

A photograph of a brick building facade. The upper part shows three windows with blue frames. The lower part shows a ground-floor entrance with a woman in a white top and red skirt standing near a bicycle. The text 'ACHTER DE VOOR DEUR' is overlaid on the right side of the image in a white, outlined font on black rectangular backgrounds.

ACHTER

DE

VOOR

DEUR

**Over kwetsbaarheid en (over)leven
in de grote stad**

Fenneke Wekker



ACHTER

DE

VOOR

DEUR

**Over kwetsbaarheid en (over)leven
in de grote stad**
Fenneke Wekker

© 2020, FENNEKE WEKKER

Dit boekje is tot stand gekomen dankzij financiële steun van
Stichting Actief Burgerschap en
het Ben Sajet Centrum, Amsterdam

omslagontwerp en typografie binnenwerk
Arjan Braaksma, Burobraak visual identity & social design, Amsterdam

omslagbeeld en fotografie
Dorothee Meddens, Maddance Productions

correcties
Ineke Wekker

drukwerk
Walburg Pers, Zutphen



**Stichting Actief
Burgerschap**

Voor al diegenen
die een wereld hebben overwonnen
wanneer zij hun huis uitkomen.

INLEIDING

Naast mij woont een vrouw die gilt. Ik heb haar nooit gesproken, maar toch heb ik het idee dat ik haar ken. Ze gilt vooral 's ochtends, in de kamer die grenst aan mijn slaapkamer. Ze gilt tegen haar kinderen dat het 'kutkinderen' zijn. Dat ze op moeten staan en moeten luisteren. Ze krijgt dat ze op moeten houden, op moeten houden, op moeten houden. De kinderen hoor ik bijna nooit.

Mijn buurvrouw en haar kinderen, het zijn er drie, wonen in een vooroorlogs Amsterdams appartement van 60 m². De muren zijn dun en als ik in de badkamer sta is het alsof de buurvrouw rechtstreeks in mijn oor schreeuwt. Soms zie ik de kinderen vanuit mijn raam hand in hand naar school lopen. Het zusje houdt haar broertjes stevig vast. Een andere keer zie ik de buurvrouw behoedzaam het plein oversteken met een grote boodschappentas. Ze is duidelijk bang. Ik heb een keer de kinderbescherming gebeld toen ik de buurvrouw wild tekeer hoorde gaan tegen haar kinderen. Ik werd direct doorverbonden met het team Zorg en Veiligheid. Het gezin bleek bekend te staan bij de gemeente als 'kwetsbaar'. Ze zouden voor de zekerheid het wijkteam, bestaande uit de buurtregisseur, een maatschappelijk werker en iemand van jeugdzorg, naar het gezin sturen om een kijkje te nemen.

Na mijn telefoongesprek met het team Zorg en Veiligheid had ik buikpijn. Ik vroeg me af waarom 'zorg' en 'veiligheid' eigenlijk in één team verenigd moesten zijn. Waarom meteen de politie op iemand afsturen als iemand duidelijk zorg nodig heeft? Waarom 'kwetsbare bewoners' meteen in het daglicht van onveiligheid, of misschien zelfs criminaliteit, plaatsen? Ik voelde me diep schuldig, alsof ik mijn bange boze buurvrouw aangegeven had. Maar toch, ik maakte me ook zorgen om de veiligheid van de kinderen. Vooral werd ik door het telefoongesprek geconfronteerd met mijn onwil om zélf naar de buurvrouw te gaan en te vragen of het

HET CREDO

IS DAT

NIEMAND

ZICH MET

IEMAND

ANDERS

BEMOEIT

wel goed met haar en de kinderen ging. Ik stuurde blijkbaar liever een politieagent en zorgprofessionals op haar af. Had ik geen boodschappen voor haar kunnen doen? Of af en toe met de kinderen mee naar school kunnen lopen? Dan was het misschien al beter met ze gegaan en had ik het team Zorg en Veiligheid niet hoeven bellen.

Na drie dagen aandachtig luisteren of ik iets van verandering hoorde aan de andere kant van de muur, realiseerde ik me vooral dat ik mijn buurvrouw eigenlijk helemaal niet ken, ook al hoor ik veel. Ik heb geen idee wat de buurvrouw nodig heeft, wat er omgaat in haar hoofd. Ik zou niet weten wat voor hulp ik haar zou kunnen bieden en of ze überhaupt vindt dat ze hulp nodig heeft. Wat weet ik eigenlijk van 'kwetsbare bewoners'?

Tegenwoordig lijkt het iets beter te gaan. Ik hoor de buurvrouw soms lachen, ik hoor de kinderen af en toe spelen en laatst hoorde ik de jongste zelfs luidkeels zingen in de badkamer. Zou het bezoek van het wijkteam zijn vruchten hebben afgeworpen? Ik houd mezelf voor dat mijn telefoontje niet voor niets geweest is.

In wat volgt vertel ik de verhalen van tien zogenoemde kwetsbare Amsterdammers die ik ontmoet heb tijdens mijn promotieonderzoek. Gefascineerd als ik ben door het (over)leven in de stad, de anonimiteit, de veelzijdigheid en de individuele vrijheid van stadsbewoners, was ik benieuwd naar hoe mensen zich redden die eigenlijk extra zorg en ondersteuning nodig hebben. Nu de overheid zich steeds meer terugtrekt, de zorg grotendeels is vermarkt en gemeenten met te kleine budgetten teveel brandjes moeten blussen, vroeg ik me af wat er gebeurt met kwetsbare bewoners. Zij kunnen niet langer vanzelfsprekend een beroep doen op gesubsidieerde professionele zorg zoals in de hoogtijdagen van de welvaartsstaat. Voor dagelijkse ondersteuning zijn zij afhankelijk geworden van een eigen sociaal netwerk. Maar wat doe je als je, net als mijn buurvrouw, er alleen voor staat met drie kinderen en de burens je wel horen maar niet willen helpen? Of wat als je bang bent voor mensen of niet weet hoe je contact

moet leggen? Hoe overleef je dan in de stad waar het credo is dat niemand zich met iemand anders bemoeit?

Twee jaar lang heb ik verschillende mensen gevolgd die al meer dan een half jaar op de wachtlijst stonden voor een Buddy-programma bij een viertal maatschappelijke organisaties in Amsterdam. Via zo'n programma kun je een vrijwillige 'vriend' toegewezen krijgen. Buddy's hebben vaak zelf een zware periode doorleefd en weten hoe het is om dagelijks tegen muren op te lopen. Die gemene deler wekt vertrouwen. De mensen die zich opgeven om een buddy te krijgen voelen zich over het algemeen erg eenzaam en verlangen diep naar sociaal contact. Tegelijkertijd is het aangaan van sociale relaties voor hen vaak lastig, door nare ervaringen in het verleden of simpelweg door de onmogelijkheid om relaties aan te kunnen gaan. In afwachting van hun vrijwillige vriend of vriendin lieten ze mij toe in hun leven, vertelden ze mij hun verhalen en leerde ik hoe sterk en weerbaar kwetsbare bewoners zijn.

Leven met verstandelijke beperkingen, psychiatrische problemen, een verslaving, diepe schulden of huiselijk geweld vraagt om een bovenmenselijke kracht, doorzettingsvermogen en een olifantshuid. Ik heb gezien hoeveel moed en zelfdiscipline het van hen vergt om op te staan, zich aan te kleden, de straat op te gaan, voor zichzelf te zorgen en soms ook nog de verantwoordelijkheid voor kinderen, een partner of een ouder te dragen. Ik vroeg mij af: ben ik hier niet eigenlijk de kwetsbare bewoner? Als ik maar de helft van de problemen en dagelijkse obstakels zou hebben die deze mensen op hun weg tegenkomen, zou ik mij waarschijnlijk niet op die manier staande kunnen houden. Als zogenaamd weerbaar persoon heb ik eigenlijk nauwelijks geleerd om te moeten vechten om te overleven.

Mijn ontmoetingen met de Amsterdammers in dit boekje hebben me laten zien dat het begrip 'kwetsbare bewoner' eigenlijk maar vreemd is en vooral niet de lading dekt van hoe deze mensen leven en zich voelen. Zij hebben mij doen beseffen dat 'normale mensen' (en nu gebruik ik de term waarmee de meesten van hen mensen zonder

IK VROEG
MIJ AF:
BEN IK
HIER NIET
EIGENLIJK
DE KWETSBBARE
BEWONER?

chronische problemen aanduiden) in hun ogen vaak oppervlakkig zijn, vaak op je neerkijken, geen idee hebben van wat jij meemaakt en overlopen van vooroordelen. Kortom, normale mensen kun je beter vermijden als je hulp en ondersteuning nodig hebt. Op de sterke schouders van andere 'kwetsbare' bewoners durfden zij eerder te leunen.

In wat volgt neem ik je mee op mijn tocht door Amsterdam. We zullen portieken inlopen, trappenhuizen beklimmen en achter voordeuren komen die doorgaans niet makkelijk opengaan voor 'normale mensen' zoals jij en ik. We zullen kennismaken met Henny, die met zijn IQ van 78 niet in aanmerking komt voor een woongroep voor verstandelijk beperkten, maar zich in zijn eentje thuis soms af en toe geen raad weet; Alice, die haar HBO-studie in de zorg afrondt en niemand verteld heeft over de psychoses die zij en haar beide ouders hebben; Chitra die met een list haar gewelddadige man wist te ontvluchten en nu voor niemand meer bang is; met Bert die dakloos werd en alles kwijtraakte, maar nu toch weer een eigen flat heeft waar hij zijn zoontje in het weekend kan ontvangen; Martin die het zonder de voedselbank niet gered had en nu bijna uit de schuldsanering is; met Ronja die haar kind geleerd heeft niemand te vertrouwen en zich voor het eerst volledig 'in charge' voelt; Benjamin die als puber na de dood van zijn moeder alleen tussen haar spullen en herinneringen achterbleef; met Kaspar die zichzelf verloor in drugsgebruik nadat zijn vriend en vader bij een auto-ongeluk omkwamen; en met Samantha die zoveel liefde wilde geven dat zij tegen zichzelf beschermd moest worden.

Het is een verslag van mijn zoektocht naar hoe te (over)leven in de stad als kwetsbare bewoner, met als resultaat dat ik contact heb gezocht met mijn buurvrouw. We staan tegenwoordig stil op straat en begroeten elkaar. We vragen elkaar hoe het gaat en ze informeert of ik nog last heb gehad van haar geschreeuw. Haar kinderen vinden het leuk om me af en toe in huis te helpen met klusjes, en ze geven me raadsels op die ik nooit kan oplossen. Ik ben niet weerbaar, de burens zijn niet kwetsbaar. We zijn allemaal stadsbewoners die er in principe alleen voor staan en ons proberen te redden; zo goed en kwaad als dat gaat.



IK WIL

IK KAN EN

IK ZAL

Het is acht uur 's avonds en donker in de Watergraafsmeer op deze regenachtige oktoberavond. Het appartement waar Henny woont lijkt van buitenaf donker. Is hij wel thuis? Ik bel voor de derde keer aan, maar niemand doet de deur open. Ik check nog een keer of dit wel het juiste adres is. Ja, toch wel. En dan opeens zie ik beweging achter de ramen. Een kier tussen de gordijnen laat een streep licht door en ik zie een schaduw bewegen. Ik hoor gestommel achter de deur. 'Wie is daar?' hoor ik. 'Hai Henny, we hebben een afspraak. We hebben elkaar vanmiddag aan de telefoon gesproken. Komt het nog uit dat ik langskom?' Voorzichtig doet Henny de deur open. Een man van rond de vijftig kijkt me verbaasd aan: 'Ik kan me niet herinneren dat wij een afspraak hebben.' Ik vertel hem over ons telefoongesprek, dat ik zijn nummer gekregen had van de organisatie waar hij op de wachtlijst staat voor een buddy-programma. Ik weet niet precies wat 't 'm doet (misschien denkt hij dat ik de buddy ben?), maar Henny laat me binnen. Ik sluit de deur achter me en volg hem de trap op. Hij steunt zwaar op zijn wandelstok bij iedere trede die hij beklimt.

Eenmaal boven in zijn woonkamer wordt duidelijk dat Henny inderdaad geen bezoek had verwacht. Kleren liggen overal verspreid door de kleine ruimte. Hij schuift wat kleren opzij op de bank en verontschuldigt zich dat hij geen betere zitplaats voor me heeft. Zelf gaat hij achter zijn bureau zitten dat vol staat met stapels dvd's en cd's, een groot computerscherm en een aquarium met tientallen kleine, glanzende visjes. Na een korte stilte bedank ik hem dat ik langs mocht komen en vertel opnieuw dat ik onderzoek doe aan de universiteit, maar Henny onderbreekt mij: 'Maakt mij niks uit. Ik vind het gezelschap wel prettig.' Hij lacht breeduit. Henny is charmant. Dat is eigenlijk het eerste dat mij opvalt.

'Sorry als mijn stem een beetje zacht is,' zegt Henny dan, 'ik heb 'm al een tijdje niet meer gebruikt.' Hij pakt zijn agenda en zoekt iets op: 'Twee weken geleden. Toen ben ik gebeld door mijn persoonlijk begeleider. Dus dat is toch alweer even geleden.' Het duizelt me even. Henny heeft twee weken met niemand gesproken. Nu is hij vergeten dat hij vanmiddag nog

IK BEN NET
ALS DAT
JONGETJE
IN DIE FILM
'HOME ALONE'

met mij gesproken heeft aan de telefoon, dus helemaal kan ik hem niet op zijn woord vertrouwen. Maar toch, blijkbaar ervaart hij het alsof hij in de afgelopen tijd alleen maar één keer door zijn persoonlijk begeleider is gebeld. Ik vraag hem of hij ook geen praatje heeft gemaakt met een buurman of buurvrouw.

‘Buren zijn niet te vertrouwen,’ antwoordt Henny, ‘ze doen aardig tegen je en dan maken ze misbruik van je.’ Dat heeft hij al vaak genoeg meegemaakt, zegt hij, dat burens gebruik maken van zijn verstandelijke handicap, dat ze hem dingen laten doen die hij niet wil. ‘Nee, ik hou niet van burens. Ik weet wie ze zijn, ik heb ze wel eens langs zien komen, maar ik praat niet met ze. En ik zou ze zeker nooit toelaten in mijn huis. Laat ze eerst maar bewijzen dat ik waardig ben.’

Hoe Henny praat, de woorden die hij gebruikt raken me. Ik zie die burens al voor me, vriendelijk naar hem knikkend op straat, terwijl Henny wel beter weet: jullie vinden mij niks waard, jullie zijn voor geen cent te vertrouwen. ‘En je familie?’ vraag ik. ‘Mijn familie is gek,’ zegt Henny, ‘daar heb ik geen contact meer mee. Ik heb alleen twee vrienden maar die wonen in Frankrijk.’

Henny is dus altijd alleen. ‘Ik ben net als dat jongetje in die film *Home Alone*, ken je die?’ lacht hij. Ik lach met hem mee en vraag wat hij dan de hele dag doet, home alone. ‘Ik heb vijfduizend dvd’s,’ vertelt Henny, ‘en ik heb ze allemaal gezien. Maar als je vijfduizend films tienduizend keer hebt gezien, dan komen de muren wel op je af. Dan weet je echt niet meer waar je met jezelf naartoe moet. Op dat soort dagen voel je je wel een soort Remi... Ken je dat verhaal?’ De beelden die hij gebruikt, van het jongetje in *Home Alone*, van Remi uit *Alleen op de Wereld*, zo voelt deze 53-jarige man zich dus: als een jongetje dat achtergelaten en vergeten is door zijn familie. ‘Tja, en als dat 365 dagen per jaar duurt, dan wordt dat wel een beetje vervelend.’ Hij lacht, maar niet meer echt van harte.

Wat ook niet helpt, vertelt Henny verder, is dat hij van huis uit nooit geleerd heeft hoe hij contact moet leggen. ‘Mijn ouders zijn gebroken met hun families toen ik jong was. Daardoor moesten we de hele tijd verhuizen van de ene plek naar de andere. Ik heb dus nooit familie gehad, door mijn ouders. En mijn zussen, die zijn *gebrainwasht* door mijn ouders en die haten mij en verafschuwen mij, of hoe heet zoiets. Die heb ik ook al veertig jaar niet meer gezien.’ Henny legt uit dat hij op zijn twaalfde uit huis is geplaatst: ‘Ik wilde niet meer thuis wonen, en mijn ouders wilden niet meer voor mij zorgen.’ Hij ging van kindertehuis naar kindertehuis en maakte nooit met iemand contact. Pas toen hij op zijn vijftiende bij lieve pleegouders terecht kwam heeft hij zich voor het eerst ergens thuis gevoeld. Zijn pleegouders zijn nog steeds zijn enige twee vrienden, al wonen ze al jaren in Frankrijk. ‘Soms komen ze langs, dan rijden ze naar Nederland om hun eigen kinderen te bezoeken. En dan komen ze ook even langs bij hun oudste kind, dat ben ik dan.’ Henny straalt als hij het zegt.

Henny zou nu ook het liefste weer in een gezinsvervangend tehuis wonen, ‘maar ik heb te hoge cijfers, ik heb cijfers van 78,’ legt hij me uit. Ik moet even puzzelen. Moet je cijfers halen om in een gezinsvervangend tehuis te wonen? Bedoelt hij dat hij te oud is voor een pleeggezin? Ik snap pas na enige tijd dat hij het over zijn IQ heeft: zijn IQ van 78 is te hoog om in een woongroep te mogen wonen met andere mensen met verstandelijke beperkingen. Steeds komt hij terug op die cijfers, dat hij dan misschien wel 78 heeft, maar nooit geleerd heeft om contact te maken. Dus wat moet je dan alleen thuis? ‘Ik wil gewoon in zo’n groep wonen. Want kijk, nu met jou, als mensen met mij beginnen te praten dan lukt het wel. Maar voor mij om initiatief te nemen is ongelooflijk moeilijk. Om over dat eerste moment heen te komen. Als ik bijvoorbeeld in een park zit met mensen om me heen... ik zou nooit als eerste beginnen te praten. En daarom is het altijd stil om mij heen.’

Met zijn persoonlijk begeleider heeft hij afgesproken dat hij binnenkort met een basiscursus Sociale Vaardigheden gaat beginnen. Hij vindt het

BUREN

ZIJN NIET TE

VERTROUWEN

erg spannend, maar hij vindt dat het moet, 'zodat ik kan leren om contact te maken. Ik heb dat gewoon niet geleerd in mijn jeugd. En als je eenmaal 53 bent, dan is het veel moeilijker om dingen te leren die je eigenlijk van je ouders had moeten leren.' Er is ook nog een andere motivatie om de cursus te gaan volgen: hij wil een vriendin. Maar als je met niemand een praatje durft te maken wordt dat heel moeilijk. Hij vertelt dat hij bij de dagbesteding een leuke vrouw heeft ontmoet. Zij heeft tegen hem gezegd dat hij een gezellige man is. 'Maar uiteindelijk gaat ze niet met me mee naar huis. Want ze heeft al iemand'. Henny zucht en ziet er plotseling volkomen verslagen uit. 'En daarom wil ik dus graag een naaktkat,' zegt Henny. Hij maakt het gebaar alsof hij iemand – of iets – stevig omhelst. 'Naaktkatten hebben het altijd koud en daarom zijn ze heel aanhalig.' Ik vraag aan hem wat hem tegenhoudt om een naaktkat te nemen. 'Dat kan niet. Stel dat ik dan iemand tegenkom en ik wil een keer weg, dan is de kat alleen thuis. Die kan zichzelf niet te eten geven. En dan zou ik dus een buurman of zo moeten vragen om voor mijn kat te zorgen. En burens zijn niet te vertrouwen.' Ik knik. Tussen deze logica is geen speld te krijgen.

