poosje stapte ik weer op mijn fiets. Het waaide harder en het begon te regenen. Gekleurde bladeren vlogen door de lucht en ze vielen op de natte straten van Stad X. Ik fietste langzamer, ondanks dat ik veel had gesport in mijn

leven en sportief te noemen was, was het alsof alle krachten langzaam weggleden uit mijn sportieve lijf, bij elke slag van mijn pedaal gleed meer kracht weg. Bij haar appartement aangekomen verdween mijn paniek. In haar flat was geen lift, maar ze woonde gelukkig maar 1 hoog. Ik zweette heftiger en langzaam liep ik de stenen trap op. Er was een goede vriendin bij haar, Connie, die ook een goede kennis van mij was. In deze situatie werd ze letterlijk een goede kennis. Simone en Connie zagen er geschrokken uit en zeiden dat ik grijs in mijn gezicht was. "Oh, ik ga wel even op bed liggen. Misschien heb ik een griepje. Die pijn op mijn borst en schouders, zal straks wel wegtrekken." zei ik zonder kennis. Simone vroeg of ik iets wilde eten of drinken, maar ik had geen trek. Omdat de pijn erger werd en niet zakte liep ik naar de woonkamer en zei dat ik misschien wel een dokter zou moeten bellen. De ogen van Conny keken angstig. 'Misschien heb je wel een hartinfarct.'

"Ben je gek, een hartinfarct. Ik sport mijn leven lang al."

"Ja, maar je vader is er aan overleden en wie weet heeft Conny gelijk. Het kan erfelijk zijn." zei Simone met paniek in haar ogen, houding en vooral in haar stem. Maar ontkende ik de waarheid. Wilde ik de waarheid onder het tafelkleed schuiven? Wilde ik de werkelijkheid niet zien, horen en voelen? Waarom wilde ik geen waarheidsvinding?

Mijn vader was 6 jaar geleden gestorven aan een hartinfarct. Ondanks dat mijn vader jarenlang een hartpatiënt was, had ik me niet verdiept in de symptomen van een hartinfarct. Conny bleef aandringen dat ik naar de huisartsenpost, de HAP zou moeten. De pijn op mijn borst, in mijn schouders, armen en kaken groeiden. Conny vertelde dat haar ex-man jaren geleden ook een hartinfarct had gehad met dezelfde klachten. Wat kon ik doen met deze kennis? Vragen als Waar komt het nu op aan en Waar doe ik wijs aan gleden door mijn hoofd. Ik ging weer even op bed liggen, maar na een poosje hield ik het niet meer vol. Met mijn hand op mijn borst en kreunend stond ik op en schuifelde naar de woonkamer. Simone pakte mijn winterjas van de kapstok. Ik had geen keuze of ik maakte geen keuze, terwijl alles wat je doet of niet doet ook een keuze is, men kiest altijd, ook door niet te handelen. Simone trok de voordeur met een harde knal dicht.

We liepen snel de trap af. Gehaast opende Simone de deur van haar auto. Haar hand trilde. Conny stapte achterin. Ik zat zuchtend en kreunend voorin. Simone gaf veel gas. "Breng eerst Conny maar naar haar huis."

"Ben je belazerd?" Nou dat zou pas veel later de waarheid gaan worden "Geen paniek, wat maakt die 5 minuten nu nog uit." zei ik onwetend. Simone zat tussen onze meningen in. Bij het huis van Conny namen we afscheid. Simone reed bijna plankgas de straat uit. Het was rustig op de weg. Simone scheurde hard door het centrum en reed zelfs door het oranje stoplicht, die net op rood sprong. Dit was niets voor haar, ze hield zich altijd perfect aan regels en zeker aan de verkeersregels. Ik noemde Simone als bijnaam 'Koppie' en zei: "Koppie, ik betaal de bekeuring wel." Simone knikte zonder mij aan te kijken. Het liep goed af. Bij het ziekenhuis parkeerde zij de auto vlakbij de hoofdingang. Bij de huisartsenpost was de wachtkamer vol. De dokter kwam snel de wachtkamer binnen en ze vroeg of ik mee wilde gaan. Beelden van mijn vader. Kleine spreekkamer. Snelle vragen. De aantrekkelijke vrouwelijke arts met lang donker haar en een slank lichaam vroeg of het leek alsof er een olifant op mijn borst drukte. "Nee. Het brandt", zei ik. De arts spoot een pepermunt smakende vloeistof onder mijn tong. De pijn bleef. Nog 2 spuitjes. Paniek. Simone pakte mijn hand. Ik kneep terug. De arts stond op. Simone en ik lieten onze handen los en keken angstig in elkaars ogen. De arts liep met snelle grote voetstappen door

