

## 25 jaar later

Vijfentwintig jaar eerder, op 9 augustus 1990, kwam ik volstrekt dwanggestoord een kliniek binnen. Een halfjaar later, op 22 februari 1991, verliet ik de kliniek, volledig verlost van mijn dwang.

Nu ga ik terug. Richting Nijmegen, de Waalbrug over, naar de kliniek voor psychotherapie. Er staat 'Overwaal' op de omheining, in een eenvoudige letter, die in niets doet vermoeden wat voor bijzondere kliniek erachter schuilgaat. Destijds heerste er rust, terwijl de therapieën extreem waren. Een deel van het gebouw heeft een opbouw gekregen. Die prijkt boven de omheining uit en verstoort de architectonische eenheid. Kennelijk is de behandelingsbehoefte zo groot geworden dat ideeën van architecten van secundair belang werden.

De ontvangst is allerhartelijkst. 'Ik ben nog steeds getikt, ik heb alleen geen dwang meer', zo trap ik het

vraaggesprek af. Vijfentwintig jaar geleden voelde ik mij volstrekt afhankelijk van het team. De therapie van toen was mijn laatste redmiddel. Ik had mijn leven met dat van ieder teamlid willen ruilen. Nu zijn er geen ‘irrationele’ angsten meer, maar kampt eenieder van ons met dezelfde existentiële zaken.

Tegenwoordig maakt de instelling deel uit van Pro Persona, een moloch in de geestelijke gezondheidszorg, met vestigingen van Amsterdam tot Tiel. Verder lijkt alles zoals het was. Het ruikt er nog net als toen, naar een mengeling van schoonmaakmiddel met citroen en een medisch desinfectiegoedje. Ik herinner me hoe opvallend ik die geur bij mijn allereerste binnenkomst in de kliniek vond. Omdat ik vrij snel na mijn entree kennismakte met de geneesheer-directeur – een ontmoeting die mijn leven fundamenteel zou veranderen – werd het voor mij de geur van de hoop.

Er heeft een wisseling van de wacht plaatsgevonden. Geneesheer-directeur Willem Haaijman en mijn psychotherapeut Hans Haaijman zijn allang gepensioneerd. Er werkt nog één psychotherapeut die ik ken, Noud Bekkers. De op dwang gepromoveerde geneesheer-directeur heeft plaatsgemaakt voor een zorgmanager, Elle van Kuijk. Zij heeft ervoor gezorgd dat er bij het gesprek ook iemand aanwezig is die ‘verstand heeft van de inhoud’, kliniekpsychiater Boris van Passel.

Het gesprek, een interview over de therapie toen en nu, heeft de schijn van groepstherapie, maar dan

omgekeerd. Er is een gezelschap van behandelaars, een toehoorder van de afdeling communicatie en een buitenstaander die vragen aan mij gaat stellen. De deskundigen konden van tevoren mijn dertigduizend woorden tellende casus die de grondslag van dit boek vormde en mijn medisch dossier lezen. De sfeer is vrolijk, en mijn succesverhaal uitstekend voor het imago van de instelling.

Noud Bekkers houdt mijn tekst in de lucht alsof het een pamflet is. ‘Zo ging het hier toen!’ roept hij verrukt. Zijn actie wekt de indruk dat er in de behandeling het nodige is veranderd.

Toen, in de jaren tachtig, was het eenvoudig: je moest je in extreme mate blootstellen aan dat waar je bang voor was, om erachter te komen wat er werkelijk aan de hand was. Als je die blootstelling aan de angstopwekkende stimuli maar lang genoeg volhield, kwam het onderliggende probleem vanzelf boven. De vooronderstelling was dat dwanghandelingen en -gedachten slechts symptomen waren waarmee emoties werden onderdrukt. Er werd psychologie bedreven. Een belangrijk deel van de therapie bestond uit het uiten van emoties, omdat dwang als een emotioneel probleem werd beschouwd.

Ik werd behandeld in ‘de tijd van de plantenspuit’. De plantenspuit was het behandelinstrument bij uitstek, het ultieme wapen waarmee dwang finaal werd vernietigd. Wie bang was om besmet te raken met

bepaalde stoffen, moest die in een plantenspuit met water oplossen en daarmee zichzelf, de eigen kamer in de kliniek en de eigen woning zodanig besproeien dat alles voor eeuwig ‘besmet’ zou zijn. Op die manier viel er niet aan de angst te ontsnappen. Op de langstzittende therapeut na kent iedereen die *flooding*, zoals de extreemste blootstelling aan angstopwekkende stimuli werd genoemd, alleen van horen zeggen.