Het is al laat en ik maak aanstalten om weg te gaan. Ik mag nog wel eens terugkomen als ik wil, zegt Henny, hij vindt het fijn om te praten. En hij moet oefenen, want volgende maand gaat hij met die cursus beginnen. Ik zeg dat ik graag nog eens terugkom.

Als ik in het vroege voorjaar weer voor zijn deur sta, zie ik dat de gordijnen voor zijn raam open geschoven zijn. Maar dat niet alleen, er hangt een grote zelfgemaakte poster voor zijn raam. Met rode stift is er een groot hart op getekend. In dat hart staat in blokletters geschreven: Ja, ik wil, ik kan en ik zal!

Of hij mij herkent van de vorige keer kan ik niet zeggen. Henny laat mij enigszins onbewogen binnen, alsof dit bezoekje nu eenmaal moet gebeuren. Maar boven in zijn kamer pakt hij naadloos de draad op waar we in oktober gebleven waren. 'Ik heb nu een nieuwe stoel, daar kun je zitten,' wijst hij mij. 'Wil je wat drinken?' Ik ben een beetje verbaasd door zijn

sociaal wenselijke gedrag, van de vorige keer kan ik mij niet herinneren dat hij mij zo als bezoek behandelde. Zijn bank is opgeruimd, er liggen nergens hopen kleren zoals de eerste keer. Hij heeft mij dit keer duidelijk verwacht. ‘En kijk eens in die tas,’ Henny wijst naar een rugzak die achter mij staat, ‘maak maar open.’ Er steekt een grote rode map uit. ‘Dit?’ vraag ik. ‘Die mag je zo bekijken, eerst die envelop die daar bovenop ligt. Haal het er maar uit.’ Uit de envelop haal ik een papier van mooie kwaliteit. In krullende letters staat erop gedrukt: Henny Steenhuizen. Geslaagd voor de basiscursus Sociale Vaardigheden 1. Zijn docent heeft er een persoonlijke boodschap onder geschreven: ‘Goed gedaan, Henny. Je bent een leuke, gezellige man. Het is leuk om met je te praten. En nu doorgaan met oefenen!’ ‘En in die rode map,’ wijst Henny, ‘daar zit het lesmateriaal voor Sociale Vaardigheden 2. Ik heb me meteen opgegeven. Ik ga nu door.’ Zijn ogen glimmen. Er is iets gebeurd. Henny is gaan geloven dat hij het kan, en hij wil en hij zal.



ALLEEN

MAAR

ZIEKE

MENSEN

Alice is heel duidelijk aan de telefoon. Ze wil niet dat ik naar haar huis kom, dat is háár plek, maar ze wil wel met me afspreken in een openbare ruimte. Het wordt de Openbare Bibliotheek in Amsterdam. Als ik binnenkom kijk ik eigenlijk over haar heen. Ik kan me niet voorstellen dat die zelfverzekerde stem aan de telefoon bij die jonge, onzekere ogende vrouw op dat bankje past. ‘Volgens mij zoek je mij,’ zegt ze, als ik iets verderop opzichtig ga staan wachten en rondkijken of ik iemand zie die Alice kan zijn. We groeten elkaar hartelijk en ik put mij uit in verontschuldigheden.

De eerste keer dat ik Alice ontmoet, daar in de bieb, gebeurt er eigenlijk weinig. Ze geeft korte antwoorden, het liefst met ja en nee, hoezeer ik ook probeer mijn vragen open te stellen. Na een kwartier weet ik niet meer wat ik moet vragen en weet zij duidelijk niet meer wat ze moet zeggen. Wel weet ik nu dat ze 25 jaar is – al had ik haar 17 geschat – en dat ze sinds kort via een instantie voor dak- en thuisloze jongeren een zelfstandige woning toegewezen heeft gekregen. Ook heeft ze laten doorschemeren dat ze kampt met psychiatrische problematiek en dat ze nu een buddy heeft gekregen via een maatschappelijke organisatie, met wie ze al één keer heeft afgesproken. Dat was goed bevallen. Ze heeft verder geen vrienden, dus zo’n buddy van haar eigen leeftijd is wel fijn. Verder studeert ze aan de Hogeschool van Amsterdam, een studie in de zorg omdat ze zieke mensen wil helpen. ‘Ik ben zelf opgegroeid in een omgeving met alleen maar zieke mensen, zeg maar. Dus ik weet hoe belangrijk goede zorg is.’ Er valt een diepe stilte en ik voel aan alles dat het klaar is. Dat ze geen behoefte heeft het gesprek verder voort te zetten. Ik vraag Alice voorzichtig of ik haar misschien nog een andere keer mag bellen om verder te praten. Dat vindt ze goed, zolang het in een openbare ruimte is.

Ik ben enigszins huiverig om Alice weer te bellen. Ik wil me niet opdringen en heb die eerste keer de indruk gekregen dat ze echt niet op al mijn vragen zit te wachten. Maar Alice fascineert me. Ze komt zo sterk over, zo zelfbewust. En ze heeft duidelijk heel veel meegemaakt. Ik ben simpelweg ontzettend nieuwsgierig naar haar verhaal. Ik wacht een half

jaar voor ik haar weer durf te bellen. Gelukkig weet ze nog wie ik ben en vindt ze het goed om weer met me af te spreken. En nog belangrijker, ze zegt dat ze haar verhaal wel wil vertellen. ‘Niemand weet dit van mij,’ zegt ze, ‘en ik moet leren er gewoon over te praten.’

Een paar dagen later zitten we in de stationsrestauratie. Ik bestel voor ons wat te eten en drinken en zie meteen dat ik een andere Alice tegenover me heb dan de vorige keer. Ze is ontspannener, vrolijker en opener. ‘Ik ben inmiddels alweer 26,’ zegt ze opgewekt. ‘En mijn studie gaat me makkelijk af, dus ik verwacht volgend jaar met goeie cijfers mijn diploma te innen.’ Ze lacht tevreden. ‘Ik heb ook nooit een herkansing hoeven maken in de hele opleiding. Dat komt omdat het vak dicht bij mezelf ligt. Omdat ik opgegroeid ben in een omgeving met alleen maar zieke mensen en dat heb ik allemaal aan moeten zien. En uiteindelijk ben ik zelf ook ziek geworden. Dus ik weet hoe belangrijk dit vak is, en ik vind het ook heel leuk om te weten hoe het allemaal zit en ook om contact te hebben met patiënten.’

Vergeleken met ons eerste gesprek is Alice nu een spraakwaterval. Ik vraag haar of ze iets wil vertellen over de ziekte die ze heeft. Er valt even een stilte voor ze begint. ‘Mijn ouders zijn nog steeds ziek. Ze hebben een psychiatrische aandoening. Mijn broer en zus hebben het gelukkig niet, voor zover het bekend is. Maar mijn ouders wel, die zijn heel erg ziek. Ze hebben elkaar ontmoet in de psychiatrische kliniek, toen werden ze verliefd en kregen ze mij. Dus al sinds mijn geboorte... dat is gewoon heel heftig. Ik heb eigenlijk mezelf moeten opvoeden, daar komt het op neer. En ook voor mijn broertje en zusje moeten zorgen omdat ik de oudste ben. Mijn moeder kon niet voor ons zorgen, die was vaak niet stabiel. Dat kon opeens omslaan. Ze hoorde stemmen en dan hoorden wij het geschreeuw. Dat maakt een kind toch wel angstig. Dat was heel moeilijk. En mijn vader die was meer de hort op, om weg te zijn van de situatie. Die liet mijn moeder dan achter met ons. Het interesseerde hem blijkbaar ook niet, of het was te moeilijk. Ik weet het niet.’ Het valt me op dat Alice nog steeds niets gezegd heeft over haar eigen ziekte. ‘En jij? Hoe merkte jij dat je ziek was?’

‘Ja, nou, toen ik het zelf kreeg herkende ik het niet. Ik wist niet wat het was. Ik zat toen in de examenperiode van de havo, dus ik had heel veel stress, en toen... Ja, toen flipte ik ‘m eigenlijk. Ik wilde uit het raam springen. Ik was helemaal in mijn eigen wereld. Maar ik wist niet dat dat een ziekte was. Ik wist tot op dat moment ook niet dat mijn ouders ziek waren. Ik dacht dat ze gewoon zo waren, dat dit de normaalste zaak was. Pas op mijn 18e kwam mijn bewustzijn op gang dat mijn ouders heel erg ziek zijn. En dat ik last van hetzelfde had.’

Ik hoef niets meer te zeggen, niets meer te vragen, alleen maar te luisteren. Alice wil praten. Ze wil me alles vertellen en ze zegt een paar keer dat het haar op een bepaalde manier oplucht om het gewoon maar eens uit te spreken.

‘Ik hoorde stemmen en kreeg hallucinaties. Mijn moeder heeft de ambulance gebeld en toen werd ik opgenomen. Zes maanden heb ik in die inrichting gezeten, en ze vonden dat ik best wel heel snel herstelde. Het was heftig, maar ik heb toen de draad weer opgepakt. Toen ik terugkwam bij mijn moeder beseftte ik me wel dat het goed mis was. Want mijn moeder zat met dezelfde problemen. Ik ben dus ook meteen weer helemaal teruggevallen, omdat ik er geen afstand van kon nemen. Het was heel beangstigend, omdat je geestelijk niet veilig bent bij je ouders. Zij hebben geen ziektebesef. Dus zij vallen steeds terug. En ze willen het ook niet accepteren. Ze willen er niks van weten, ‘ik ben gewoon gezond’. Het zijn net twee kleine kinderen, vind ik. Ja, echt, het is heel erg. Toen ik weer thuis woonde heb ik in korte tijd nog drie psychoses gehad. Ik kwam steeds weer in de crisisopvang terecht. Dus het was voor mij heel belangrijk om op mezelf te gaan wonen. En om niet ook nog te hoeven zorgen voor mijn broertje en zusje, die waren nu al wat ouder en die moesten nu hun eigen boontjes maar doppen, dacht ik.’

De serveerder komt langs en vraagt of alles nog naar wens is. Ik zie dat Alice haar eten en drinken nog niet heeft aangeraakt. Ze is volledig opgegaan in haar verhaal. We bedanken de serveerder en Alice neemt

ZE

WILLEN MIJ

LOSLATEN

OMDAT HET

ZO GOED

MET ME

GAAT

even de tijd om een paar happen van haar salade met gerookte zalm en een slok van haar cola te nemen. Zoals ze tegenover me zit is ze zo groot en zo klein tegelijk. Ze beweegt zich sierlijk en zelfbewust, maar haar ogen stralen een kwetsbaarheid uit die ik niet vaak gezien heb – behalve dan bij jonge, wat onzekere kinderen.

‘Ja,’ zucht Alice opeens, ‘zelfstandig gaan wonen was echt een verandering voor mij, een verandering naar positiviteit. Het zal nu veel beter met mij gaan in de toekomst, daar geloof ik echt in.’ Ze eet weer wat en ik zie dat ze geëmotioneerd raakt. Het slikken valt haar moeilijk. ‘Ik ga vaak bij mijn ouders langs, om te zien hoe het met ze gaat. Mijn vader die was vijf maanden geleden ook weer opgenomen. Toen ging ik ‘m opzoeken, want ik ben zijn contactpersoon. Ik word dan gebeld door de dokter om over zijn situatie te praten. Dus dat is ook weer een beetje belastend. Het lukt wel steeds beter om er afstand van te nemen nadat ik daar geweest ben, maar er komt altijd weer een soort verdriet boven.’ Alice begint nu te huilen. Ze zit helemaal stil, haar vork bewegingsloos in haar hand, tranen over haar wangen. ‘Sorry,’ zegt ze. Ik schud mijn hoofd, geen sorry zeggen voor je verdriet. ‘Het is zo erg dat ze nooit beter worden, door dat besef dat ontbreekt,’ snikt ze. ‘Maar ik kan ze toch ook niet laten vallen? Het zijn toch je ouders.’

‘En jij, Alice, krijg jij wel genoeg begeleiding? Wie zorgt er voor jou?’ vraag ik. ‘Nou, ik heb wel begeleiding, maar ze willen mij loslaten...’ ze begint nog harder te huilen, ‘omdat het zo goed met me gaat. Ik heb wel gevraagd of ik nog mag blijven, maar ze weten het niet.’ ‘Zijn er verder geen mensen in je omgeving die je kunnen ondersteunen?’ Ik begin zelf een lichte paniek te voelen, dit meisje heeft ondersteuning nodig, maar wie geeft het haar? Moet ik niet iets doen? Iets anders dan alleen maar vragen stellen? ‘Van mijn zusje en broertje krijg ik wel steun, want die kennen het. Maar verder niet. Niemand weet dit ook van mij. Zeker niet de mensen van mijn opleiding, dat zijn hele kinderachtige mensen. Die vertrouw ik niet. Het zijn mensen die toch wel weinig mee hebben gemaakt en heel veroordelend zijn. En het helpt ook om er niet over te

praten. Ik vind het ook wel prettig.’ Ik vraag naar haar buddy, de jonge vrouw die ze een half jaar geleden een keer ontmoet had. ‘Die heb ik sindsdien niet meer gezien, omdat ik het zo druk heb. En zij heeft ook zo haar... dingetjes.’

Er valt een stilte. Alice is duidelijk moe. Ik begrijp wat ze bedoelt met dat het prettig is om niet over pijnlijke zaken te spreken. Het rakelt alle emoties op, het doet pijn en is dodelijk vermoeiend. Net als bij onze eerste ontmoeting zie ik dat Alice zich sluit. Ze wil niet meer. Het is genoeg geweest. Ik reken af en vraag haar of ze het niet te zwaar vond om er over te praten. Ze schudt haar hoofd en zegt dat het juist goed voelt. Maar dat er alleen zo’n verdriet naar boven komt. We nemen afscheid en ik vraag of ik haar mag omhelzen. Ze omarmt me even heel stevig, dan laat ze los en loopt ze snel weg.

Het is de laatste keer dat ik haar gezien of gesproken heb. Alice reageerde niet meer op mijn berichten en telefoontjes. Het is genoeg geweest. Alice is daarin heel duidelijk.



ALS

JE IN

HET

VUUR

STAAT

De eerste ontmoeting met Chitra is omgeven door geheimzinnigheid. Ze woont in een beschermd appartement van het Blijf Van Mijn Lijf Huis en mag niemand zomaar binnenlaten. Ze wil mij eerst kunnen observeren voor ze zal besluiten of ze met mij wil afspreken of niet. Ergens in de stad moet ik op een bruggetje gaan staan. Ik weet dat Chitra vanachter een raam, verstopt achter een boom, of zittend tussen de mensen bij de bushalte naar mij kijkt. Hoe moet je gaan staan om vertrouwen te wekken? Ik weet het niet. Ik kies ervoor om mij eenvoudigweg zo open mogelijk bloot te stellen aan een onzichtbare kritische blik, in de hoop dat er zo direct iemand op mij af stapt.

Het duurt in mijn beleving lang, heel lang dat ik daar zo sta. Ik geef het al bijna op als er een erg mooie, jonge vrouw met een grote glimlach naar me toe loopt. Zonder aarzeling omhelst ze me. ‘Je bent welkom,’ zegt ze, ‘in mijn huis en in mijn leven.’ Wat ik heb gedaan om dit plotselinge warme welkom te verdienen zal ik nooit weten, maar ik heb duidelijk de test doorstaan: ik ben te vertrouwen.

Chitra neemt me mee naar haar appartement in een hoog flatgebouw. Vanaf de straatkant is haar huis niet te zien, haar enige raam kijkt uit op de besloten binnentuin aan de achterkant van het pand. De woonkamer van het appartement is leeg, op een stoel en een poefje na. Een sinaasappelkistje op zijn kant doet dienst als kastje, met daarin een paar boeken, schriften en een foto van een mooie vrouw die sprekend op Chitra lijkt. ‘Dat is mijn moeder,’ zegt ze terwijl ze mijn blik nauwlettend volgt, ‘mijn grote voorbeeld.’ Ze maakt thee voor ons en er zijn koekjes. We gaan zitten, ik mag in de stoel, zij op de poef. Chitra legt uit dat ze moe is, dat ze gisteravond laat thuisgekomen is van een zware dag: ze is onder politiebegeleiding haar laatste spullen, haar kleren en haar paspoort op gaan halen bij haar ex-man. Ze heeft de afgelopen dagen slecht geslapen door de spanning en daarbij is slapeeloosheid ook één van de bijwerkingen van de antidepressiva die ze slikt. Ik vraag haar of het dan wel uitkomt dat ik er nu ben, of ze niet liever wil rusten. ‘Nee, ik ben blij dat je er bent, ik verheugde me op je komst. Ik ken verder nog weinig mensen in deze stad.’

Het verhaal dat Chitra mij die dag vertelde heeft mij nog een tijdlang achtervolgt; het is ontegenzeggelijk de nachtmerrie van iedere vrouw.

Na de dood van haar moeder, die haar man verloren was terwijl ze in verwachting was van haar eerste en enige kind, kwam Chitra alleen te staan. Ze was op dat moment 23 jaar en had net haar tweede master aan de universiteit afgerond. Getalenteerd als ze is had ze een beurs gekregen voor een promotietraject waar ze in september aan zou beginnen. Maar nu, na de dood van haar moeder die haar altijd gemotiveerd had, gesteund had en geleerd had dat ze alles kon wat ze maar wilde, nu durfde Chitra niet meer. Ze voelde zich eenzaam en ontredderd zonder haar moeder. De broer van een vriendin ontfermde zich over haar. Ze kenden elkaar nog van vroeger en Jay was lief, voorzichtig en intelligent. Na een jaar aftasten vroeg hij haar ten huwelijk en zij zei volmondig ja. Ze trok bij hem in huis in het oosten van het land.

‘Toen ik aankwam in zijn huis schrok ik. Hij bleek helemaal geen spullen te hebben, geen meubels, geen vloerbedekking. Er lag een matras op de grond, dat was ons bed. Ik zei tegen hem: “Je zei dat je hier al jaren woont, waarom heb je dan geen spullen?” Hij legde uit dat hij als student niet goed kon rondkomen van zijn studiebeurs. Ik zei: “Maar Jay, als je studeert aan de universiteit, waar zijn dan je boeken? Waar is je diploma?” Langzamerhand begreep ik dat alles één grote leugen was geweest. Hij had helemaal geen opleiding, geen werk, alleen een uitkering. Ik had wat geld geërfd van mijn moeder, en hij wilde simpelweg het geld hebben. “Chitra, jij moet meubels kopen, jij moet de huur betalen, jij moet een bed kopen.” Ik moest kopen, kopen, kopen.’ Chitra kijkt me opeens recht in mijn ogen aan, warm, bijna liefdevol. ‘Je thee wordt koud,’ zegt ze, ‘zal ik nog een beetje warm bijschenken?’ Ik knik en neem de bijgevolde dampende kop thee dankbaar aan.

‘Op een dag zei ik tegen hem dat ik opnieuw wilde proberen een beurs te krijgen om te promoveren, dat ik weer terug wilde naar de universiteit. Dat was het moment dat deze man zijn ware gezicht begon te tonen.