een lange gang. Simone en ik volgden haar. Klein kamertje. Wit gordijn open, dicht, open. Koude vloeistof op mijn borst. Ronde plakkers op mijn schouders en borst. Infuus in mijn linkerhand. Blauwe band om mijn biceps. Bloed in buisje. Een verpleegkundige verliet het kamertje. Het gordijn schoof dicht. Simone en ik zochten wanhopig steun bij elkaar.

"Liefje, ik hou van je."

"Ik ook van jou, Koppie." Er was een week voor ik in het ziekenhuis was opgenomen al iets vreemds gebeurd in mijn flat. Ik lag op bed, het was dacht ik een uur of twaalf en op de stille parkeerplaats onder mijn slaapkamerraam riep een zware mannenstem "Koppie, Koppie, Koppie"

Het witte gordijn van de onderzoekskamer schoof opzij. Er kwam een cardioloog binnen en zei na wat omleidingen: "Ik heb uw ECG bekeken en uw bloedonderzoek gezien. Op de ECG zie ik een afwijking en er zitten enzymen in uw bloed."

"Enzymen?" vroeg ik. Wat bedoelt u?" Ik had net een cursus orthomoleculaire voedingstherapie gevolgd en kende de term enzymen als verteringsenzymen die in je maag voorkomen. De arts schraapte zijn keel. "U hebt een hartinfarct, u moet direct met de ambulance naar Nieuwegein gebracht worden om zo spoedig mogelijk gedotterd te worden."

"Een hartinfarct? Echt? Weet u dit echt zeker?" Waarom stelde ik deze vreemde vraag? Was deze vraag een uiterste ultieme stuiptrekking van een bijna dode om de waarheid niet toe te laten? Verwachtte ik: "Nee, hoor grapje meneer K. Kleed u maar aan." Het leek alsof ik achter elkaar in een vliegensvlug tempo drie jointjes met diepe halen zonder een pauze had opgerookt, maar toch niet knetter stoned of high was geworden. Simone en ik hielden elkaar wanhopig vast. De vreemde roes leek op een nachtmerrie, waar ik stevig in wakker was geschud en waar ik bij schrok dat de fantasie geen droom was. Mijn wereld leek plotseling eindig. De eerste keer zag ik mijn naderende dood recht in zijn ogen. Alles wat belangrijk was leek weg te vallen. Alsof in een soort geestelijk verruimende stemming, geen onverschilligheid mij een scherp besef gaf dat je druk maken over voorvallen en dingen in het leven bij nader inzien eigenlijk totaal zinloos waren geweest. Alsof ik nu meer spiritueel was. Twee broeders van de ambulancedienst liepen met een brancard het kamertje binnen en bonden me vast. Simone kustte me en aaide door mijn haar en liep met tranen in haar ogen het kamertje uit. Als in een dwangbuis merkte ik niets meer te kunnen doen dan stil te hopen, maar zonder te bidden. Ongelovig reed ik het ziekenhuis uit. Simone zei tegen de broeders die niet uit een klooster kwamen, dat ze wel met haar eigen auto naar Nieuwegein zou komen en eerst mijn moeder en broers zou gaan bellen. Toen de brancard de ambulance in werd gereden zei ik tegen Simone: "Maak je maar geen zorgen, alles komt goed." Ze kreeg een glaasje water van een verpleegster. De roes zorgde dat het beeld me niet gek maakte en mijn gedachte dat ik haar voor het laatst zou kunnen zien kon dragen. Wat dat ook betekende. Wat was dragen of was het verdragen? Met toeters en bellen scheurde de ambulance het ziekenhuis uit. Bang om dood te gaan was ik niet, wel was ik bang om het leven te moeten verlaten. De ambulance scheurde door Stad X en iets later over de snelweg. De broeder spoot oxazepam in mijn infuus. Ik werd toch meer doodsbang, maar dacht ook dat ik nu in goede handen was. Op zich een gedachte die nergens op gebaseerd was, elk moment kon mijn hartinfarct overgaan in een hartstilstand. Hoe was het mogelijk? Scheurend met een hartinfarct over de snelweg en niet gillend gek worden? De ambulance reed op de linkerbaan en passeerde Woerden. In die plaats had ik van mijn twaalfde tot mijn tweeëndertigste jaar gewoond. Ik wilde dit aan de