Flooding is ‘niet meer van deze tijd’, zegt Boris van Passel. Hij schetst een golfbeweging. Nu eens werden dwangklachten gezien als symptomen van een onderliggend psychisch probleem, dan weer als op zichzelf staande obstakels. Maar de aandacht is steeds verder verwijderd geraakt van het idee dat dwang psychische oorzaken heeft, en de behandeling is steeds meer gericht op het aanpakken van de dwangklachten zelf.

Voor Noud Bekkers is het volstrekt duidelijk dat ik enkel door de aanpak van de onderliggende problemen helemaal kon genezen. Lange tijd heb ik me ellendig gevoeld terwijl niemand me snapte – hier voelde ik me eindelijk begrepen en ben ik de confrontatie ‘rück-sichtslos’ aangegaan, zo vat hij het voor mij samen. Ik besmette zelfs de slijmvliezen van mijn ogen. Dat zou nu niet meer mogen. Maar toen werd gezegd: die dwang is zó sterk, daarom moeten we hem radicaal aanpakken. Bekkers lijkt nog blijer dan ik: ‘Het is zó mooi om te zien.’

## Een diagnose

Tien over halftien precies. Zo laat moest ik elke avond naar bed. Van mezelf, welteverstaan. Of preciezer: van iets in mezelf wat mij daartoe dwong. Want ikzelf wilde het niet. Ik wilde juist vrij zijn. Maar ik had geen keuze.

Ik was twaalf. Mijn zus, die in de zomer was getrouwd, was net het huis uit, mijn oudste broer al bijna mijn hele leven, en ik woonde met drie broers en mijn ouders in Sint Geertruid. Ik ging naar de brugklas in Maastricht: elke dag zes kilometer heen en zes kilometer terug, op de fiets. In tegenstelling tot mijn klasgenootjes vond ik de brugklas niet spannend. Sinds kort draaide namelijk mijn hele dag om dat ene moment van tien over halftien 's avonds. Ik had mezelf de plicht opgelegd goed te slapen, en om dat te kunnen moest ik moe genoeg zijn. Daarom maakte ik 's avonds

een wandeling door mijn dorp. Niet ik dat daar bijzonder moe van werd; het dorp bestond uit een paar straten. Maar het ging om het ritueel: elke avond op exact hetzelfde tijdstip exact dezelfde route lopen. Daarmee wakte ik bij mezelf de suggestie van vermoeidheid.

Eenmaal in bed kon ik niet slapen. Daar was ik al de hele dag bang voor geweest. Het was een vicieuze cirkel. Zo ging dat dag in dag uit.

Ik noemde het dwang, omdat het voelde als dwang. Dingen die ik van mezelf moest denken en doen, en waar ik niet onderuit kon. Het voelde als opgesloten zitten in mijn hoofd. Ik zat in een innerlijke gevangenis. Van het ene op het andere moment ging er iets op slot in mijn hersenen. Een klik in mijn brein, die ik letterlijk had gevoeld.

Toen ik die dwang eenmaal had, besepte ik dat er voortekenen waren geweest. In de tijd rond het huwelijk van mijn zus had ik steeds vaker last van huilbuien. Waar die vandaan kwamen, wist ik niet. Ik was als klein kind al melancholisch, al kon ik niet goed uitleggen wat dat precies inhield. ‘Verdrietige nostalgie’ dekte de lading niet. Ik kon het wel vergelijken met iets wat erop leek. De Finale van Ennio Morricone’s muziek voor *Once Upon a Time in The West*, met die woordeloze vrouwenstem: dat was melancholie voor mij.

Het verschil met de melancholie van vroeger was dat ik er in de periode vlak voordat de dwang toesloeg door werd overvallen. En ineens ging die dynamiek

van melancholische gevoelens over in de permanente toestand waarin ik vanaf dat moment verkeerde. Alsof mijn lichaam zei: tot hier en niet verder. Allerlei emoties die ik daarvoor nog had, werden gesmoord door die even plotseling als onwrikbaar opgedoken dwang.