ALS IK JE

VERMOORD

ZAL NIEMAND

HET MERKEN

Hij begon me pijn te doen, me op te sluiten in huis.' Ze checkt mijn reactie. Ik moet er enigszins geschrokken uit hebben gezien. 'Het spijt me, het spijt me zo dat ik het moet zeggen, maar het is de waarheid, hij begon me te verkrachten. Ik smeekte hem om lief voor me te zijn en zei dat ik dit niet wilde op deze manier. "Ik ben geen beest," zei ik, "je wilt van alles met me doen, maar ik kan niet alles accepteren." Ik verzette me, ik weigerde. Uiteindelijk begon hij de meest vreselijke dingen tegen me te zeggen: "Je bent een wees, je hebt geen familie. Als ik je vermoord zal niemand het merken. Dus als je wilt eten in mijn huis, dan moet je seks met me hebben. Als je naar buiten wilt, eerst seks. Als je een nieuwe jurk nodig hebt, dan moet je eerst seks met me hebben."

'Oh mijn God,' zeg ik alleen maar. Dit gesprek is anders dan alle andere gesprekken die ik tot nu toe heb gehad. Ik stel geen vragen, ik heb geen controle. Chitra neemt *mij* mee in háár leven, in haar verhaal en ik volg haar enigszins reddeloos.

'Negen maanden lang heb ik met die man in een huis gewoond. Het was vreselijk. Het deed pijn. Mijn lichaam begon reacties te vertonen. Mijn borsten waren bont en blauw. "Dat is mijn stempel op jouw lichaam," zei hij, "want je bent lelijk. Ik haat jouw lichaam en jouw gezicht." Op een dag werden we uitgenodigd door een ouder echtpaar, dat bevriend was met Jays familie. Die vrouw leek op mijn moeder, ik wilde het liefst mama tegen haar zeggen. Ze vroeg of ik bij haar in de keuken kwam en ze vroeg: "Chitra, gaat het wel goed met je? Je ziet er zo verdrietig uit. Waarom is je gezicht zo donker, waarom straal je niet?" Ik zei: "Omdat mijn leven niet goed is. Ik mag niet studeren, ik mag niemand ontmoeten, ik mag het huis niet uit." Ik vertelde haar zoveel mogelijk. Op een gegeven moment die avond, alleen de herinnering doet al pijn... We zaten in de woonkamer, ik, die vrouw, haar man en Jay. Plotseling stond Jay op en greep me bij mijn arm: "Sta op, we moeten naar huis. Ik wil naar huis." De vrouw zei: "Maar Jay, ik heb een diner voor jullie klaargemaakt. We gaan zo eten." "Nee, we komen een andere keer terug". Ik vroeg wat er aan de hand was, waarom we opeens moesten vertrekken. Hij trok nog

een keer aan mijn arm, “Kom, kom met me mee!” De vrouw stond op en begon op Jay in te praten: “Wat heeft dit te betekenen? Waarom doe je dit?” Toen zei hij dat ik een hoer was, hij gaf me een klap ik mijn gezicht en riep tegen mij: “Ik wil seks hebben. Ik wil seks hebben!”

Er valt een stilte. Ik weet niet wat ik moet zeggen. ‘Die schaamte...’ vervolgt Chitra, ‘Ik schaamde me zo diep, dat ik begon te huilen. Hij schreeuwde tegen mij dat ik een hoer was, en dat ik een wees ben. En, “ik kan je zo vermoorden!” Achteraf, nu, ben ik heel blij dat dit gebeurd is bij die mensen thuis. Want zij hebben op dat moment de politie gebeld. Maar hij heeft toen mijn telefoon en mijn tas afgepakt en is gevluht. De politie kwam en daarna ben ik een paar dagen bij dat echtpaar gebleven. Ze zeiden tegen mij: “Chitra, je hebt talent, je bent intelligent, je hebt gestudeerd, waarom accepteert je dit van hem?” Ik antwoordde dat ik helemaal alleen was, dat ik geen familie meer had, dat ik niet wist waar ik anders heen moest. Amal, de oudere man, zei dat hij met Jay zou gaan praten. Hij kende hem al sinds hij een kind was en hij zou hem eens flink toespreken. “Dan kun je weer bij hem gaan wonen,” zei Amal. En zo ging het. Ik ging weer terug nadat Amal met Jay gesproken had, maar alles begon weer van voren af aan. Ik dacht: ik heb er zelf voor gekozen om met deze man te trouwen, niemand heeft mij ertoe gedwongen. Ik moet het accepteren, ik heb het over mezelf afgeroepen.’

Aan de ene kant ben ik verbijsterd door deze gedachtegang en aan de andere kant begrijp ik het volkomen: door jezelf verantwoordelijk te maken voor de gewelddadige situatie waarin je verkeert lijkt het een keuze, alsof je nog iets van controle over je eigen leven hebt. Maar, en dat zei Chitra weloverwogen: ‘Ik ben uiteindelijk gaan zien dat ik de situatie daarmee ook eigenlijk in stand hield en mezelf door te blijven geweld aandeed.’

De redding kwam van het oudere echtpaar, dat dagelijks contact met Chitra onderhield en informeerde hoe het met haar ging. Ze vertrouwde de man en vrouw toe dat ze weg moest uit dit huis, dat nog langer blijven

haar dood zou worden. Die middag heeft Amal Jay gebeld met de vraag of Chitra zijn vrouw de volgende ochtend zou kunnen begeleiden naar de gynaecoloog. Jay stemde goddank toe en de volgende dag verliet Chitra met een klein tasje het huis, stapte in de auto bij Amal en zijn vrouw die haar vervolgens direct naar het politiebureau brachten.

‘Vanaf dat moment is alles in een stroomversnelling geraakt,’ zegt Chitra. ‘Ik heb alles verteld op het bureau en gehuild, gehuild, gehuild. Ik zal de reactie van de politieagent nooit vergeten. Het was een man, een hele grote man. Omdat ik zo moest huilen kwam hij naar me toe en hij omhelsde mij: “Luister, jij bent mijn zuster, je bent hier veilig. Maak je geen zorgen, we gaan ervoor zorgen dat die man jou nooit meer met één vinger aanraakt.” Die woorden zal ik nooit vergeten. Ik ben naar een Blijf Van Mijn Lijf Huis gebracht in deze stad, daar moest ik binnen blijven. Via hen ben ik aan een advocaat gekomen en heb ik mijn aangifte kunnen afronden. Ook heb ik via hen mijn scheiding in werking gezet. En ik heb er hele goede vrienden gemaakt.’ ‘En nu woon je hier, op jezelf, hoe bevalt dat?’ klinkt mijn wat onbeholpen vraag.

‘Ik ben een nieuw leven begonnen,’ antwoordt Chitra. ‘Eerst dacht ik, nu ben ik weer helemaal alleen. Maar ik heb tegen mezelf gezegd: je bent heel bang geweest en je hebt een hele verkeerde beslissing gemaakt door met die man te trouwen, maar nu krijg je een nieuwe kans. Je kunt nerveus blijven, je kunt binnen blijven, je kunt huilen, of je kunt proberen een nieuw leven op te bouwen. Alles gaat heel langzaam, als een baby op handen en knieën. Maar ik ben begonnen met leven. Ik heb me aangemeld bij verschillende organisaties. Ik studeer in de bibliotheek. En ik ben begonnen mijn verhaal op te schrijven. Waar ik vandaan kom zeggen we dat je alleen kunt begrijpen wat vuur is als je zelf in het vuur hebt gestaan. Vanaf een afstand gezien kan het vuur er lekker warm en zelfs geriefelijk uitzien. Maar als je er in staat, dan weet je hoe verzengend het is. Ik heb in het vuur gestaan en ik weet dat veel andere vrouwen ook in dat vuur staan. Daarom, als mijn verhaal één vrouw, al is het er maar één, de kracht

en het vertrouwen kan geven om uit die situatie te komen, dan zou dat al prachtig zijn.’

We omhelzen elkaar stevig bij het afscheid. Chitra zegt dat ik altijd langs mag komen. Ik ben zwaar overweldigd door deze vrouw, door haar kracht, schoonheid en het afschuwelijke verhaal dat ze zo weloverwogen met me heeft gedeeld. Ik ontmoet haar daarna nog een keer of drie en ze vertelt me dat ze aan het solliciteren is op een promotieplek aan de universiteit. Een andere keer vertrouwt ze me toe dat ze verliefd is geworden op haar huisarts, en hij op haar. De laatste keer dat ik haar ga opzoeken kom ik bij haar in haar nieuwe appartement; een fijne, lichte ruimte – mét meubels, vloerbedekking en een flinke boekenkast – en grote ramen aan de straatkant. Ik lees haar het verhaal voor dat ik tot dan toe over haar geschreven heb. Ze knikt glimlachend als ik klaar ben. Een stilte valt. Dan zegt ze bedachtzaam: ‘Ik kan me nauwelijks meer voorstellen dat ik dezelfde persoon ben als de vrouw die in die situatie zat.’ Ik vraag of ze niet nog steeds bang is dat Jay haar komt zoeken, dat hij haar weer iets aan zal doen. Ze lacht en schudt hartelijk haar hoofd. ‘Nee,’ zegt ze, ‘ik heb medelijden met hem. Hij heeft een tijdje in de gevangenis gezeten en door die scheiding is hij alles kwijtgeraakt. Hij is tegenwoordig banger voor mij dan ik voor hem. Als ik hem nu hiervoor op straat zou zien, zou ik hem groeten en weer naar binnen lopen. Hij kan mij niks meer maken.’

Ik drink mijn thee op en het valt me zwaar afscheid te nemen. Voor Chitra is het duidelijk de laatste keer dat we elkaar zien, het verhaal is rond, zegt ze. En dat is ook zo. ‘Oh,’ zegt ze nog voordat ik definitief vertrek, ‘ik heb die promotieplek gekregen! Over een paar jaar ben ik doctor Chitra Manuputty!’ Ze zwaait me stralend na voor haar grote open ramen, totdat ik de straat uit ben.

JE KUNT

BINNEN

BLIJVEN

OF JE KUNT

PROBEREN

EEN NIEUW

LEVEN

OP TE

BOUWEN



NATUUR

LIJK

WAS

IK

NIET

VER

SLAAFD

‘Ik ben eigenlijk mijn hele leven opgegroeid en werkzaam geweest in de horeca,’ zegt Bert terwijl hij in zijn koffie roert. ‘Mijn ouders hadden een klein familiehotel en ik heb tien jaar mijn eigen café gehad.’ We zitten in een rumoerige Amsterdamse kroeg en Bert zit er alsof hij zelf de manager is. Aan de telefoon had hij mij al laten weten dat het geen zin had om naar hem toe te komen, want hij was op het moment dakloos. Hij logeerde tijdelijk bij zijn moeder. Dus beter om ergens in een café af te spreken.

Bert begint met zeggen dat hij een echte Amsterdammer is, 100%, en dat hij er dus geen doekjes om windt. En inderdaad, we zitten nog geen anderhalve minuut tegenover elkaar aan het tafeltje met Perzisch kleedje, of Bert zegt: ‘Nou, de kern van dit hele verhaal is dat ik, door altijd in de horeca werkzaam te zijn, achteraf gezien veel te veel dronk. En natuurlijk was ik niet verslaafd en ‘dat hoort erbij’ en dat soort smoezen. Maar terugkijkend heeft mijn drankgebruik mijn leven nogal in negatieve zin beïnvloed.’ Bert is twee keer getrouwd geweest en twee keer gescheiden, en heeft met zijn exen drie zoons, waarvan de oudste eind twintig en de jongste bijna tien jaar is.

‘Op een gegeven moment is mijn eh... alcoholprobleem eigenlijk in een stroomversnelling geraakt.’ Het is alsof Bert het nog steeds moeilijk vindt om over zichzelf als alcoholist te praten. ‘Op dat moment besepte ik niet dat ik verslaafd was. Kijk, ik was al gestopt met mijn eigen café en ik was vrienden geworden met de nieuwe eigenaar. Dus ik zat daar nog vaak. In mijn oude café heb ik toen een vrouwtje leren kennen. Ze had net een scheiding achter de rug, en ik ook. We werden verliefd en zij had nooit een kind gehad, want haar man bleek onvruchtbaar te zijn. Ik had zelf al twee zoons, dus ik was niet onvruchtbaar. Duidelijk?’ Bert lacht smakelijk. ‘Zij wilde graag een kind. Ja, en vrouwen kunnen heel overtuigend zijn. Dus getrouwd en niet lang daarna werd Mark geboren. Als ik terugkijk ging ons huwelijk vanaf dat moment minder goed.’ Bert is een geboren verteller, zoveel is duidelijk. Ik hang aan zijn lippen en kom nauwelijks aan mijn eigen koffie verkeerd toe. ‘Zij, Elsa, had een hele goeie baan bij een groot bedrijf. En omdat zij zoveel weg moest werd ik huisvader.

IK WIL

NIET MEER

LEVEN

MAAR

IK KAN

OOK NIET

DOOD

Dus ik besloot niet actief naar werk te zoeken. Ik vond het wel prima. Ik had een uitkerinkje, zij verdiende goed geld, dus samen lukte het prima. Nou, ik ben dus twee jaar huisvader geweest, ik deed de boodschappen, zorgde voor alles, blablabla.' Een donkere blik verschijnt in de ogen van Bert. 'Maar dat was niet goed voor ome Bert. Want ome Bert voelde zich eigenlijk... Als iedereen naar werk was en naar school, dan zat ik thuis. En dan zat ik daar met mijn biertje op de bank. En ja, op een gegeven moment wilde Elsa ook niet meer met mij getrouwd zijn. En nou kom ik eigenlijk op het relevante stuk van het verhaal...' Bert neemt een grote slok van zijn koffie en zet zijn lege kopje met een klap neer op tafel.

'Dus ik had geen werk, en Elsa wilde niet meer dat ik in dat huis woonde. En mijn zoontje bleef bij mama, want dat was natuurlijk veel prettiger voor hem. Dus papa had een woning nodig, maar papa had geen werk en papa had eigenlijk helemaal niks. Dus papa zag het helemaal niet meer zitten. Papa liep met hele zware zelfmoordplannen rond. Ik liep de hele dag te peinzen over hoe ik dat nou op een zo humaan mogelijke manier kon doen zonder anderen met de last op te zadelen. Want als ik voor een trein spring, dan is die treinmachinist getraumatiseerd voor z'n leven. Dat soort dingen gingen door me heen. En ondertussen zat ik dan in het park op een bankje, dapper met een biertje in mijn hand zoals gebruikelijk.

Maar op een gegeven moment kwam gelukkig het besef van: ik heb drie zoons, en ik heb nog een moeder. Hoe zouden zij het vinden als ik er een eind aan maakte? Toen kwam gelukkig mijn gezonde verstand in me boven. Ik ben naar het meest dichtstbijzijnde ziekenhuis gelopen en ik heb bij de receptie gezegd: "Ik wil niet meer leven, maar ik kan ook niet dood." Toen gingen daar alle alarmbellen af en ik werd direct opgenomen in de crisisopvang. Maar ze konden me eigenlijk pas echt helpen als ik nuchter was. En vanaf dat moment is mijn hele leven veranderd, ten voordele. Ik had niets meer te verliezen en ik dacht: ik heb genoeg gelogen over mijn alcoholgebruik, het stiekeme drinken. Ik denk, ik ga met de billen bloot en ik ga me inschrijven bij de Jellinek kliniek. Ik heb

gewoon 40 jaar lang elke dag gedronken. In de kliniek heb ik geleerd dat ik wel degelijk verslaafd ben en ook dat dat nooit meer over gaat. Ik ben zo ontzettend blij dat ik die stap genomen heb. Ik heb er ook geleerd: maak het niet groter dan het is, hou het klein, elke nuchtere dag is een dag. En ik leerde dat als ik één biertje ga drinken dat dat al teveel is. Ik heb toen voor mezelf besloten om die deur helemaal dicht te doen. Want ik heb me nog nooit zo goed gevoeld en ik wil absoluut dat ene biertje *niet* drinken!' 'Vind je het dan niet moeilijk om nu in een café af te spreken en zo dicht bij die tap te zitten?' vraag ik. 'Nee,' antwoord Bert resoluut, 'ik ben mezelf gaan uitdagen, ik ben juist in cafés en restaurants gaan zitten, maar het doet mij niks meer. Want ik ben er klaar mee. Ik hoef alleen maar te denken aan wat een verschrikkelijk walgelijk mens ik eigenlijk was. Ik wil nooit meer zo worden.'

'En nu woon je tijdelijk bij je moeder?' vraag ik. 'Nou, officieel niet, als de gemeente het weet dan verliest zij haar huurtoeslag. Dus ik sta als briefadres ingeschreven bij mijn zus, zodat ik toch mijn uitkerinkje nog kan ontvangen. Nee, wat de gemeente betreft lig ik op een bankje in het park. Maar mijn moeder laat mij daar niet liggen. Die zegt, "ik heb die kamer toch vrij staan, kom gewoon hier."

Ondanks dat Bert zich nu beter voelt dan ooit tevoren is het niet eenvoudig om zijn leven weer op de rit te krijgen. Omdat zijn cv alleen uit horeca-ervaring bestaat is hij door de arts van de Jellinek kliniek 100% afgekeurd voor werk in zijn eigen vakgebied: 'Dat is de kat op het spek binden,' had de arts terecht gezegd. Bert moet zich dus laten omscholen en met zijn 60 jaar nog aan de slag gaan in een nieuwe branche. In de bijstand wil hij absoluut niet terecht komen, 'dan ben je echt in de aap gelogeerd,' zegt Bert. Via een re-integratietraject van het UWV is Bert zich nu aan het oriënteren op wat hij kan en leuk vindt om te doen. Maar de onzekerheid over zijn toekomst speelt hem af en toe wel parten. 'Daarom heb ik wel een noodplan. Want ik ben niet achterlijk. Je hoort verhalen van mensen die na tien jaar nog terugvallen. Daar wil ik me tegen wapenen. Daarom heb ik me aangemeld bij een buddy-

IK BEN NIET ACHTERLIJK

programma van de verslavingszorg. Ik ben door hun *gematcht* aan een hele aardige jongen. Hij heeft het eigenlijk nog zwaarder gehad dan ik om af te kicken, en hij heeft veel ups en downs. Maar we zijn hele goeie vrienden geworden.' Bert legt uit dat zo'n buddy-programma te vergelijken is met diepzeeduiken. 'Dat heb ik jaren gedaan. Dan ging je altijd met een buddy aan een lijntje vast naar beneden, want mocht één van de twee in nood zijn, dan kun je mekaar helpen om weer boven te komen. En dat is precies wat Jarrod is voor mij. En ik hoop ik ook voor hem. We hebben een hele, hele fijne band.'

Ik heb uitgesteld om naar zijn zoontje Mark te vragen, die bij zijn moeder is blijven wonen. Maar nu Bert weer iets opgewekter klinkt durf ik: 'En je jongste zoon? Zie je die nog?' Plotseling opent zijn hele gezicht. Bert lijkt letterlijk tien jaar jonger. 'Ja, en hij is helemaal dol met mij. Eigenlijk heeft hij nu pas een papa.' Bert bezoekt Mark nu regelmatig thuis bij zijn ex-vrouw – met wie hij volledig op één lijn zit over dat ze Mark zo positief mogelijk door de scheiding willen loodsen. 'Papa doet nu huiswerk met 'm, waar papa nooit geduld voor had. Papa gaat lekker een eind met 'm lopen door het park. Papa gaat met 'm naar disco zwemmen. Papa gaat op woensdag met 'm naar Artis, daar heb ik een abonnement voor. Dus hij heeft papa terug. Dat is zo'n motivatie voor mij om door te zetten, dat wil je niet weten.'