broeder vertellen maar in deze diepste impasse en doodsangst zweeg ik. Wat viel er nog voor zinvolle dingen te zeggen? Het idee een hartinfarct te hebben en mogelijk te overlijden, drong nog steeds niet volledig tot me door. Werkte de benzodiazepine al? Tegen Simone zei ik immers al bij ons afscheid in het ziekenhuis: "Alles komt goed." Goed dat in de menselijke geest de ontsnappingsmogelijkheid voor de realiteit bestond. De pijn op mijn borst werd sterker. Toen mijn ogen dichtvielen keek het lieve gezichtje van Koppie mij aan. Wat hield ik ongelooflijk veel van haar. Samenwonen was ons nooit gelukt, maar ze bleef een goede vriendin. Niet alleen een goede, maar tegelijkertijd ook de enige en de beste. Ze was mijn tegenpool, bijna altijd was ze rustig, beheerst en vooral vriendelijk. Ik kon wel eens blaffen, maar bijten deed ik niet.

Bij Utrecht sloeg de ambulance rechtsaf en minderde wat vaart. In het Antoniusziekenhuis vloog de deur van de ambulance open. In een koude operatiekamer stelde een man zich voor als interventiecardioloog. Een verpleegster kleepte me uit en schoor me kaal. Alles leek onwerkelijk. Het scheren gaf geen prettige bijwerking. Een verpleegkundige legde allerlei attributen op een tafel. Ze trok een groene operatiejas over me heen. Het onbehaaglijke naakte gevoel verdween en werd overgenomen door grotere angsten. De cardioloog legde uit dat mijn kransslagader was dichtgeslibd en dat hij via een sneetje in mijn lies een ballonnetje door mijn aderen naar mijn kransslagader zou gaan brengen, om vervolgens bij het dichtgeslibde bloedvat het ballonnetje op te blazen. Het bloedvat zou dan open gaan. Mijn hart zou weer voldoende zuurstof krijgen en niet meer afsterven. Ik luisterde naar de mooie, lelijke verwarrende woorden, maar hoorde ze nauwelijks. Ik zei tegen de interventiecardioloog dat ik wist wat dotteren was en vertelde over mijn vader en dat hij na jaren met hartproblemen en na diverse hartinfarcten was overleden. De cardioloog legde uit dat hartinfarcten door aderverkalking vaak erfelijk was. Ik sloot mijn ogen en gleed in een rustige berusting. Bijna als in een overgave zonder verzet. Alsof het besef won van de angst. Mijn verzet vertelde aan mij: "Geef je maar over. Berust maar Hendrik. Leg je er maar bij neer. Je kunt niets veranderen. Accepteer het maar." Als een soort onthechting aan alle zekerheden of schijnzekerheden die het leven heette. Ik wist wel dat dotteren een risico was, omdat de stent die door je bloedvat wordt vervoerd bloedingen kan veroorzaken. "Hebt u wel eens cocaïne gebruikt?" vroeg de cardioloog. Ik opende verschrikt mijn ogen en vertelde met een lichte schaamte dat ik inderdaad in mijn jeugd wel eens cocaïne had gerookt. Alleen voor de ervaring, maar daar ben ik niet mee doorgedaan. Probeerde de arts mij een schuldgevoel aan te praten? Terwijl hij zojuist suggereerde dat de erfelijkheid waarschijnlijk de aanleg voor de aderverkalking zou zijn? Jaren terug was er een nieuwe visie in de psychiatrie ontstaan dat ADHD mogelijk ook bij volwassenen zou kunnen horen en omdat ik soms druk kon ratelen, slikte ik kort Ritalin. Ik heb die troep maar een poosje gebruikt, omdat het een vorm van amfetamine was. Bovendien herkende ik geen ADHD-stoornis bij mezelf en welk mens was niet weleens druk in het drukke leven? Ik noemde de werkzame stof en wilde indruk maken. Als ik zou sterven, dan maar als een intelligent mens. Maar alsof het intelligent was om een moeilijke naam van een werkzame stof van Ritalin uit te kunnen spreken? Alsof dat nog van enige waarde was? Wat kon die arts het nu schelen of ik wel of niet intelligent zou zijn? Wat was intelligentie eigenlijk? Een moeilijk woord voordat je mogelijk je laatste adem uitblies roepen tegen een volstrekt vreemde man in een witte jurk? Hij wilde mij redden van de naderende dood. Niets doen en grove nalatigheid zou nu fataal worden. De computer maakte piepende