'Heb je nooit dat je weer verlangt naar drank, Bert?' vraag ik voorzichtig. 'Nee, dat is geen optie.' 'Maar komt het niet eens meer in je op?' 'Nee, natuurlijk niet! Wat dan?! Wat bereik je dan?!' 'Nee, ik begrijp het. Maar...,' stamel ik enigszins bedremmeld. 'Nee, drank is geen optie,' zegt Bert duidelijk. 'Geduld is een optie. En acceptatie. Ik kan wel lopen schreeuwen van frustratie, soms wil ik dat echt wel want van binnen, van binnen ben ik heel eenzaam. Maar het heeft geen zin. Ik heb nu zelfreflectie, ik ken mijn positieve en negatieve kanten. Ik heb zoveel eigenwaarde gekregen die ik eigenlijk, als ik terugkijk, mijn hele leven niet heb gehad. En, ik heb empathische gevoelens voor mensen. Dat is nieuw. Ik kan mensen veel beter lezen dan vroeger. Ik kan gewoon aan

een blik zien of iemand daadwerkelijk door mijn verhaal geboeid is of dat ik het kort moet houden. Ik voel dingen. Ik leef weer! En zou ik dan een biertje gaan drinken?! Echt niet!

Bert houdt woord. Hij nodigt me uit als hij een half jaar later een flatje heeft gevonden waar hij kan wonen. Volkomen nuchter, gezond en stralend opent hij de deur en leidt me trots rond door zijn tweekamer-appartement. Hij is ongelooflijk blij, zegt hij, vooral omdat Mark volgend weekend voor het eerst komt logeren. Bert heeft zichzelf terug, of liever gezegd, iemand in zichzelf gevonden die hij nog niet kende. En Mark heeft een papa die voor hem zorgt en betrouwbaar is. Als Bert voor mij een koffie verkeerd en voor zichzelf een zwarte koffie heeft gemaakt en we op zijn balkonnetje in de zon zitten zegt hij zacht: 'Weet je, ik kom er wel. Ik zit boven op m'n berg en ik ben een kasteel aan het bouwen. En elk dingetje dat ik tegenkom is een legoblokje.'



JE HEBT

KANS

DAT IK

EX

PLODEER

Martin zit in kleermakerszit op zijn bank. Zorgvuldig en aandachtig draait hij een joint die hij vervolgens van alle kanten bekijkt. ‘Je hebt er geen last van als ik rook, toch?’ vraagt hij terwijl hij ‘m aansteekt. ‘Nee hoor, dit is jouw huis,’ antwoord ik. Hij knikt tevreden en neemt een diepe haal.

Om het gesprek te openen vraag ik Martin hoe lang hij al in dit appartement woont. Het is feitelijk één grote kamer en-suite, waarvan de voorkant dienst doet als slaapgedeelte. De achterkant is zijn woonkamer waar niets anders staat dan de grote hoekbank waar we nu op zitten. Een kleine keuken en badkamer in de hoek. ‘Ik woon hier net even iets meer dan tien jaar. Toen ging ik weg bij mijn ex. Dat was nogal een rommelige situatie. Maar dat is een scheiding natuurlijk altijd als je samen kinderen hebt.’ Martin legt uit dat hij behoorlijk heeft moeten wennen in zijn nieuwe woning. ‘Ja, we waren bijna tien jaar samen en we hadden twee jonge kinderen, dat gaat je niet in de koude kleren zitten. Je hele toekomstbeeld, je idee van hoe jouw leven er uit zou zien is verdwenen. Dat is confronterend.’ Als ik vraag of hij zijn kinderen nog regelmatig ziet, neemt hij een diepe haal van zijn joint en blaast de rook vervolgens langzaam en geconcentreerd uit.

‘Het is denk ik wel handig om meteen even te zeggen wat mij geneukt heeft,’ zegt Martin gefocust. ‘Ik ben door mijn ex valselijk beschuldigd van misbruik van mijn dochter.’ ‘Oh jee...’ is het enige dat ik weet uit te brengen. ‘En toen werd er een blik ellende opengetrokken dat z’n weerga niet kent. Dan zit je bij de zedenpolitie in het verhoor. Uiteindelijk hebben ze de zaak geseponeerd want er was geen enkel bewijs. Er was ook niks gebeurd. Maar toen had mijn ex zoiets van “volgens mij is het wel zo.” En op die basis moet je dan weer proberen omgang met je kinderen te krijgen. En ondertussen had de politie natuurlijk dat hele onderzoek al naar mij gedaan, dus ze hadden iedereen in de omgeving van mijn dochter al gehoord. School, familie, vrienden, oppas. Iedereen is onderzocht, zonder mijn weten. Niemand heeft mij ook verteld van “hé, ik heb bezoek gekregen van de politie. Die vroegen mij over jou.” Niemand.

K BEGON

EXTREME

PLANNEN

TE SMEDEN

N MIJN

HOOFD

Ik zag ook niemand meer. Snap je? Je bent meteen een persona non grata op zo'n moment. Iedereen is weg. Ik werd geconfronteerd met het feit dat *'you can't trust nobody'*... Op het *moment suprême* zijn ze allemaal weg. Ik ben driekwart van de mensen die ik kende definitief kwijtgeraakt. Waarvan natuurlijk de complete familie van de kant van mijn ex. Die heb ik ook nooit meer gezien.'

Hij zucht diep. 'Ja, daar is aardig wat jaren therapie voor nodig geweest om daar over heen te komen. Op een gegeven moment werd het zo zwaar dat ik hier thuis met nogal gewelddadige gedachten rond begon te lopen. Ik begon extreme plannen te smeden in mijn hoofd. Het volgende huiselijke drama in de media zag ik al voor m'n ogen. Dat is hoe ver het je drijft dit soort materie... En toen hoorde ik een stemmetje dat zei: "Het gaat helemaal niet goed met jou. Je moet naar de huisarts, je kan dit niet alleen." En diezelfde middag zat ik nog bij de crisisdienst.' 'En heb je nooit iets gewelddadigs ondernomen?' vraag ik voorzichtig. 'Nee, die therapie die ik toen kreeg heeft zijn vruchten afgeworpen. Ik heb nooit iets gewelddadigs ondernomen, nee nee.'

Martin is vanaf dat moment gaan vechten om zijn kinderen weer te mogen zien. 'Dat is mijn grote leidraad geweest,' legt hij uit, 'ik wilde ze laten zien dat ik voor ze vecht. Ik heb alle dossiers ook nog van de hele procedure, zodat ze later kunnen terugkijken en kunnen zien: "ja, pa heeft er toch voor gevochten, voor ons." Na een aantal slepende rechtszaken, die hij uiteindelijk allemaal won maar die al met al jaren duurden, kreeg hij eindelijk een omgangsregeling met zijn kinderen. En toen wilde zijn dochter niet meer. 'Kijk, mijn dochter is nu 14, dat is een moeilijke periode. En ze ketst alles wat ik voorstel steeds af, zo van: "nee, ik heb geen zin..."; hij imiteert zijn puberdochter met een zeurderig stemmetje. 'En ik heb daar ook geen zin in. Dan moet ze het zelf ook maar een beetje bekijken. Want het is heel ongezellig met een kind dat gedwongen wordt om mee te gaan. Ze weet waar ik ben, dus als ze me op wil zoeken dan komt ze maar. Mijn zoon komt gelukkig wel regelmatig logeren.'

Martin drukt zijn joint zorgvuldig uit in de asbak en begint de volgende te draaien. Het is even helemaal stil, al zijn aandacht gaat naar het vullen van zijn joint, het likken van de vloei en het draaien van het puntje om 'm aan te steken. Ik begin zelf al licht in mijn hoofd te worden van de wietrook in de kamer en leun zwaar achterover. Hij steekt 'm aan, vraagt of ik ook een trekje wil, ik schud nee. 'Maar ondertussen zat ik natuurlijk wel al zwaar in de depressie en toestanden. Die gebeurtenissen, die beschuldigingen, die hebben een hele grote wissel getrokken op heel veel dingen in mijn leven,' vervolgt hij zijn verhaal. 'En het blowen?' vraag ik. 'Dat is mijn medicijn,' zegt Martin. 'Antidepressiva, daar heb ik een hekel aan, die bijwerkingen vond ik echt ver gaan. Maar blowen houdt mij lekker kalm, lekker rustig. Ik merk ook als ik niet blow, dan ben ik veel makkelijker geagiteerd.' 'Wat gebeurt er dan?' vraag ik. 'Ik heb een paar zwakke plekken. Ik heb een paar knoppen waar je niet op moet drukken, want dan heb je kans dat ik explodeer.' Hij kijkt mij plotse-ling recht in mijn ogen aan. Ik schrik. Zijn zinnen klinken bijna als een dreigement, zo rustig en gedecideerd als Martin ze aan mij voor spelt. Wat als ik op een verkeerde knop druk, een verkeerde vraag stel? Als of hij mijn gedachten leest, voegt hij toe: 'Niet dat ik dan gewelddadig word, hoor, maar dan word ik wél boos. Dus...? Ik val stil, weet even niet hoe verder. Martin blijft ook stil. Het trekken aan zijn joint is het enige hoorbare geluid in de kamer.'

Ik besluit het gesprek even over een andere boeg te gooien. Ik voel me ongemakkelijk bij hem. Martins rustige, beheerste manier van praten lijkt een vulkaan aan emoties te onderdrukken. Ik ben bang om die aan te boren en zoek bewust de oppervlakte op. 'En wat doe je nu zoal de hele dag?' vraag ik luchtig terwijl ik weer rechtop ga zitten. 'Niks. Helemaal niks. Ik zit op de bank en ik blow. Dat vind ik leuk om te doen. En dvd's kijken en blowen vind ik ook leuk.' 'En ontvang je een uitkering, of zo?' 'Nee, want ik heb ontslag genomen bij mijn werk en ik had zoiets van "*fuck-it*, ik heb helemaal geen zin om een uitkering aan te vragen en in die kut-bijstand te zitten," weet je wel?' Ik knik een beetje bedrem-meld. 'Dus ik heb geleefd van dingen die ik verkocht op Marktplaats.'

En ik heb mijn hele leven al ongestempelde postzegels gespaard, ik heb hier zo'n apart bakkie. Dus ik heb al die tijd geleefd van het geld van Marktplaats maar ik hoefde nooit een cent te betalen aan die post. Dus dat was eigenlijk winst. Maar ja, op een gegeven moment, dan zit je met twee maanden huurachterstand. Ik had dus wel wat geld om van te leven, om boodschapjes te doen. Maar ik kon mijn vaste lasten niet betalen. Ik had schulden bij de Postbank, bij de ABN-AMRO, bij de VISA, bij de Rabobank-verzekeringen, bij de ziektekostenverzekering, bij de huur, bij de NUON, bij de UPC, bij de belastingen. En dan nog de alimentatie. Nou, dat kan een gewoon mens niet aan, een individu trekt dat niet.'

Ik kan zien dat de herinnering Martin weer emotioneel raakt. Een donkere schaduw trekt over zijn gezicht. 'De psychologische factor, het idee dat er ieder moment een deurwaarder voor je deur kan staan en beslag kan leggen op alles wat je hebt, dat is wat je het meeste parten gaat spelen. Op een dag stonden ze hier al binnen, met een agent. Ze stonden alles al te noteren wat ik had.' 'Wat heb je toen gedaan?' vraag ik. 'Nou, ik heb één eigenschap en dat is dat als ik onder druk gezet word en ik word in een hoek gezet, nou... dan zul je zien wat ik waard ben. Dan trek ik alles uit de kast. En ik win altijd. Dat doe ik niet op een slechte of agressieve manier ofzo, maar dan begin ik pas echt te vechten. Toen ben ik de straat op gegaan om op de één of andere manier te zorgen dat ik een tientje had zodat ik beltegoed kon kopen, en toen ben ik met de schuldsanering gaan bellen. Dat heeft toen nog zeven jaar geduurd voordat ik daar in kwam.' 'Zeven jaar?!' roep ik verbaasd. 'Ja, ik zeg wel eens, de schuldsanering moet gesaneerd worden. Want zodra iemand zich meldt moet je meteen optreden. Je moet meteen interveniëren en die persoon bij z'n nekvel grijpen en op budgetbeheer zetten, zonder al die tierelantijnen-*shit*.' Hij spuugt zijn woorden bijna uit. 'Nee, het was een puinhoop. Zonder de voedselbank had ik het niet gered.'

Het is inmiddels tijd voor zijn vijfde joint en ik voel mij helemaal niet lekker. Niet alleen door de dikke wietrook die er in de afgesloten ruimte hangt, maar ook omdat ik de hele situatie met Martin in zijn kamer

IK WIL

GEWOON

MET RUST

GELATEN

WORDEN

als benauwend ervaar. 'Als je op de verkeerde knop drukt heb je kans dat ik explodeer,' die zin blijft rondspoken in mijn hoofd en ik merk dat hij me ermee op de kast heeft gekregen. Ook, en dat speelt zeker mee, merk ik dat ik als mee-roker zelf een beetje stoned begin te worden. Het beangstigt me dat ik steeds langzamer reageer en soms niet helemaal niet meer goed weet wat ik moet zeggen of doen. Alsof ik de controle over dit gesprek verlies. Kortom, het wordt tijd om dit gesprek af te ronden en buiten een flinke hoeveelheid frisse lucht in te ademen.

Ik ga weer wat actiever zitten en zeg: 'We moeten het gaan afsluiten, is er nog iets wat je nog echt kwijt wilt?' Het lijkt het startschot voor een nieuw begin. 'Ik wil nog wel zeggen,' zegt Martin, 'dat het vertrouwen in mijn eigen kracht, dat de groei van het vertrouwen in mijn eigen kracht samen is gegaan met het verlies van het vertrouwen in andere mensen. Die klap is heel diep geweest. Want, hoe meer je eigenlijk je vertrouwen verliest in de mensheid om je heen, hoe meer je geconfronteerd wordt met het feit dat je het gewoon allemaal zelf moet doen. Iedere therapie eindigt ook met "ja, ik vind het heel rot voor je, maar je moet het toch zelf doen." En dat is overal hetzelfde. Dus ik heb gezegd, "ik hoef effe geen hulp meer." En dat is de rode draad in mijn leven geworden, ik doe niks meer als ik er niet blij van wordt. Ik wil ook niet meer werken. Ik ben iemand, ik hou van mijn eigen toko en dat heb ik hier thuis. Dit is mijn schip. Hier doe ik alles en ik wil gewoon met rust gelaten worden. En ja, de voedselbank... De voedselbank is fantastisch,' vervolgt hij in één adem. 'Maar dat loopt in september af omdat ik dan uit de schuldsanering ben. Maar wat ik daar geleerd heb is dat je van de buitenkant echt niet kan zien wat iemand doormaakt. Dan sta je in de rij bij de voedselbank achter een hele sjeke dame, parfum, goed in de kleren, sieraden, dik in de make-up. En dan denk je, hoe komt het dat jij hier in de rij staat? Ik ben dus vooral geconfronteerd met allerlei vooroordelen, dat uiterlijkheden heel bedrieglijk kunnen zijn. Die anderen weten ook niet wat ik meegemaakt heb. Die weten ook niet dat ik gewoon psychologisch een wandelend wrak ben bij wie je niet op de verkeerde knop moet drukken... Weet je wel? Dus: *don't judge others.*'

Hij drukt zijn vijfde joint uit en begint de volgende klaar te maken. Ik maak gebruik van de stilte die er valt om mijn opschrijfboekje en geluidsrecorder in te pakken en bedank Martin voor zijn openhartigheid. Hij steekt zijn nieuwe joint aan en vervolgt, alsof ik géén aanstalten maak om weg te gaan: 'Als mensen over mij oordelen dan denk ik, "jij komt er nog wel een keertje achter. *Karma will take care of it. I just have to sit back and watch it unfold,*" weet je wel?' Ik knik en trek mijn jas aan. 'En echt hoor, geheid: iedereen die mij ooit een streek geleverd heeft, die krijgen allemaal hun portie shit. Daar hoef ik niets voor te doen. En dat is een heel rustgevend iets eigenlijk. Dat ik weet dat als ze mij in een hoekje drijven, dat ik niet bij de pakken neer ga zitten. Ik ben gewoon niet te verslaan.' 'Oké, we stoppen,' zeg ik nu resoluut. Ik haal hem duidelijk uit zijn *flow*. Hij kijkt me aan, neemt rustig een hijs van zijn joint en zegt: *Allright.*'

Martin legt zijn smeulende joint op de rand van de asbak en begeleidt me naar de deur. Ik draai me nog één keer om, schud hem de hand en bedank hem nog een keer. 'Nee,' hij schudt zijn hoofd met een grijns, 'ik geef mij nooit gewonnen. Over *my dead body.*' 'Wat goed,' stamel ik en dan ren ik nog net niet de deur uit. Ik neem grote stappen de trap af, duw de voordeur open en neem een diepe weldadige teug zuurstof. Ik fiets weg en ruik de wietgeur als mijn haren in mijn gezicht waaien. Wat benauwde mij nou zo, behalve de rooklucht? Ik pieker erover tot ik thuiskom en me op mijn eigen bank laat vallen. Het is de stilstand van het zitten, het blowen, het achteroverleunen, het toekijken en tegelijkertijd woest zijn op de wereld. '*Don't judge others,*' zei Martin tegen mij. Ik merk dat het me in dit geval moeilijk valt, en ik geloof ook niet dat hij zich helemaal aan zijn eigen motto houdt.



IK BEN

MEER

EEN

DIEREN

MENS

Er staat een grote hond voor de deur als ik binnenkom. Ronja, een vrouw van begin dertig kijkt me vriendelijk aan: ‘Ben je bang voor honden?’ vraagt ze. ‘Nee, hoor,’ lieg ik een beetje. ‘Ah, hij vindt je lief. Goed zo, kom maar Kobus. Goed volk. Kom maar.’ Terwijl ik mijn winterjas ophang en Ronja iets te drinken voor me inschenkt, vertelt ze dat ze nooit bezoek krijgt. Daar doet ze niet aan. Dus het is voor haar heel bijzonder om mij te ontvangen. Ik zeg dat ik het een eer vind dat ik haar thuis mag komen opzoeken en dat ik het leuk vind om haar te ontmoeten.

Het ijs lijkt gebroken en we gaan in haar kamer zitten. Kobus de hond komt naast ons zitten en legt af en toe zijn hoofd op mijn schoot. ‘Oh, hij vindt je echt lief. Dat doet me echt goed,’ verzucht Ronja. Ik aai het hoofd van de hond alsof ik een fervente hondenuitdrukker ben. ‘Ja, mijn kind is nu op school, dus het is even lekker rustig hier,’ opent Ronja het gesprek. Ik zie nu pas bewust dat achterin de woonkamer een hoogslaper voor een kind staat met daaronder een paar dozen met speelgoed. ‘Hoe oud is je kind?’ vraag ik. ‘Negen alweer,’ zegt ze, ‘en een echte wildebras. In de zomer is het fantastisch met ‘m, maar in de winter... Oorlog! Ik heb gewoon een heel pittig kind. Ik hou zelf van rust, ik hou van regelmaat, ik hou van opgeruimd. Maar hij schiet alle kanten op. En hij heeft een enorm grote mond, wat hij allemaal durft te zeggen! Dus het is hier elke dag strijd! Mijn ogen glijden door het huis, het is duidelijk dat Ronja de boel nu weer aan kant heeft, geen spoor van rommel, wanorde of strijd. ‘Gaat het in de zomer beter omdat hij dan naar buiten kan?’ vraag ik. ‘Nou... Het is meer dat ik in de zomer wat *happier* ben. Maar zoals nu in de winter... vooral december is gewoon niet mijn maand.’

Kobus draait zich een paar keer rond zijn as en gaat naast de voeten van Ronja liggen. Ze klopt hem op zijn rug. ‘Ik heb echt niks met de kerstdagen, die opgelegde vrolijkheid en gezelligheid. Het komt ook, ik ben best wel heel erg alleen. Ik heb geen familie, geen vrienden. En in december word je daar gewoon mee geconfronteerd en dat vind ik wel lastig. Dus dan ben ik niet zo gezellig. En dat botst dan wel?’ ‘Waar is je familie? Leven je ouders nog wel?’ vraag ik. ‘Nee, allebei overleden. Maar mijn

ER

ZIJN ZAT

MENSEN

DIE GEEN

FAMILIE

HEBBEN

vader kende ik eigenlijk niet, die is weggegaan toen ik anderhalf was. En ik ben toen ook in een pleeggezin beland. Maar mijn moeder mis ik. Daar had ik een hele goeie band mee. Vooral voor mijn zoon vind ik het jammer, want die heeft geen papa, geen opa, geen oma, niemand. Maar ja, zo is de wereld. Er zijn zat mensen die geen familie hebben, dus ik probeer er niet al te zwaar aan te tillen. Maar in zo'n maand als deze word ik daar wel extra mee geconfronteerd. Iedereen zit gezellig aan zo'n grote kersttafel met familie en vrienden en dat heb ik niet.'

Ik krijg het idee dat Ronja een heleboel te vertellen en een heleboel verdriet heeft. Ze noemt in een paar zinnen zoveel aspecten die haar leven lastig maken, dat ik bijna niet weet waar ik op aan moet haken; haar eenzaamheid, waarom heeft ze geen vrienden? Ronja komt over als een heel sociaal persoon; Haar ouders moeten beiden vrij jong overleden zijn, ze is zelf pas begin dertig. Waaraan, en hoe?; Het vertrek van haar vader, waarom belandde zij vervolgens in een pleeggezin?; Waarom zorgde haar moeder niet voor haar, met wie ze blijkbaar wel een goede band had? Ik word enorm nieuwsgierig, maar weet ook dat ik me niet op moet dringen. Ronja bepaalt zelf wat ze met mij deelt, zij is aan zet in dit verhaal.

'Ik probeer er niet meer zo emotioneel over te zijn. Dat was ik vroeger altijd wel, maar ik ben ook veranderd. Ik was altijd van de langdurige diepgaande relaties, ik ging daar echt voor. Maar dat doe ik nu niet meer. Ik ga nu voor mezelf en mijn kind. *That's it.*' 'Heb je vroeger wel vrienden gehad?' vraag ik. 'Ja, jawel, ik ben heel leuk en gezellig en ik klets met iedereen. Maar mensen zijn gewoon veranderlijk en dat vind ik lastig. Je weet nooit wat je aan ze hebt, ze zeggen steeds af, dan reageren ze opeens niet meer. Terwijl, ik probeer er dan altijd voor die mensen te zijn. En in therapie ben ik erachter gekomen dat je kan gaan voor een relatie, voor je doel of voor je zelfrespect. En voor dat laatste ga ik nu. Ik ben ook niet echt een mensenmens. Mensen vind ik moeilijk. Ik ben meer een dierenmens. Houd jij van ratten?' 'Eh, ja, eigenlijk wel,' zeg ik. 'Een vriendje van mijn zoon had een ratje, superschattig.' 'Ah, gelukkig!' roept Ronja uit. 'Dat vind ik zo belangrijk, dat mensen niet meteen Ieeeeuuww!

gaan schreeuwen bij het woord rat. Ik mag jou echt!' Ronja staat bijna huppelend op om nog wat te drinken voor mij in te schenken. 'Het is echt makkelijk om met jou te praten, ik weet niet waarom!' roept ze opgewekt vanuit de keuken. Ik krijg er een fijn gevoel van en ben blij dat ons gesprek ook voor haar van waarde is.

'Kijk, ik ben gediagnosticeerd met Borderline,' zegt ze als ze met onze gevulde limonadeglazen terug de kamer in komt. 'En die therapie die ik via de GGZ (Geestelijke gezondheidszorg, FW) heb gevolgd was echt fantastisch. Daar ben ik drie jaar zoet mee geweest. Ik krijg nog een evaluatiegesprek en dan is het klaar.' 'Wat was er zo goed aan die therapie?' vraag ik. 'Wat je daar allemaal leert, dat zouden ze aan iedereen moeten leren. Echt. Je leert over emoties, hoe je er mee om kunt gaan, wat ze betekenen, ook over het nut dat ze hebben. Je leert over zelfrespect en doelen. Je leert over mythes, over verhalen die mensen zichzelf kunnen aanpraten, bijvoorbeeld dat hulp vragen zwak is. Of, dat mensen je nooit meer leuk vinden als je een keer ruzie met ze hebt gehad. Dat soort dingen. Je leert je krachten, je eigenwaarde, je leert te herkennen als je in een crisis komt. Ik vind zelf dat ik er echt fantastisch uit ben gekomen!' Ronja lacht hartelijk en leunt tevreden achterover in haar grote stoel.

Ondanks dat Ronja zich bij tijd en wijle erg eenzaam voelt, zonder partner, zonder familie, zonder vrienden, is ze tevreden met haar keuze om alle diepgaande, langdurige relaties voorlopig buiten de deur te houden. 'Ik ben nog steeds gezellig, maar oppervlakkig. Heel oppervlakkig!' Ze lacht weer. Ons gesprek kabbelt nog een tijdje voort, maar blijft inderdaad aan de oppervlakte. We nemen hartelijk afscheid en Ronja zegt dat ze hoopt dat ik nog eens een keer kom om verder te praten. Dat doe ik graag en in maart sta ik opnieuw voor haar deur.

Kobus ontvangt me opnieuw kwispelend en ook Ronja ziet er weer stralend uit. Ondanks dat ze aangaf dat de winter niet haar beste tijd was, merk je niet op het oog aan haar of het december is of maart. We gaan op exact dezelfde manier weer zitten in de huiskamer en we drinken weer

uit dezelfde limonadeglazen. De hoogslaper in de achterkamer is nu vervangen door een groot tweepersoonsmatras. 'Ja, hij wou steeds bij mij in bed slapen, dus nu heb ik hem ook een tweepersoonsmatras gegeven, dan lijkt het meer op mijn bed.' Het gaat verder goed met haar en haar kind, zegt ze. Het blijft strijd, maar ze vindt het ook belangrijk om hem te leren dat hij mag zijn wie hij is en dat hij mag zeggen wat hem dwars zit.

Het gesprek duikt dit keer onder de oppervlakte. Ronja heeft zich duidelijk voorgenomen mij meer over zichzelf en haar achtergrond te vertellen. Ik hoef nauwelijks iets te vragen, Ronja zit op haar praatstoel. 'Mijn ouders hadden beiden een psychische aandoening. Vooral mijn vader was daardoor heel onbetrouwbaar. Maar toen hij wegbleef bij mijn moeder, ze had geen idee waar hij was, hij bleek naar Aruba gegaan te zijn, kon zij niet alleen voor mij zorgen. Ze was fysiek en mentaal zo broos. Dus ik ben al vrij jong in kindertehuizen en uiteindelijk in een pleeggezin terecht gekomen.' Hier valt Ronja even stil. 'Nou, toen was ik pas echt overgeleverd aan een stel gekken' zegt ze terwijl er een harde trek om haar mond verschijnt. 'Die mensen namen mij op omdat ze dan geld voor mij kregen. Dat was bedoeld voor mijn onderhoud, kleding en opleiding enzo. Maar daar heb ik nooit één cent van gezien. Ik mocht één keer per jaar iets uitzoeken uit de afgedankte kleren van hun eigen kinderen. Toen ik een jaar of vijftien werd en borsten kreeg had ik een bh nodig, maar die dochter van hun had een veel kleinere maat. Ik heb dus nooit een bh kunnen dragen die mij paste. Ik heb daardoor nu nog steeds last van mijn borsten en rug, omdat mijn lijf nooit de steun gekregen heeft die het nodig had in de groei. Ik mocht me niet wassen, dat was zonde van het water en de elektriciteit. Ik stonk echt. Kinderen wilden niet met me spelen, van hun ouders mochten ze niet met me omgaan. Ik had zulke klitten in mijn haar. En slaan, hè, die mensen. Als ik iets zei of iets niet wilde of iets niet fijn vond, dan liet die moeder mij echt alle hoeken van de kamer zien. Doodeng.

Soms kwam er dan iemand langs van de jeugdzorg, en dan werd ik vooraf onder de douche gezet, dan kreeg ik een fris, nieuw t-shirt, mijn

IK HEB
GELEERD
ME STIL
TE HOUDEN
EN TE DOEN
ALSOF IK ER
NIET BEN

haar werd geborsteld en dan werd er door het hele gezin een groot toneelstuk voor die maatschappelijk werker opgevoerd. Nee, dan krijg je echt wel een klap van de molen. Ik heb geleerd me stil te houden en te doen alsof ik er niet ben. Zo heb ik overleefd. Toen ik 21 was ben ik weer bij mijn moeder ingetrokken en toen heb ik voor haar en mij gezorgd. Dat was heel fijn, totdat ze doodging. Ze wilde niet meer leven, mijn moeder. En dat kon ik zo goed begrijpen. Ze had het zo zwaar, ze was zo broos. Ik heb haar wel geholpen om over manieren na te denken die haar tot een zacht einde konden brengen. En op een dag lag ze dood in bed. Het was haar gelukt. Ik miste haar meteen, maar ik was ook zo blij voor haar. Dat kunnen mensen heel vreemd vinden, maar het is juist omdat ik zoveel van haar hield?

Opnieuw ben ik verbaasd, zoals me dat ook overkwam bij gesprekken met andere mensen, over de peilloze diepte en zwaarte die mensen onzichtbaar met zich mee kunnen dragen. Van de buitenkant kun je werkelijk niet zien wat iemand gevormd heeft en hoeveel moeite het kost voor sommigen om zich staande te houden. Maar vooral vroeg ik me af hoe het kan dat Ronja nog zo stralend is met haar afschuwelijke ervaringen, met haar familieachtergrond en met een psychiatrische diagnose van Borderline? Ze ziet er goedverzorgd uit, haar huis is netjes aan kant, haar hond is goed opgevoed, ze is bewust bezig met de opvoeding van haar zoon. Zou ik dit allemaal kunnen opbrengen als ik in haar schoenen had gestaan? Zou ik overeind blijven?

Haar keuze om zich helemaal terug te trekken in eenzaamheid, niemand meer te vertrouwen en toe te laten in haar leven, is haar redding geweest, legt ze uit. 'Ik voel me voor het eerst van mijn leven volledig *in charge*,' zegt ze stralend. 'Ik voel eigenwaarde en ik laat me die door niemand meer afpakken. En dat leer ik mijn zoon ook. Lastig wel, want de mond die hij durft open te trekken is soms echt niet normaal. Maar ik heb dat als kind zelf nooit kunnen doen. Ik heb het nooit kunnen zeggen als ik boos was, of bang of verdrietig. Hij wel. Ik vraag dan: "Maar waarom ben je boos?" "Gewoon!" schreeuwt hij dan. "Maar boosheid komt nooit zomaar, daar

hoort een gedachte bij," zeg ik dan. En dan vertelt hij wat hij denkt. En dan zeg ik: "Ik snap dat je daar boos over bent." En dan probeer ik met hem naar een oplossing te zoeken. Vandaar ook dat tweepersoonsmatras in plaats van een hoogslaper. Nu hoeft hij niet steeds meer bij mij in bed te kruipen. Soms lig ik bij hem tot hij in slaap valt, en dan kan ik gewoon lekker in mijn eigen bed slapen, en hij ook. Veel beter voor ons allebei?

Kobus staat op en loopt naar de gang. 'Oh, hij moet uitgelaten worden,' zegt Ronja. 'Dan stap ik ook maar eens op,' zeg ik. We lopen met z'n drieën naar beneden, Ronja, Kobus en ik. Op straat zegt Ronja mij hartelijk gedag en ze bedankt me nogmaals voor mijn komst. Ik put mij ook uit in dankwoorden, maar ze lijkt ze niet te ontvangen. 'Het was echt een goede ervaring voor mij om iemand in huis uit te nodigen. Ik vond het oprecht fijn om met je te praten,' straalt ze. De tranen schieten in mijn ogen als ik haar met Kobus weg zie lopen; gewoon een stadsbewoner met een hond, zoals zovelen. Maar wat een bijzonder exemplaar.



WE GAAN

ERVAN

UIT DAT

U HET

ONDER

LING

REGELT

‘Jaaa,’ hoor ik aarzelend aan de telefoon, ‘maar wat gaat u dan met dat materiaal doen? Want ik wil niet dat er dan weer zo’n rapport komt dat in een la verdwijnt.’ Benjamin is niet voor één gat te vangen. Ik leg hem uit dat ik het interview met hem wil gebruiken om inzicht te krijgen in hoe mensen met psychiatrische problematiek, zoals hijzelf, zich redden in de stad, alleen thuis, zonder een groot sociaal netwerk om zich heen. ‘Ja ja... Tja, daar heb ik wel het één en ander over te vertellen. En ga je dat dan uiteindelijk wel bespreken met de gemeente en maatschappelijke organisaties enzo?’ ‘Ik wil er een boek over schrijven en dat is ook bedoeld om beleidsmakers, maatschappelijk werkers en hulpverleners van mijn bevindingen op de hoogte te brengen.’ ‘Ja, ja,’ Benjamin klinkt al iets overtuigender. ‘Oké, luister, het lijkt me goed voor jouw onderzoek als je bij mij thuis komt, want ik woon nogal... eh, apart. Ik woon hier al 7 jaar, maar de helft van de vloer is pas gelegd. En er staan nogal wat onuitgepakte dozen. Ik krijg ze niet uitgepakt. Dat is misschien wel interessant voor jou. Dus kom inderdaad maar hierheen. Ik zorg voor koffie, jij zorgt voor iets lekkers. Akkoord?’ ‘Akkoord,’ zeg ik en ik kan nauwelijks wachten om Benjamin persoonlijk te ontmoeten.

Een paar dagen later zit ik in zijn woonkamer en hij heeft niets teveel gezegd aan de telefoon; zijn huis ziet eruit alsof hij gisteren is ingetrokken. De vloerdelen staan tegen de muur, klaar om gelegd te worden, en overal staan opgestapelde verhuisdozen. Een groot deel van de woning is onbegaanbaar omdat het vol staat met meubelstukken die nog een plek moeten vinden in het kleine huis. Hij gaat mij voor naar de keuken om koffie te zetten. ‘Heb jij wel iets lekkers bij je?’ vraagt hij met een humoristische twinkeling in zijn ogen. ‘Jazeker,’ beaam ik, ‘maar dat pak ik pas uit als de koffie klaar is.’ Hij lacht, we hebben duidelijk een deal: het is het één voor het ander. ‘Ja, let niet op de troep. Die berg daar,’ hij wijst op een uitpuilende wasmand in de hoek van de keuken, ‘stel ik telkens uit. Zie ik als een berg tegenop.’ Hij trekt een keukenla open. ‘Kijk, een kersenontpitter. Welke 25-jarige heeft nu zoiets? En een stuk of vijftien handgemaakte pannelappen. Kijk, mooi he? Heeft mijn moeder zelf gemaakt. Maar ja, wat moet je ermee?’ ‘Maar hoe kom je dan aan al die

WELKE
25-JARIGE
HEEFT NOU
ZOIETS?

spullen?’ vraag ik. Ik leun tegen de deurpost van zijn keuken en kijk hoe hij behendig, bijna zwierend, koffie en water in de percolator doet. ‘Omdat mijn moeder natuurlijk overleden is toen ik bijna 17 was. Ik werd vlak daarna 17.’

Ik val even stil en zie opeens hoe jong hij eigenlijk nog is. Ik denk aan mijn eigen zoon van 16. Stel dat ik nu al uit zijn leven zou wegvallen? Hij voelt zich al een hele vent, maar is echt nog een kind. ‘Ja, ik heb de laatste paar jaar van mijn moeders leven ook een beetje voor haar gezorgd, ze was ernstig ziek. Mijn broer is een paar jaar ouder dan ik en die woonde al op kamers in Groningen. Dus mijn moeder en ik zijn in die tijd heel hecht geworden.’ ‘En jij hebt toen na haar dood alle spullen van je moeder gekregen?’ ‘Veel wel, dat waren toch al de spulletjes die ik dagelijks gebruikte, dat was gewoon mijn huis. Dus toen ik op mijn 18e in deze woning werd geplaatst is er een verhuishwagen gekomen en nu staan alle spullen hier.’ De koffie begint te pruttelen en hij schenkt twee kopjes voor ons in. ‘Goed, wat hebben we voor lekkers?’ vraagt hij terwijl hij naar de woonkamer loopt en aan tafel gaat zitten. Ik haal twee gebakjes uit mijn tas. Benjamin neemt een hap en zegt ‘Hmm, inderdaad lekker.’ ‘Gelukkig’ zucht ik theatraal. Hij lacht.

‘Ja,’ zegt Benjamin terwijl hij nu een slok neemt van zijn koffie, ‘mijn moeder hield heel veel van spullen uit de jaren ’20 en ’30. Dat wist ik nog allemaal niet op die leeftijd, dat zoveel spullen in huis uit dezelfde periode kwamen. Maar kijk, allemaal uit die tijd. Ook de piano. En die posters. En dit huis is ook gebouwd in de jaren ’30, dus het past hier zelfs precies. Zie je? Alsof het huis voor deze spullen gemaakt is. Mijn moeder zou dit huis heel graag gehad willen hebben. En ik ook, want ik heb haar smaak geërfd.’ ‘Vind je het ook fijn om haar spullen en haar sfeer nog zo om je heen te hebben?’ ‘Ja... Ze staat daar ook op de schouw, zie je?’ Ik kijk naar de ingelijste zwart-wit foto van een glimlachende, zacht-ogende vrouw van rond de veertig. ‘Wat een mooie, lieve vrouw,’ zeg ik. ‘Mijn moeder was een hele, hele lieve, maar naïeve vrouw.’ Hij legt uit dat zijn moeder uit een milieu van ‘keurige mensen’ kwam, waarin werd geloofd

in altruïsme en dat je je bescheiden op moet stellen. Ook bijvoorbeeld als je om hulp vraagt. Dat de wereld een geordend geheel is waarin jij maar een klein radertje bent.