geluiden. "Ja. Ritalin is slecht." zei de cardioloog als een soort tussen interventie. Ik knikte. De cardioloog knikte en vertelde dat veel medicijnen in de psychiatrie kunnen bijdragen aan een hartinfarct. Ik keek naar de monitor en zag mijn hart sneller bewegen. Het leek op een wonder, misschien toch wel een wonder van God?

"Dokter, wilt u mij bij mijn lies verdoven?"

"Ik ben al bij uw hart." Dat leek snel, maar de pijn op mijn borst werd groter. Ik sloot mijn ogen, openden ze, keek naar de monitor en sloot mijn ogen een lange tijd. Hoe lang zou mijn hart nog bewegen en pompen? Hoelang zou het duren voordat de stent mijn bloedvat had geopend? Zweefde ik werkelijk op de rand van mijn bestaan? Had ik nog wel bestaansrecht? De cardioloog deed zijn routineklus. Plotseling verdween de pijn op mijn borst. De dotteringreep was voorbij en was geslaagd. Het ballonnetje had de kransslagader geopend. De ballon was nu een feestballon. Supergeluk stroomde van top naar mijn tenen en weer terug. De beste interventie ooit was een feit, alsof ik in een klap in de hemel op aarde terecht was gekomen. Dat de hel hierna zou komen wist ik gelukkig nog niet.

De euforische feeststemming zakte langzaam weg, omdat het besef dat ik een hartpatiënt was geworden groeide. Net zoals mijn ouders. De grote blijdschap en het verdriet mengden zich met elkaar, alsof een nacht en een dag elkaar in schemer ontmoetten. Van topsportman naar hartpatiënt. Hoe zag mijn toekomst er nu uit? De cardioloog vertelde dat een deel van mijn hart door het zuurstoftekort was afgestorven en dat dit langzaam een litteken zou gaan worden. Mijn hart had een mindere pompfunctie gekregen door het afsterven. Op de intensive care van het Antonius ziekenhuis vertelde ik aan een verpleegkundige dat ik een vechter was, een doorzetter, die in een schemergebied eerder de dag dan de nacht probeerde te zien. De zuster verdween en in de stilte en in het alleen zijn hilde ik intens van geluk en verdriet. Flarden uit mijn leven dreven als samenvattende grijze en witte wolkjes in mijn hoofd. Het leek op een soort evaluatie met een terugblik op mijn leven, terwijl ik me meer dan ooit te voren realiseerde wat voor doodsangsten mijn overleden vader moest hebben meegemaakt. Waren dingen en voorvallen in het leven niet alleen echt in leefbaar indien je het zelf had meegemaakt? Een verpleegster vroeg: "Hoe gaat het, wilt u wat drinken?" Op welke vraag wilde ik reageren? "Doet u maar een appelsap, laat ik gezond mijn nieuwe leven beginnen, maar hoe gaat het vroeg u. Ja, wat zal ik zeggen." Er viel een stilte die lang en kort was. De verpleegster luisterde stil en vertelde veel. "Ik ben blij te leven, maar ik ben wel een hartpatiënt geworden." zei ik met trillende stem, terwijl ik mijn hoofd optilde in een automatische reflex om de verpleegster beter te kunnen zien. "Dat begrijp ik, maar blijft u plat liggen." Ze klonk begripvol.