‘Het komt er op neer,’ schudt Benjamin zijn hoofd, ‘dat mijn vertrouwen behoorlijk geschaad is. Ik was ook heel naïef, hoor. Echt heel naïef. Maar dat ben ik nou niet meer.’ ‘Maar je was natuurlijk ook nog heel jong toen je moeder overleed,’ zeg ik. ‘Ja, maar je denkt dan, over een jaar ben ik toch 18, dan mag ik toch alles zelf bepalen en tekenen. En mijn moeder heeft mij heel zelfstandig opgevoed. Ik kon ook niet bij familie gaan wonen, trouwens... En het was ook niet zozeer dat alleen wonen dat mij boven het hoofd groeide, maar meer dat ik op allerlei punten weerstand ervoer. Mijn broer kreeg de voogdij over mij en die beheerde mijn geld. Maar hij betaalde mijn rekeningen niet, dus toen kreeg ik een dwangbevel in de bus. Toen ben ik nog voor mijn 18e maar alles zelf gaan doen en betalen enzo. Ik heb een map met allemaal kinderachtige dingen erin leeggegooid en daar een administratiemap van gemaakt. Ik heb toen mijn eindexamen VWO niet kunnen halen, want ik moest zoveel regelen. Van de Raad voor de Kinderbescherming kwam er een brief met “We begrijpen dat er een jongen zonder ouders is en als er problemen zijn dan moet de familie dat maar laten weten. We gaan ervan uit dat u het onderling regelt.” Terwijl, achteraf, die Raad voor de Kinderbescherming had best wel eens kunnen zeggen: “misschien is het niet zo slim als je broer die zelf nog studeert en op kamers woont je voogd wordt.” Daar hebben ze allemaal niks mee gedaan. Jeugdzorg kwam er dan wel bij, maar dat waren twee gesprekken of zo. Dat sloeg ook allemaal nergens op. En dat stopt als je 18 bent. Niemand heeft gekeken van “Goh, wat heeft die jongen nou echt nodig?”. Benjamin ziet er in mijn ogen opeens heel klein en ontredderd uit. Alsof ik hem weer zie zitten als 18-jarige jongen, alleen in huis tussen de spullen van zijn overleden moeder.

Benjamin vertelt dat hij in de periode na de dood van zijn moeder niet meer naar bed ging. Alleen in huis, hield hij zichzelf wakker tot hij op de

bank in slaap viel. Het is in die periode dat hij een ernstig slaapprobleem en een depressie heeft ontwikkeld. ‘Ik moest procederen voor vergoedingen waar ik recht op had van de gemeente. ‘Ik ben de afgelopen jaren voortdurend bezig geweest een strijd te voeren. En ik ben daar gewoon overspannen van geraakt. En familieleden wilden echt wel helpen, zij hebben mij vast niet bewust tegengewerkt of zo, maar dan gingen ze over van alles kibbelen met elkaar. Er gebeurden zoveel dingen, dat ik dacht “dan kun je 60 zijn en opscheppen over wat je allemaal weet, maar ze weten helemaal niks!” Er is toen in de familie ook een enorme ruzie uitgebroken, een heleboel familieleden hebben nu een hele hoop oordelen over mij. Behalve mijn oma en de twee katten die ik geërfd heb, die oordelen niet.’

Opeens kijkt Benjamin op zijn klok, hij staat resoluut op en zegt: ‘Ik moet de oven aanzetten, want ik moet zo eten.’ Hij gaat de keuken in, ik hoor hem rommelen, en een paar minuten later komt hij de kamer weer binnen. Hij vervolgt: ‘Ik moet zeggen dat mijn moeder en ik het afgelopen jaar een beetje uit elkaar zijn gegroeid. Ik ben over bepaalde onderwerpen anders gaan denken, met name op het gebied van relaties en hoe je je opstelt naar andere mensen toe, of je ze vertrouwt of niet. Of bijvoorbeeld als iemand iets van je wil, of je daar wel of niet meteen iets voor terugvraagt, weet je wel?’ Ik knik, en denk aan het gebakje dat ik mee moest nemen als speelse voorwaarde om in zijn huis koffie te mogen komen drinken.

‘Mijn moeder is natuurlijk stil blijven staan. Zij heeft helemaal niet gezien hoe ik mij verder ontwikkeld heb. En er zijn bepaalde dingen waarvan ik denk “hoe moet ik dat aan je uitleggen? Dat zou je nooit begrijpen.” Dus dat is ook een soort loslaten, denk ik. Ondanks dat ze hier op een bepaalde manier nog is.’ ‘Wat is er voor jou dan vooral veranderd?’ vraag ik. ‘Ehm...’ Benjamin denkt even diep en geconcentreerd na. ‘Kijk, er zijn nogal veel mensen die over mij oordelen, kennissen, mensen uit mijn familie van 50 of 60 jaar die dan opmerkingen over mij maken over hoe ik leef en hoe ik de dingen doe. Terwijl het mij heel veel moeite

IK BEN NIET

DAKLOOS

MAAR MEER

THUISLOOS

heeft gekost om de helft van de vloer al te leggen. Ik denk dat ik een paar jaar geleden door dat soort dingen wel gekrenkt zou zijn geweest, omdat het zo oneerlijk voelde. Maar ik ben inmiddels 180 graden gedraaid, en dat betekent voor mij eigenlijk het verschil tussen “ik zie het leven niet meer zitten” en “ik vind het leven een uitdaging”. ‘En wat is dan de grootste uitdaging voor jou?’ vraag ik door. ‘Ik heb van mijn moeder meegekregen dat je alles altijd keurig moet doen en dat alles altijd keurig hoort te gaan. Het is een bepaald milieu waarin mensen heel erg hun best doen om op een bepaalde goede manier te leven. En tegelijkertijd zijn ze dan elke keer teleurgesteld en verbaasd als andere mensen dat niet doen, als ze je geen voorrang geven in het verkeer, of als iemand iets doms doet. Daar kunnen ze dan helemaal niet mee omgaan. En dan kunnen ze daar gewoon niet over ophouden: “Zo onbeschoft! Zo onbehoorlijk!”. En ik zeg dat dan nu op de toon van mijn oma, hè? Zo verongelijkt. Maar de wereld is nu eenmaal niet keurig. Dat kun je wel willen, maar daar heb je gewoon mee te maken. Ik ben erachter gekomen dat de wereld chaos is. Daar werd ik eerst depressief van. Maar daar kwam ik uit doordat ik begreep dat ik eigenlijk niet zomaar zoveel vertrouwen in mensen moet hebben. Dat je altijd moet blijven bedenken wat de belangen en motivaties van mensen zijn, en dan zie je dus eigenlijk hoe zwak en jammer en zielig de dingen soms in elkaar kunnen steken. Of, om er dan een positieve draai aan te geven, je ziet dat zo’n chaos ook heel makkelijk kneedbaar is.’

Het belletje van de voorverwarmde oven rinkelt. Heel vriendelijk zegt hij, terwijl hij weer naar de keuken loopt: ‘We gaan nu toch een beetje stoppen, denk ik?’ Ik knik en begrijp de boodschap. Buiten is het inmiddels donker geworden en het is duidelijk dat hij zo gaat eten. Vanuit de keuken roept hij: ‘Ik ben eigenlijk bezig om gewoon weer een goeie routine op te bouwen, dat mijn huis niet zo’n enorme bende wordt, dat ik het een beetje organiseer en niet alles voor me uitschuif. Ik ga weer bij ‘m staan in de keuken, hij schuift een kant-en-klare lasagne in de oven en ik trek mijn jas aan. ‘Er komt nu ook twee keer per week iemand langs, die helpt jongeren die dak- of thuisloos zijn,’ zegt Benjamin. ‘Ik ben dan

niet dakloos, maar meer thuisloos, zeg maar. En die vrouw zegt dan bijvoorbeeld: “Hey, wanneer heb je je tanden voor het laatst gepeetst?” Of “Waarom lig je de afgelopen twee dagen alleen maar in je bed?” Dus die houdt wel een beetje een oogje in ‘t zeil.’

Deze laatste informatie lucht mij op. Want hoe meer ik naar deze welbespraakte, intelligente jonge man kijk en luister, hoe meer ik zie dat hij eigenlijk nog steeds het kind is dat achterbleef toen zijn moeder stierf. Weer denk ik aan mijn eigen zoon, die als bijna 17-jarige ook zeker gelooft dat hij alles al alleen kan, en hij zou met zijn intelligentie en handigheid ook heel veel dingen echt wel op kunnen lossen. Maar tegelijkertijd, Benjamin vlak na de dood van zijn moeder was, net als mijn zoon nu, gewoon nog een kind: want waarom gaan slapen als er geen ouder is die zegt dat het bedtijd is?

Ik neem afscheid en wens hem smakelijk eten. ‘Dit gesprek eindigt niet in een la, toch? Dat heb je beloofd.’ ‘Zeker niet, Benjamin, dat beloof ik.’ Ik zie hoe hij mij met zijn nieuw-geleerde wantrouwen bekijkt. ‘We zullen het zien,’ zegt hij indringend. Ik bedank hem voor de koffie en hij mij voor het gebakje. Maar we staan pas weer echt quitte als dit verhaal door de wereld gelezen wordt, dat realiseer ik me.



IK

PROBEEER

MINDER

TE

LIEGEN

Ik kan absoluut niet bij hem thuis komen. Kaspar woont samen met zijn vriend in een hele kleine studio, en zijn vriend houdt niet van bezoek. Dus dat kan echt niet. Kaspar en ik spreken daarom af dat ik zal aanbellen bij zijn flat en dan zal hij naar beneden komen. Die middag bel ik aan. Het cameraatje boven de bel licht op en het lijkt een eeuwigheid te duren voor ik hoor: ‘Ja, Fenneke? Ik kom naar beneden.’

Als ik Kaspar zie schrik ik een beetje. Hij is begin dertig, maar de sporen van een drugsverslaving zijn goed te zien. Zijn gezicht ziet er getekend uit. Later zal ik leren dat hij bijna geen tanden meer in zijn mond heeft. Hij verbergt zijn gezicht onder de rand van zijn pet. ‘Ik weet wel een leuke plek waar we even kunnen gaan zitten. Je kon echt niet binnen komen, want mijn vriend werkt nu thuis en die kan echt geen visite hebben,’ legt Kaspar nog een keer uit. We lopen door zijn buurt, op weg naar het Turkse restaurantje waar je hele lekkere baklava kan eten, volgens Kaspar. Ik beloof hem dat ik trakteer.

Onderweg steekt Kaspar direct van wal. ‘Zal ik je eens heel eerlijk wat zeggen?’ zegt Kaspar. ‘Graag,’ zeg ik. ‘Ik heb jou daarstraks eerst een tijdje bekeken door de camera. Als ik je niet vertrouwd had, dan had ik gewoon niet open gedaan. Ik ben daar heel gevoelig voor, ik zie aan mensen of ze te vertrouwen zijn of niet. En als het niet goed voelt, dan zeg ik gewoon glashard tegen je “ik doe het niet meer”.’ ‘En hoe zag je dan dat ik te vertrouwen was?’ vraag ik. ‘Je oogopslag. Je kunt gewoon zien dat jij bent wie je zegt dat je bent.’ ‘En dat is ook zo,’ lach ik, ‘Ik ben Fenneke, en wie ben jij?’ Kaspar lacht ook. Het voelt alsof we elkaar al jaren kennen. Kaspar praat met mij alsof ik een oude bekende van hem ben, alsof ik al weet waar hij het over heeft, alsof we verder gaan waar we eerder gebleven waren. Soms vallen er ook lange stiltes, waarin hij diep nadenkt en zoekt naar de juiste woorden. Later leer ik dat zijn hersenen aangetast zijn door zijn langdurige drugsgebruik en dat hij daardoor de draad van het gesprek vrij snel kwijt raakt.

‘Ik geef dus nooit geld aan junks,’ zegt hij als hij tijdens onze wandeling iets verderop een verlopen persoon ziet staan, ‘omdat ik uit ervaring weet dat ze liegen. Ze zeggen dat ze het geld gebruiken om te eten, maar ze gaan rechtstreeks naar de dealer om drugs te halen. Nee, tegen junks moet je echt keihard zijn. Die naaien je waar je bij staat.’ Ik weet niet goed hoe te reageren. ‘Zelf lieg ik ook nog steeds vrij veel,’ zegt Kaspar dan. ‘Het zit er gewoon in gebakken na zoveel jaren verslaving, dat is echt psychisch. Ik ga ook weleens vreemd en ik rook af en toe een joint, en als mijn vriend dat zou weten dan zou hij me echt het huis uit zetten. Daarom durf ik het ‘m gewoon niet eerlijk te zeggen. Maar ik probeer echt minder te liegen.’

Ik vraag hoe lang hij zelf verslaafd geweest is. ‘Ja, eigenlijk sinds het ongeluk,’ zegt hij, alsof ik weet van het ongeluk en wanneer dat plaats vond. Kaspar vertelt tijdens ons korte wandelingetje al zoveel dat ik me zorgen begin te maken of ik het allemaal wel zal onthouden, de geluidsrecorder staat nog niet aan. Als we eenmaal zitten in het restaurantje en we allebei baklava met slagroom hebben besteld, vraag ik of hij een aantal dingen nog verder wil uitleggen. Bijvoorbeeld over het ongeluk en hoe hij daarna verslaafd is geraakt. Het valt secondelang stil.

‘Ik ben opgegroeid in de Bible Belt, zeg maar. Heel christelijk. Maar daar klopt totaal helemaal niks van, van heel die kerk. Ze hebben het bijvoorbeeld over nederigheid en dan bouwen ze kerken van 10 miljoen. En dan rijden ze met hun Porsche of Mercedes voor de kerk. Ze geven er helemaal hun eigen invulling aan. Dat doen ze ook met homo-zijn, want dat zien ze als ziekte. Dus daar kun je van genezen, maar dat kan niet. Alleen mijn vader heeft het altijd geaccepteerd dat ik *gay* ben.’ Ik knik. ‘En ik ben een tweeling, maar mijn broertje is echt vlak na de geboorte overleden. Die heb ik nooit gekend.’ Ik begrijp dat er een lange aanloop nodig is om te vertellen over het ongeluk en besluit Kaspar simpelweg te volgen. Hij vertelt zijn verhaal zoals het verteld moet worden. ‘Maar ik voel mijn broertje nog steeds. Ik zeg altijd: “Er zit iemand op mijn schouder.” Ja, het is heel apart, alsof ik nog steeds een soort fantoompijn heb. Dat is echt zo.

ALLEEN

MIJN VADER

HEEFT ALTIJD

GEACCEPTEERD

DAT IK GAY BEN

En daar is bindingsangst uit voortgekomen. Ik zal mezelf niet snel echt aan iemand binden.' Later zal Kaspar me vertellen dat hij die eerste keer gelogen heeft over zijn broertje. Hij heeft hem wel degelijk heel goed gekend, maar hij is op de lagere school doodgereden door een auto. Hij kon dat de eerste keer nog niet tegen mij zeggen, daarvoor is het trauma te diep. Kaspar heeft zijn tweelingbroer voor zijn ogen zien verongelukken. Maar dit was nog niet het ongeluk waardoor Kaspar uiteindelijk aan de drugs is gegaan.

Hij vertelt dat hij, ondanks zijn bindingsangst op zijn 19e een vriend kreeg. 'Stiekem, in het begin. Mijn familie wist het niet, alleen mijn vader wist het.' Kaspar valt weer langere tijd stil. 'Ik kom gewoon uit een rotgezin. Dat heeft met misbruik te maken, daar praat ik niet graag over. Daar betichten ze mij van, dat ik dat gedaan zou hebben, maar dat is helemaal niet waar. Ik liep gewoon vaak poedelnaakt door het huis en als puber ben je als jongen gewoon eh... actief, zeg maar, en dat heeft mijn jongste broer gezien. Ja, daar kan ik ook niks aan doen. Was echt een drama. Maar er was altijd negativiteit in ons gezin. Dan ging het weer een tijdje goed, dan ging het weer mis. Dat was gewoon de sfeer.' Kaspar begint uitgebreid over een aantal voorvallen in zijn jeugd te vertellen, die onderstrepen hoe verrot het allemaal was.

'Ik ben ook heel erg gepest op school. Mensen zeggen heel snel dat je overdrijft, maar het is toch echt gebeurd; ze hebben over me heen geplast en met hondenpoep naar me gegooid. Ik heb in kastjes gezeten in school en dat ik niet naar huis durfde. Want ze stonden me altijd op te wachten. Ja, dat heeft mij wel naar beneden gehaald. Ik heb op een gegeven moment een man ontmoet, en die heeft mij heel erg geholpen. Die leerde ik kennen toen mijn vader overleden was. Dat was een hele heftige tijd. Want mijn vriend is toen overleden. Toen ik 19 was kreeg ik een vriend? 'Wacht even,' zeg ik, 'ik ben de draad even kwijt. Dus jouw vader is op een gegeven moment overleden?' 'Ja,' zegt Kaspar. 'Wat erg,' zeg ik, 'want hij was ook de enige die wist dat jij die vriend had, toch?' 'Ja.' 'En is die vriend ook overleden?' 'Ja. Toen was ik 22.' 'Wat heb je dan in korte tijd veel

meegemaakt, eerst je vader, toen je vriend...’Ja, en mijn jongste broer ook.’‘Niet?!’ roep ik geschokt, ‘ook in diezelfde periode?!’ ‘Op dezelfde dag allemaal. Met dat ongeluk.’

Daar is het ongeluk. Ik ben zo ondersteboven van de heftigheid van deze plotselinge wending dat ik nu zelf stilval. ‘We zaten met z’n vieren in de auto’, vertelt Kaspar, ‘mijn broer en vriend waren op slag dood, mijn vader overleed die avond aan zijn verwondingen. En ik had niks. Er zat een klein stukje glas in mijn arm, dat was het. Hier zit een klein littekentje. Maar voor de rest, niks.’ ‘Ongelofelijk... wat heftig. Wat verschrikkelijk,’ stamel ik. ‘Ja, dat heb ik altijd verstoep hoor, ik kon er met niemand over praten. Dat drama was gewoon te groot. Mijn vader en broertje werden tegelijkertijd begraven, die liggen een paar paden van elkaar. Ja, heel bizar. En na die begrafenis klapte ik... Ik klapte helemaal uit elkaar. En toen moest de begrafenis van mijn vriend nog plaatsvinden. Dat was twee dagen later. Niet lang daarna heb ik een vlucht gezocht in de verslavingswereld. Twee gasten in de kroeg zeiden: “Wij hebben een middeltje om jou op te peppen.” Dat was GHB. En zo is het begonnen,’ zegt Kaspar.

‘Wat deed het met jou toen je het voor het eerst nam?’ vraag ik. ‘Ik voelde geen pijn meer. En dan heb ik het niet over lichamelijke pijn, maar innerlijk. En in het begin kon ik het nog redelijk hanteren, maar op een gegeven moment moest ik het om de anderhalf uur nemen. ’s Nachts, overdag, je moet echt de wekker zetten, want je kan niet meer stoppen. Dan ga je echt dood.’ ‘Zijn de afkickverschijnselen zo heftig?’ vraag ik. ‘Letterlijk dodelijk,’ knikt Kaspar.

Het was ook niet zo dat Kaspar wilde stoppen met het gebruik van GHB. Hij woonde op dat moment alleen, niemand lette op hem, en hij deed in die tijd ‘alles wat God verboden had.’ ‘Ik ging experimenteren, nodigde mannen bij mij thuis uit, meerdere tegelijkertijd. Ja, het is niet goed, maar dat deed ik nu eenmaal. En geld stelen voor drugs. Ja, dat deed ik gewoon. Waar ik werkte had ik een potje gevonden. En dan ging ik ’s avonds terug, dan wist ik de code en dan ging ik het geld halen. Heel

IK

VOELDE

GEEN

PIJN

MEER

veel geld. Want GHB is toch wel 250 euro voor een liter. En je hebt zo'n 2 liter per week nodig. En ik verkocht het zelf ook door. Ik kreeg al snel connecties in de onderwereld, en dat is gewoon een bedrijf. Heel veel mensen weten dat niet, maar ze hebben gewoon vergaderingen enzo. Het gaat allemaal heel professioneel.' 'Dus je kreeg niet alleen die verslaving, maar ook die hele onderwereld erbij?' vraag ik en ik betrap mij er op dat ik op het puntje van mijn stoel zit, als bij een spannende misdaadserie.

'Ze noemden mij altijd "De Zwijger", want niemand krijgt iets uit me als ik het niet wil zeggen. Ik kon zwijgen als het graf. Ik kan er nu nog voor zorgen dat mensen vast komen te zitten, maar dat zou ik nooit doen. Maar je komt er ook niet zomaar weer uit. Een man heeft mij geholpen, die is zelf niet de bangste, zeg maar, en die heeft mij uit die wereld gered. Kun je het nog een beetje volgen?' vraagt Kaspar als hij mij hoofdschuddend mijn koffie verkeerd ziet drinken. 'Het gaat,' zeg ik, 'maar hoe ben je van je verslaving af gekomen? Want zou je zeggen dat je nu helemaal klaar bent met die verslaving?' 'Eh... helemaal klaar durf ik nooit te zeggen. Met GHB ben ik wel klaar. Dat durf ik wel te zeggen. Maar ik heb ook heroïne gespoten toen ik onder een brug sliep. Dat ga je doen als je onder een brug slaapt, want dan voel je namelijk niks meer. En blowen, en dan ga je ook weer geld stelen. Ik heb zelfs op een verjaardag van een vriendin gestolen. Uit de portemonnee van een meisje op haar feestje, 150 euro.'

'Maar met die GHB, dat was echt een drama,' vervolgt Kaspar. 'Ik at niet meer, ik woog nog maar 50 kilo. Ik gaf er gewoon niet meer om. Maar ik durfde op dat moment geen zelfmoord te plegen, denk ik. Ik hoopte dat het een keer fout zou gaan, maar dat lukte niet. Dat gebeurde niet. Maar op een avond heb ik thuis afscheidsbrieven neergelegd, ik heb twee strips slaappillen van 40 gram genomen en ik heb de GHB-fles aan m'n bek gezet en helemaal leeggedronken. Toen heb ik de deur achter me dicht gedaan. En toen ben ik op het spoor gaan liggen.' 'Wat?' zeg ik. 'Op het spoor. Maar die trein stond 200 meter vóór mij stil en een man heeft me van het spoor gehaald. Daarom geloof ik toch wel dat er een hogere macht is.' Een paar seconden zit hij helemaal stil. Ik hoor de muziek op de

radio in het restaurantje. 'Zij hebben mij ter plekke leeggepompt, maar ik was toen al in coma. Na zes weken werd ik wakker, en toen kon ik niks meer; niet praten, niet lopen. Ik kon wel mijn ogen open doen. Ik weet nog dat ik het heel vreemd vond dat ik mijn moeder naast me zag zitten.' Kaspar slikt en wrijft kort in zijn ogen. 'Toen zag ik dat mijn moeder echt om me gaf. Dat had ik nooit gezien. Maar toen ik mijn ogen opendeed, toen merkte ik het. En dat is ook de knop geweest, hoor. Toen heb ik drie maanden *detox* gedaan. Ja, gek genoeg ben ik heel dankbaar voor mijn coma...'

Kaspar en ik blijven nog uren in het restaurantje zitten. Hij raakt niet uitgepraat en vertelt me in detail over de verschillende klinieken waarin hij heeft gezeten, de terugvallen die hij heeft gehad, hoe hij de boel wel eens kort en klein geslagen heeft, en oh, hij blijkt ook een dochtertje te hebben van vijf jaar, die heeft hij gekregen bij een nymfomane die hem er ingeluisd heeft, hij vertelt over zijn hartsvriend in wie hij een nieuwe tweelingbroer heeft gevonden en die de enige in de wereld is tegen wie hij niet liegt, en over zijn verliefdheid op zijn vriend en hun hondje Bonny.

We spreken nog een tweede keer af, en nog een derde keer en hier en daar schaaft Kaspar zijn verhaal bij, geeft aan dat hij de eerste keer over wat dingen gelogen heeft en dat het eigenlijk anders zat. Ook heeft hij in de tussentijd, 'ja, Fenneke, je gelooft het niet, maar het is waar,' de lotto gewonnen. Hij heeft 20.000 euro ontvangen en daar allemaal nieuwe kleren van gekocht. Hij ziet er steengoed uit in zijn gestreken kaki korte broek en gestreepte poloshirt. Ook heeft hij op een gegeven moment nieuwe boventanden. Voor het eerst lacht hij breeduit en mag ik naar zijn tanden kijken. En als ik de vierde keer met Kaspar afspreek mag ik opeens wel binnenkomen, want het is uit met zijn vriend. 'Ja, dat heb ik eerder nog niet tegen je durven zeggen, maar hij mishandelde mij. Hij sloeg mij met een ijzeren staaf als ik dingen deed die hij niet wilde. Daarom was ik altijd zo bang als hij thuis kwam van zijn werk.' Nu woont hij weer alleen en heeft hij een nieuwe hond. Voor het eerst een levend wezen waar hij zich helemaal aan gebonden heeft.

Kaspar houdt contact met mij. Iedere paar maanden ontvang ik een berichtje over hoe het met hem gaat. Af en toe vraagt hij of ik langskom; dan zit ik bij hem op de bank terwijl zijn hond z'n kop op mijn schoot legt. 'Ik leef nu in de waarheid,' vertelt Kaspar me op een dag, 'en ik kan me gewoon niet meer voorstellen dat ik dat ooit niet heb gedaan. Alles klopt nu.' Samen met zijn hond staat hij met beide benen op de grond, en dat is te zien. Hij ziet er goed uit, hij heeft een paar vrienden in zijn flat en hij heeft om hulp gevraagd bij verschillende maatschappelijke organisaties. Die begeleiden hem naar werk, maar ook om fysiek weer sterk te worden. En Kaspar is buddy geworden van iemand die net afgekickt is van de drugs. 'Ik weet uit ervaring hoe moeilijk die periode is en dat je iemand nodig hebt die naar je luistert. Zoals jij Fenneke. Jij hebt geen idee wat je voor mij hebt gedaan.' Een mengeling van schuldgevoel en liefdevolle warmte stroomt door me heen. Aan de ene kant denk ik 'ik heb helemaal niets voor hem gedaan. Ik heb hem geïnterviewd, en hem uitgehoord over zijn leven, omdat ik zo nodig een verhaal over hem wilde schrijven. Heb ik hem niet gebruikt alleen maar voor dit boek? Aan de andere kant is het precies zoals hij zegt, ik heb naar hem geluisterd op een moment in zijn leven dat veel mensen het al hadden opgegeven om nog naar hem te luisteren, om hem nog op zijn woord te geloven. En alleen dat luisteren is blijkbaar ontzettend veel waard.

Als ik wegfiets zwaait hij me lang uit vanuit zijn raam, ik kijk nog een paar keer om, stop en zwaai terug. Kaspar laat niet los, en het leven heeft Kaspar gelukkig ook niet losgelaten. En dat is de waarheid.



IK

MOET

IEDEEREEN

LIEFDE

GEVEN

De voordeur staat op een kier. ‘Samantha?’ roep ik. Ik klop nog een keer aan en duw de deur dan helemaal open. Ik kom in een overvol halletje terecht en struikel bijna over een roze speelgoedwinkelwagen. Samantha, een vrouw van in de veertig, zit in de woonkamer te bellen. Ze reageert niet op mijn binnenkomst. Het is alsof ik er niet ben. ‘Omdat ik dan een vergadering heb,’ hoor ik haar zeggen aan de telefoon, ‘ja, dat is een echte vergadering ja. Daarom. Ja. Ja. Maar kun je dan, of niet?’ Samantha is duidelijk geïrriteerd door het gesprek. Het duurt nog zeker tien minuten en al die tijd kijkt ze me niet één keer aan, alsof ik nooit ben binnengekomen. Ik heb in de tussentijd mijn jas uitgetrokken, heb wat speelgoed van een stoel gehaald en ben gaan zitten. Ik kijk een beetje de kamer rond en wacht.

‘Dat vind ik zo irritant,’ zegt Samantha als ze ophangt. Ze kijkt me even vlug aan. ‘Dat zij mij altijd het gevoel wil geven dat wat ik doe geen echt werk is.’ ‘Wie had je dan aan de lijn?’ vraag ik. Ik heb me nog helemaal niet voorgesteld, we slaan blijkbaar alle plichtplegingen over. ‘Mijn stiefmoeder. Terwijl ik heb écht een vergadering. En ik moet daar stukken voor lezen en dat voorbereiden. En ze moet gewoon op tijd hier zijn anders ben ik daar te laat.’ ‘Wat heb je voor een vergadering?’ ‘Ik zit in de centrale en sectorale cliëntenraad van mijn zorginstelling. Ik praat mee over beleid. En de directie moet ons om advies vragen voor zij überhaupt iets mogen beslissen. Op sommige punten hebben ze alleenrecht. Maar bij andere punten hebben we verzwamd adviesrecht, dus dat mogen ze niet naast zich neerleggen.’ ‘Goh, wat goed,’ zeg ik en ik realiseer me tot mijn schande dat ik, blijkbaar net als haar stiefmoeder, nogal bevooroordeeld was. Dat iemand met een verstandelijke beperking op deze manier praat, dit soort weloverwogen beleidstaal gebruikt en zo precies kan uitleggen hoe zo’n beleidsproces verloopt had ik niet verwacht. ‘Ze mogen ons advies niet naast zich neerleggen zónder argumentatie,’ gaat Samantha door. ‘Dat kunnen ze wel proberen, maar wij als cliëntenraad kunnen dat dan weer terugdraaien.’ ‘Vind je het leuk om te doen?’ vraag ik. ‘Ja, ik vind het heel leuk om te doen. Heel leuk zelfs. Ik ben nu ook benoemd tot vicevoorzitter.

Dus, af en toe moet ik de vergadering van de sectorale raad voorzitten.’ Samantha. Ik moet mijn hele beeld bijstellen. Van te voren had ik al van haar begrepen dat ze lijdt aan zware psychoses en dat dat samen met een verstandelijke beperking best pittig is. Ze zorgt in haar eentje voor haar dochttertje van drie, die nu op de opvang is. Ik had in mijn hoofd het beeld gecreëerd van een kwetsbaar persoon die zich nauwelijks redt en thuis weg zit te kwijnen met haar kindje. ‘Volgende week is de vergadering met de gemeente erbij. En we gaan het hebben over de winterkoude-opvang. Ze willen ‘m nu alleen open doen als het 5 graden vriest. Maar dat is voor onze mensen niet goed. Die opvang moet gewoon open tot april.’ ‘Wie bedoel je precies met “onze mensen?”’ vraag ik. ‘Dak- en thuislozen en RIBW’s [Regionale Instelling Beschermd Wonen, FW]. Dat zijn mensen die beschermd wonen zoals ik. Als wij niet goed oppassen, dan kunnen we ook weer zo terugvallen en op straat belanden.’ Ik heb zelf nog nooit van de term “beschermd wonen” gehoord, en vraag wat dat precies inhoudt. ‘Het is een woonvorm en zo wonen wij. Maar het is niet dat je beschermd wordt tegen iemand, of tegen de wereld, maar tegen jezelf.’ ‘Tegen jezelf?’ vraag ik. ‘Ja, meer dat je in een veilige omgeving opgroeit, of eigenlijk opnieuw opgroeit, maar nu in een veilige omgeving. Het kantoor is hier beneden en je kunt ze altijd bellen als er iets is. Dat is heel fijn.’

Samantha vertelt dat ze niet echt zelfstandig zou willen wonen, zeker niet omdat ze alleen is met haar dochttertje. En de vader van haar kind, die vertrouwt ze niet. Maar die kan haar hier niks maken, dat zou meteen uitkomen. Ik vraag of de vader van haar dochter ook de reden is dat ze hier terecht gekomen is, in deze beschermde woonvorm. ‘Nou, dat ligt allemaal wat ingewikkelder,’ fluistert ze bijna. Ze kijkt me weer even vlug aan. ‘Want kijk, ik ben geen lieverdje geweest in het verleden. Ik heb in de prostitutie gezeten. Ik was toen knal-psychotisch, dat was niet leuk. En ik was nog niet eens 18, dus ze hadden me niet eens mogen laten werken. Ze waren hartstikke strafbaar geweest als daar een inval was gedaan. Dus ja, ik was nog vrijwel maagd.’ Ik voel de rillingen over mijn rug lopen.

JE GROEIT

HIER

OPNIEUW

OP MAAR

NU IN

EEN VEILIGE

OMGEVING

‘En hoe kwam je daar dan terecht, Samantha?’ Ik merk dat ik het bijna niet durf te vragen, bang als ik ben voor de rauwe realiteit van het antwoord. ‘Mijn moeder was ziek. En ik dacht: “iemand moet het verzorgingstehuis en hospice betalen, weet je wel?’ ‘Was jij zo jong al financieel verantwoordelijk voor je moeder?’ vraag ik verbaasd. ‘Nee, nee, zij had een uitkering. Maar ik wilde, je weet hoe je droomt als je jong bent, ik wilde een huis kopen, een goede studie gaan doen en alles voor mijn moeder betalen. Maar ja, dat geld heb je gewoon niet op je 17e. En ik zat in die tijd in een liefdespsychose, dan denk je de hele tijd “ik moet iedereen liefde geven.” En toen zag ik iets op tv over Xaviera Hollander en toen dacht ik: “oh, zo kan ik ook nog geld verdienen met de liefde die ik geef.” En dan ga je in een psychose bij je moeder weg en dan kom je kapot terug.’

De bel gaat. ‘Dat is Lisa,’ zegt Samantha, alsof ze mijn gedachten raadt. ‘Die woont ook in dit pand. Als zij een jongen was geweest, was ze m’n man.’ Ze lacht hartelijk. ‘Hè, jammer,’ zeg ik. ‘Ja, dat zeg ik ook steeds tegen haar. Nee, Lisa vertrouw ik echt mijn leven toe. Zij is mijn vaste oppas, naast mijn stiefmoeder. Verder vertrouw ik niemand.’ Lisa komt binnen, een grote vrouw met een open, vriendelijk gezicht. Ze zegt ‘hallo’ tegen mij, maar Samantha zegt ze geen gedag. Alsof ze elkaar net nog gezien hebben. Lisa gaat op de bank zitten tussen de kinderspullen en Samantha zegt tegen mij: ‘zij is volledig te vertrouwen, zij heeft alles zelf ook meege maakt, dus je kunt me alles vragen met haar erbij.’ Lisa knikt bevestigend.

‘Ehm, dan zou ik nog wel iets willen weten over die periode dat je in de prostitutie zat en hoe je daar dan uitgekomen bent’ zeg ik. ‘Nou,’ zegt Samantha, ‘op een gegeven moment begon ik er bij na te denken en toen durfde ik niet meer naar huis. Ik durfde mijn moeder niet meer onder ogen te komen. En ik maakte daar ook dingen mee waarvan ik dacht: “maar dit heeft niks met liefde te maken.” Ik ben op een gegeven moment door een paar mannen op een tafel gelegd. En ja, die hebben dingen gedaan... Daarom kan ik nu ook niet meer naar mijn lichaam kijken in de spiegel. Ik wil mijn borsten ook laten veranderen. Want die

zijn helemaal kapot gegaan door die dingen die ze gedaan hebben, zeg maar.’ ‘Oh jee, wat erg,’ en ik zoek ontredder de blik van Lisa die als een soort oermoeder op de bank zit te luisteren. Lisa knikt mij liefdevol toe, alsof ik degene ben die troost nodig heeft. En misschien is dat ook wel zo. Ik ben hier de enige vrouw die dit soort dingen nooit heeft meegemaakt en als enige duidelijk het meest ontdaan op dit moment. ‘Anders vertel je hoe je eruit gekomen bent,’ zegt Lisa zacht tegen Samantha. ‘Ja, mijn oom heeft mij daar weggehaald. Want mijn moeder wist waar ik zat en die heeft haar broer gevraagd om mij te bevrijden, zeg maar. Want je komt daar niet zomaar weg. Dus op een dag zit ik daar aan de bar met een man, zie ik mijn oom binnenkomen. Ik schrok me helemaal rot. Maar hij zegt: ‘pak je spullen, we gaan.’ ‘Hee, hee, hee, wat moet dat,’ zegt mijn baas die achter de bar staat. ‘Dit meisje is minderjarig en ik ben haar oom. Ze gaat met mij mee. Je mag blij zijn dat ik je tent niet laat sluiten.’ Mijn baas heeft me gewoon laten gaan en ik ben nooit meer terug geweest. Maar ja, natuurlijk door de jaren heen, in de klinieken waar ik zat, nou ja, je weet hoe het gaat.’ ‘Ik heb geen idee,’ zeg ik en voel mij opnieuw totaal onbekwaam in deze situatie. ‘Nou,’ legt Samantha uit, ‘die mensen in zo’n psychiatrische kliniek, die mannen zijn seksueel gefrustreerd. Ze zien een vrouw en ze denken dat ze kunnen pakken wat ze niet aangeboden wordt. Dus dan... Ja, ik ben wel een paar keer aangerand en één keer verkracht.’

Misschien ligt het eraan dat ik die nacht niet goed geslapen heb, of dat ik ongesteld ben, maar ik merk dat ik de verhalen van Samantha bijna niet aan kan. Ik krijg zin om heel hard te huilen. Om haar te omhelzen en Lisa ook en te zeggen dat ik het allemaal zo erg vind. Dat ik zo blij ben dat ze elkaar hebben en zo goed voor elkaar zorgen. Dat ze voor mij een groot voorbeeld zijn van hoe vrouwen elkaar moeten ondersteunen en dat ik zo woest ben op al die mannen die vrouwen maar denken te kunnen grijpen. Ik weet gewoon even niet hoe verder. Ik weet niet wat ik moet vragen om mijn opwellende emoties er weer onder te krijgen. Eén ding weet ik zeker, ik ga hier niet zitten huilen, dat is echt het meest gênante wat ik in deze situatie kan doen. Deze vrouwen zijn zo sterk, laat ik daar een voorbeeld aan nemen.

De bel gaat weer. ‘Volgens mij komt Mitchell er aan,’ zegt Samantha als ze naar de zoomer loopt om de deur beneden te openen. ‘Ik moet Amina zo ook ophalen van de opvang.’ Mitchell komt binnen, knikt mij gedag en zegt: ‘ik ben de bovenbuurman’. Hij haalt allerlei cadeautjes uit zijn tas en zet ze voor Samantha neer op tafel. Samantha zegt: ‘Ah, precies goed. Hoeveel is dat?’ Ze wisselen geld uit en Mitchell zegt dat hij morgen nog even langs komt om dat matras te brengen. Als hij weer weg is legt Samantha uit dat Mitchell dit gekocht heeft voor haar zus. ‘Die is binnenkort jarig, die wordt 37, maar ze heeft een zware beperking. Dus ze is emotioneel, zeg maar, op het niveau van een kind van 3. En dit soort cadeautjes vindt ze leuk. Kijk, kralen. 2400 kralen, daar kan ze een tijdje mee vooruit.’