De tijd leek langzaam vooruit te kruipen. Plat liggend, bewegingsloos vol nieuw leven en halfdood van de ervaring, wat verdoofd en onwerkelijk, alsof ik niet zelf plat in bed lag met slangetjes aan de monitor staarde ik zonder wat te zien naar het plafond. Het was als een keerpunt tussen mijn vorige en mijn nieuwe leven. Alsof alles in een totale nieuwe betekenis en context was gekomen. Nog te vroeg om op te staan en verder te leven, nagenietend van de succesvolle interventie, wachtend op de volgende stappen in mijn (op)nieuwe leven. Op de gang klonken voetstappen, medicijnkarretjes, vage gesprekken en op sommige momenten hoorde ik de stilte van het ziekenhuis. Later zouden enkele mensen willen dat ik kruipend en bijna onzichtbaar verder zou gaan leven.

Opeens klonk de lieve vertrouwde stem van Simone, terwijl het witte gordijn rondom mijn bed opzij werd geschoven. "Hoi liefje."

"He Koppie". Riep ik blij. Simone straalde van geluk. Haar gezicht was wit van moeheid en van de spanning, maar haar lach was hartverwarmend, bijna hartverscheurend, doordat ik beseftte hoe veel verdriet ze had gehad als ze mij nu dood in bed zou hebben gezien. We omhelsden elkaar. Kusten elkaar. Lachten naar elkaar. Lieten elkaar los. Spraken wat zinnnetjes. Omarmden elkaar weer, alsof we elkaar nooit meer leken los te gaan laten. Onze handen zochten elkaar en we genoten en fluisterden opgeluchte zinnen.

Later in die nacht schoof het witte gordijn opzij. Twee ambulancebroeders brachten mij naar Stad X. Koppie kwam er met haar auto achteraan. Op weg naar mijn flatdrama. Op weg naar de hel. Naar de ontmoeting met de duivel, die christen was. Op de intensive care in Stad X vroeg ik aan een verpleegkundige om Seroquel, een medicijn die ik al jaren slikte. Iemand bij wie vermeende 'Borderline' is vastgesteld, zoals ze bij mij hadden gedaan, heeft wisselende stemmingen, zeggen ze. Seroquel dempt wisselende stemmingen en was tevens een sterk slaapmiddel. Maar wat was eigenlijk precies een stemmingsstoornis? Was dit wel een stoornis? Welk mens had geen wisselende stemmingen? Door Seroquel had ik vaak helemaal geen stemming meer, alle emoties waren afgevlakt. Noemde men niet te snel in de psychiatrie alles een stoornis, ziek of gek? Mijn zelfbeeld en zelfvertrouwen waren hierdoor vernietigd. Maar was dat wel de waarheid? Of zegt het meer over beelden die psychiaters tijdens hun opleiding moesten slikken? De psychiatrie was geen wetenschap met objectief waarneembare feiten. Een mens was toch subjectief en constant in verandering? Kenmerken van bijvoorbeeld een Borderliner waren vaag. Wat was bijvoorbeeld impulsief gedrag? Wat was het wezenlijke verschil tussen spontaniteit en impulsiviteit? Eerst doen en dan denken, niet eerst tot tien tellen, had ik vaak gehoord als ik deze vraag aan een zielenknijper stelde, maar klopte dit wel? Konden mensen überhaupt handelen zonder eerst te denken? Een ander kenmerk van Borderliners was dat ze moeite hadden met relaties. Een op de twee of drie mensen gaan scheiden, had niet bijna heel Nederland dus moeite met relaties? Veel relaties lopen stuk, vriendschappen lopen via facebook. Wat is gek? Ik zal u vast iets verklappen, lees mijn boek tot het eind en dan weet u het antwoord zeker niet meer. De intensieve en zorgzame verpleegkundige vroeg naar de hoogte van mijn dosering Seroquel. De hoogte werd direct drastisch verlaagd, omdat Seroquel de slechte LDL cholesterol had verhoogd, een van de hoofdoorzaken van hartinfarcten. Evenals een hoge bloeddruk. Wat vaak voorkwam uit stress. De factor stress, een mogelijke oorzaak voor hartinfarcten, zou in mijn flat schrikbarend gaan stijgen door een onmenswaardig en heel vies spel. In mijn flat had ik nog nooit overlast of problemen veroorzaakt of gehad, maar de toekomst zou de rust en mijn woongenot zeer ernstig gaan schaden. Sommige mensen zouden hierdoor al een hartinfarct kunnen krijgen.

Vuilnizak