Ik moet eigenlijk weg, Samantha begint haar tas en jas te pakken om Amina van de crèche te halen. Maar ik wil niet. Het is alsof ik aan de stoel vast zit, ik kan niet opstaan. Ik wil hier blijven en wonen en leven met Samantha, met Lisa, met Mitchell, met Amina. Ik wil mijn bewondering uiten voor hoe ze het allemaal doen samen, hoe ze elkaar helpen, hoe ze zichzelf beschermen door met elkaar in dit pand te wonen. ‘Loop je mee naar buiten,’ hoor ik Samantha vragen, ‘of blijf je hier?’ ‘Nee, nee, ik ga nu ook,’ zeg ik, terwijl ik mijn tranen wegdruk. Ik voel plotseling me klein en kwetsbaar. Ik kwam binnen vol vooroordelen en meelijwekkende, vooropgezette beelden over deze vrouw, die regelmatig psychotisch is en ook nog licht verstandelijk beperkt. Maar die beelden zeggen meer over mij dan over Samantha. Het is meelijwekkend, zo weinig als ik weet van haar wereld en zo weinig besef als ik heb van de kracht van zogenaamd ‘kwetsbare mensen.’ Samantha is sterk en zelfbewust en ik heb ontzettend veel van haar geleerd.

EPILOOG

Het is zomer 2017. Het is heet in Amsterdam. De stad zindert van de warmte en de zomerse rumoerigheid. Op mijn dakterras zitten Bert, zijn tienjarige zoontje en Samantha. Mijn man en ik hebben iedereen die meegewerkt heeft aan mijn onderzoek uitgenodigd voor het eten. We verwachtten 10 mensen, maar het is al 20:00 uur en de meesten zijn er nog niet. Kaspar belt. Hij wordt net wakker en heeft echt in een soort coma gelegen, zegt hij. Hij had ontzettend graag willen komen, maar het lukt nu echt niet meer. Hij biedt meerdere keren zijn excuses aan en ik verzeker hem dat het geen probleem is.

We eten, we drinken (Bert drinkt alcoholvrij bier) en we praten met dit kleine clubje alsof we elkaar al heel lang kennen. De avond is op een heel prettige manier intiem, misschien juist omdat we weten dat na vanavond onze wegen weer scheiden. Van de andere genodigden hoor ik niets en het is goed zoals het is.

Om half tien wordt Samantha gebeld door haar persoonlijk begeleider. 'Waar hang jij uit?', klinkt zijn stem vrij hard door haar telefoon. 'Oh, ja, ik ben bij iemand uitgenodigd voor een etentje. Dat was ik vergeten te zeggen. Maar het is echt heel gezellig!' Samantha klinkt als een puber die weet hoe ze haar bezorgde ouder moet paaieren. 'Heb je gedronken?' hoor ik. 'Ja, één biertje, maar nu stop ik hoor. En ik kom zo naar het kantoor om mijn pillen te halen. Komt goed!' Samantha hangt op en knipoogt naar ons: 'Zo, die is ook weer tevreden.'

Als de deur niet lang daarna achter onze gasten sluit weet ik dat het echt voorbij is. Na twee jaar nauw contact is er een organisch einde gekomen aan onze ontmoetingen. Ik had het voorrecht deze mensen van heel dichtbij mee te mogen maken en te zien wat de andere kant is van het verhaal van kwetsbare bewoners: de kracht, slimheid en gevoelig-

heid waarmee ze controle houden en nemen over hun leven binnen de grenzen van hun mogelijkheden. Dit boekje is niets minder dan een ode aan hun overlevingskracht.

Maar wat is er nu uit mijn promotieonderzoek naar voren gekomen? Hiervoor moet ik je natuurlijk allereerst verwijzen naar mijn proefschrift *'Building Belonging. Affecting Feelings of Home through Community Building Interventions'*. Maar omdat ik maar al te goed begrijp dat een 200 pagina's tellende, Engelstalige academische verhandeling over thuisgevoel en gemeenschapsvorming misschien wat veel is om door te spitten, geef ik hier een korte samenvatting.

Ik heb gekeken naar hoe mensen die op een bepaalde manier kwetsbaar zijn – vanwege een slechte gezondheid, armoede, psychiatrische problematiek, verstandelijke beperking, huiselijk geweld, of verslaving – zich redden in de grote stad. Dit zijn mensen die het niet slecht genoeg maken om opgenomen te worden in een instelling of tehuis, maar zich vaak ook niet volledig opgewassen voelen tegen alle verantwoordelijkheden van het op zichzelf wonen. Ik was benieuwd hoe zij zich thuis voelen en zichzelf thuis maken in de stad. Daarbij werd ik geholpen door een aantal maatschappelijke organisaties die zich expliciet richten op het voorkomen van isolement onder deze groepen stadsbewoners. Dit waren de Regenboog Groep, Stichting Prisma, Team ED en De Buren!-groepen. Dankzij hen ben ik in contact gekomen met degenen wiens verhalen in dit boekje staan opgetekend, en met nog vele anderen die zich in vergelijkbare situaties bevinden. Ook hebben de professionals van deze organisaties mij actief betrokken bij en veel verteld over hun werk en ervaringen met deze groepen.

Wat ik heb geleerd tijdens mijn onderzoek is dat een thuisgevoel creëren voor deze specifieke stadsbewoners een grote uitdaging is. Dit heeft vooral te maken met het feit dat de meeste mensen met deze typen problematiek zich nooit eerder thuis gevoeld hebben. Velen van hen weten niet wat dat is, thuisgevoel; Zij zijn als kind al uit huis geplaatst, bij pleeggezinnen

THUISGEVOEL

VRAAGT

OM EEN

GEVOEL

VAN

CONTROLE

OVER JE

EIGEN

LEVEN

WIJ

ZULLEN DE

VERZORGINGS

STAAT MET

HAND EN TAND

MOETEN

VERDEDIGEN

TEGEN

VERDERE

VERSCHRAGING

ondergebracht, soms misbruikt en mishandeld. Thuis is in sommige gevallen juist de plek die ze hebben moeten ontvluchten om veilig te zijn. Of zij zijn door een groot ongeluk in hun leven of verkeerde keuzes hun thuis kwijt geraakt en hebben grote moeite dit weer opnieuw op te bouwen.

Ik heb geleerd dat *thuisgevoel* niet alleen vraagt om een gevoel van veiligheid, maar vooral ook om een gevoel van controle over je eigen leven, en van het ingebed zijn in een gemeenschap met mensen die zijn zoals jij, die je kent of die je in ieder geval herkent omdat ze ongeveer hetzelfde mee hebben gemaakt. De meeste mensen die ik gedurende twee jaar heb gevolgd, zijn na een lange periode van vallen en opstaan nu vrij redelijk in staat om veiligheid en controle voor zichzelf te creëren. Dit doen ze op uiteenlopende manieren: door zich volledig af te zonderen en te zorgen dat ze door niemand lastig gevallen worden, door hulp te zoeken bij instellingen voor Beschermd Wonen, door aan te kloppen bij maatschappelijke organisaties, of door deel te nemen aan het 'normale' leven maar daarbij niemand in vertrouwen te nemen over hun problematiek.

Het grote probleem voor deze mensen, zoals zij het zelf aangaven, is dat ze helemaal alleen zijn en niemand hebben om op terug te vallen. Bij de meesten speelt mee dat zij 'normale mensen' (lees: mensen die niet structureel kampen met verstandelijke beperkingen of psychiatrische problemen) niet vertrouwen of niet lastig willen vallen. Zij trekken zich terug, isoleren zichzelf, en voelen zich daardoor regelmatig diep eenzaam.

Ik heb geïnteresseerd meegekeken met de projecten die maatschappelijke organisaties ontwikkelen om mensen met hetzelfde type problematiek met elkaar in contact te brengen, door middel van gezamenlijke buurtdiners, het organiseren van uitstapjes en door het oprichten van Buren!-groepen van en voor kwetsbare bewoners in de buurt.

Opvallend was dat, van alle mensen in dit boekje, alleen Henny en Bert af en toe deelnamen aan dit soort professioneel georganiseerde activiteiten.

Henny is na een paar keer alweer snel gestopt. Meedoen met een groep was simpelweg te intimiderend en ingewikkeld voor hem. ‘En hier zit ik weer alleen,’ was zijn samenvatting toen ik vroeg hoe het nu met hem ging. Tot op de dag van vandaag hoopt Henny dat hij in een begeleide woongroep mag gaan wonen voor verstandelijk beperkten. Maar het zit er niet in, zegt hij, daarvoor zijn zijn cijfers te hoog. Voor Bert is zijn deelname aan de Buren!-groep wel degelijk een succes geweest. Het heeft hem geholpen, zegt hij, om weer vertrouwen in zichzelf te krijgen en nieuwe stappen in zijn leven te zetten. Bert werkt momenteel als vrijwilliger bij de Buren!-groep in zijn wijk en ondersteunt anderen.

De overige mensen die ik gesproken en gevolgd heb de afgelopen jaren, hadden geen enkele interesse in deelname aan professioneel georganiseerde activiteiten. Voor hen was de drempel te hoog om met mensen om te gaan die ze niet kenden. Wel heeft iedereen die ik gesproken heb veel steun gevonden bij individuele begeleiders van maatschappelijke en hulpverleningsorganisaties. Ondanks de bezuinigingen op de zorg- en sociale sector van de afgelopen jaren, blijkt er in Nederland gelukkig nog steeds een stevig professioneel vangnet te zijn waarop mensen in nood kunnen terugvallen; een groot goed van de verzorgingsstaat dat wij nooit voor lief mogen nemen, en dat wij met hand en tand zullen moeten verdedigen tegen verdere verschraling.

De belangrijkste uitkomst van mijn onderzoek is dat, ondanks de verwoede pogingen van maatschappelijke organisaties om mensen die kwetsbaar zijn onderdeel te maken van een (buurt)gemeenschap van gelijken, veel kwetsbare inwoners er liever voor kiezen zich terug te trekken en dus veilig te zijn en de controle te houden over hun eigen leven. Individuele zorg en zorg op maat lijken beter aan te sluiten bij deze doelgroep, dan het aanmoedigen van gezamenlijke activiteiten. Je huis uitgaan en participeren in de samenleving is voor mensen die om allerlei redenen kwetsbaar zijn, vaak een te hoge drempel. Dit betekent overigens niet dat zij daar niet diep naar verlangen.

EEN

ZELFGEKOZEN

ISOLEMENT

IS SOMS

DE ENIGE

MANIER OM

TE (OVER)

LEVEN IN

DE STAD

LUISTEREN

IS VRIJ

MAKKELIJK

TE

ORGANISEREN

De vraag die zich dus vervolgens opwerpt is of de overheid en maatschappelijke organisaties mensen, ondanks zichzelf, tóch moeten dwingen of in ieder geval nog sterker moeten activeren om mee te doen, om te participeren in de samenleving. Op basis van mijn onderzoek en de belangrijkste bevindingen zeg ik: nee. Het bieden van hulp op maat aan individuen, het meedenken, echt luisteren en contact houden blijkt de meeste steun te geven aan de mensen waar dit over gaat. Daarnaast is het organiseren van buurttafels en activiteiten waar mensen met verstandelijke beperkingen en psychiatrische problematiek elkaar kunnen ontmoeten prettig voor degenen die al vrij stevig in hun schoenen staan. Maar voor hen die zich het meest kwetsbaar en onzeker voelen in sociaal contact, zal deze ‘activering’ niet goed werken. Voor hen is een zelfgekozen isolement soms de enige manier om te (over)leven in de stad.

Waar lokale overheden en maatschappelijke organisaties wel actiever op in kunnen zetten is op het bieden van een lokale infrastructuur die het mogelijk maakt voor deze stadsbewoners om eenvoudiger hulp te zoeken en professionele ondersteuning op maat te vinden. Ook zouden er meer instellingen voor beschermd of begeleid wonen moeten komen, zodat sociale inbedding in een veilige woongemeenschap organisch kan plaatsvinden.

Vorige week kwam ik twee mensen tegen op het plein voor mijn huis die ik nog kende van de Buren!-groep die ik een tijdlang volgde. Zij zijn de typische ‘kwetsbare bewoners’ waar gezamenlijke activiteiten wél voor werken: ze zijn mobiel, hebben behoorlijk wat zelfvertrouwen en weten zich goed te redden in de publieke ruimte. Deze twee mensen hebben elkaar ooit ontmoet tijdens een diner van stichting Prisma, een organisatie voor mensen met lichte verstandelijke beperkingen en mensen met hersenschade. Door corona zat nu de klad in die diners, vertelden ze mij op straat. Daarom ontmoetten ze elkaar nu regelmatig buiten, gewoon om een wandelingetje te maken. Er zouden zich zo ook nog een paar andere mensen aansluiten die ik nog kende van de Buren!-groep. Of ik zin had om mee te gaan, ze gingen een ijsje halen.

Het is zomer 2020. Het is heet in Amsterdam. Met vijf mensen, allen met verstandelijke beperkingen of psychiatrische problemen, zit ik op het plein. Het ijsje smelt al, ik moet snel eten. Het is stil, niemand praat. Soms wijst iemand iets aan in de verte, de anderen knikken. Er valt een grote rust over me heen. Het is vijf jaar nadat ik hen voor het eerst ontmoet heb, en het lijkt goed met ze te gaan, zelfs in tijden van corona. Terwijl we in stilte likken aan onze ijsjes begrijp ik op een dieper niveau dat (over)leven in de stad ‘m in dit soort kleine, eenvoudige details zit. Grootse en meeslepende beleidsinterventies, het optuigen van wijkteams voor Zorg en Veiligheid, het professioneel organiseren van gezamenlijke diners voor kwetsbare bewoners en projecten om geïsoleerde mensen te activeren tot sociale participatie zijn belangrijk en onontbeerlijk. Maar het echte geheim zit ‘m in het stilzitten, bij iemand thuis op de bank of samen op een bankje op het plein en het simpelweg naar elkaar luisteren. Echt te luisteren naar de geluiden van de dag en de verhalen uit iemands ziel.

Nadat ik me, door mijn contact met mijn gillende buurvrouw, ben gaan interesseren voor mensen in de stad die hulp en ondersteuning nodig hebben, weet ik nu dat luisteren vrij makkelijk te organiseren is en dat zoiets eenvoudig zoveel teweeg brengt in de levens van mensen – niet alleen in dat van degenen die kwetsbaar zijn, maar ook in het leven van diegenen die ogenschijnlijk weerbaar zijn: mensen zoals jij en ik.

DANKWOORD

Het zal je niet verbazen dat mijn grootste, meest oneindige dank uitgaat naar jullie, wiens verhalen in dit boekje verteld worden. Ik zal jullie namen hier niet noemen, want alles in dit boekje is geanonimiseerd, maar weet dat dit niet alleen *voor* jullie geschreven is, maar ook *dankzij* jullie. Dank voor het enorme vertrouwen, het plezier en de soms emotionele ontmoetingen die jullie mij gegeven hebben. Ik zal jullie nooit vergeten.

Ook wil ik mijn dank en bewondering uitspreken voor de maatschappelijke organisaties die mij met respondenten in dit boekje in contact hebben gebracht: De Regenboog Groep, Stichting Prisma, Team ED en Buren!-groepen. De zorg en steun, die jullie verlenen aan de mensen met verstandelijke beperkingen en psychiatrische problematiek waar dit boekje over gaat, is onmisbaar en zou veel vaker voor het voetlicht moeten worden gebracht.

Mijn grote dank gaat ook uit naar Monique Kremer, mijn promotor, die mij vanaf het begin heeft aangemoedigd naast mijn proefschrift een boekje met verhalen te schrijven over mijn bijzondere respondenten. Zij heeft mij niet alleen het vertrouwen gegeven om dit idee door te zetten, maar is ook degene die er zorg voor heeft gedragen dat dit boekje financieel tot stand heeft kunnen komen. Ik dank haar en Stichting Actief Burgerschap voor de genereuze bijdrage aan de vormgeving van dit boek.

Het Ben Sajet Centrum heeft financieel mogelijk gemaakt dat ik in 2015 en 2016 onderzoek kon doen onder mensen met verstandelijke beperkingen en psychiatrische problematiek. Zonder hun steun was het niet mogelijk geweest om zo dicht bij de levens van mijn respondenten te komen. Krijn van Beek, bestuurslid en coördinator van het Ben Sajet Centrum, heeft daarbij ook de financiële steun voor de fotografie in dit boekje mogelijk gemaakt. Mijn dank daarvoor is groot.

Verder dank ik mijn andere twee promotoren, Jan Willem Duyvendak en Jan Rath, voor hun niet-aflatende aanmoediging om mijn bevindingen te delen met een publiek buiten de academische wereld. Samen met Monique Kremer hebben jullie mij laten zien hoe sociaal wetenschappelijk onderzoek een publieke rol kan en moet spelen. Jullie houding en lichtend voorbeeld heeft mij als socioloog en etnograaf blijvend gevormd.

Ook bedank ik grafisch vormgever Arjan Braaksma van Burobraak en fotografe Dorothée Meddens van Maddance Productions voor hun prachtige bijdragen aan de vormgeving van dit boekje. Jullie flexibiliteit en betrokkenheid bij dit project heeft van het hele maakproces een feest gemaakt. Mijn moeder Ineke Wekker bedank ik voor haar gedetailleerde oog en de correcties in mijn teksten.

En tot slot bedank ik mijn man Rogier, die mij op alle fronten heeft bijgestaan tijdens de emotionele, persoonlijke reis die mijn onderzoeksproject geworden is. Zonder zijn niet-aflatende steun, humor en liefde was dit alles er niet geweest.



Hoe overleef je eigenlijk in een grote stad waarin het motto is dat mensen elkaar met rust laten? Zeker als je eigenlijk dagelijks steun en zorg nodig hebt van anderen is dat nogal een uitdaging. Met een terugtrekkende overheid en het sluiten van instellingen en dagopvang voor verstandelijk beperkten en mensen met psychiatrische problematiek, wonen steeds meer mensen die voorheen structurele zorg ontvingen op zichzelf, tussen 'gewone' stadsbewoners.

Fenneke Wekker ging op zoek naar hoe kwetsbare mensen (over)leven in de stad, naar hoe zij zich daar thuis voelen en zichzelf een thuis maken. In dit boekje staan tien persoonlijke verhalen van mensen die in de media soms aangemerkt worden als 'verwarde bewoners' of in hun wijken soms als enigszins zonderling te boek staan. Het biedt een kijkje in de levens van mensen die doorgaans hun deuren op slot en hun gordijnen gesloten houden.

ACHTER DE VOORDEUR is een ontroerend en levenslustig boek, waarbij de kracht van kwetsbare bewoners onmiskenbaar onder de kieren van hun voordeuren door naar buiten sijpelt.

Fenneke Wekker (1972) is politiek socioloog en schrijver. Na een carrière als toneelschrijver, bij onder andere het Noord Nederlands Toneel, studeerde zij in 2015 cum laude af aan de Research Master Social Sciences aan de Universiteit van Amsterdam. Haar promotieonderzoek richt zich op in- en uitsluiting in processen van gemeenschapsvorming in grote steden. Sinds 2019 is Fenneke Wekker Hoofd Academische Zaken bij *the Netherlands Institute for Advanced Studies in the Humanities and Social Sciences (NIAS-KNAW)*.