Nu kende ik al mijn hele leven ongewone angst, die zich met pieken en dalen manifesteerde. Het verschil met de dwang was dat daar geen dynamiek meer in zat; het waren louter angstpieken. Met de dynamiek was ook de reële hoop verdwenen. Het voelde levensbedreigend. In mij was al iets gestorven.

Sinds ik in mijn hoofd opgesloten was geraakt, kende ik hoogstens nog variaties op angst. Angst dat mijn dwang toenam, en angst dat ik er nooit meer van afkwam. Het was een grote, diepe, angstaanjagende vicieuze cirkel van steeds weer meer angst.

Ook was er de angst dat er iets mis zou gaan tijdens mijn dwanghandelingen. Het slapen was namelijk niet het enige ritueel dat ik diende uit te voeren. Mijn hele dag was geritualiseerd.

Al mijn spullen moesten op een bepaalde manier geordend zijn. Ze moesten kaarsrecht liggen. Ik gebruikte een liniaal en geodriehoek om daarvoor te zorgen. Stripboeken, ordners, muziekinstrumenten of gereedschap; al mijn bezittingen werden aan een geometrische behandeling onderworpen. Dingen precies recht leggen ging vaak niet in één keer goed, maar het moest wel binnen een bepaalde tijd af. Hoe gespan-

nener ik werd dat er iets fout ging, hoe groter de kans dat ik trilde, en hoe moeilijker het werd alles kaarsrecht te krijgen. Het kostte me de grootste inspanning alles onder controle te houden.

Ik had een aanzienlijke postzegelverzameling. De postzegels zaten in albums, allemaal van dezelfde soort, met lange transparante strippen waarachter je de zegels moest schuiven. De helft van de zegel stak erbovenuit. De constructie nodigde uit tot schots en scheef, tot slordigheid in het kwadraat. Het was niet alleen een tijdrovende zaak al die zegels kaarsrecht te krijgen en de pagina zodanig om te slaan dat ze niet uit het lood zouden schieten. Nog lastiger was het om alle zegels op exact dezelfde afstand van elkaar te krijgen. Afwijkingen in de kartelranden leverden het meeste werk op. Monnikenwerk was het, ontdaan van vreugde. Bovendien moest ik voor zegels van verschillende afmetingen telkens nieuwe ordeningsregels verzinnen, en wel zo dat alle regels een samenhangend geheel vormden. Voor zover ik aan het verzamelen al enig plezier had beleefd, met name door een paar prachtige historische exemplaren, was ook dat nu verleden tijd.

Daarnaast diende mijn hele kamer schoon te zijn en daarom moest ik mijn spullen zorgvuldig ontdoen van stof. Als ik dat niet deed zou er iets ergs gebeuren. Wat dat zou kunnen zijn, wist ik niet. Maar het gevoel was zo angstaanjagend dat het niet eens in me opkwam om weerstand te bieden aan de dwang. Of preciezer: door-



dat het ondenkbaar was de dwanghandeling niet uit te voeren, werd de angst in toom gehouden.

Mijn kamer was een en al orde, mijn kasten waren zo opgeruimd en stofvrij als de lades van een apotheek. Onaangetast. Want leven deed ik er niet. Ik leefde helemaal niet meer, ik bestond alleen nog maar. De tijd tikte aan mij voorbij. Hij was stil blijven staan op het moment dat ik innerlijk opgesloten raakte. Mijn leven was mijn bovenkamer, en die deelde ik alleen met mijn dwang.

Als klein kind kon ik ook al niet slapen, door indringende, welhaast obsessieve gedachten, door vragen die ik mezelf stelde. Maar dat waren zinvolle vragen, die voortkwamen uit nieuwsgierigheid. Ik had alleen last van het feit dat ik ze niet kon beantwoorden. Zo berekeneerde ik dat het heelal oneindig moest zijn, maar die oneindigheid kon ik me niet voorstellen. Hoe was dat met elkaar te verenigen? Het waren misschien verontrustende gedachten, maar ze waren tenminste van mijzelf. De nieuwe gedachten waren dwanggedachten, die ik als wezensvreemd en inhoudsloos ervaarde. Ik schaamde me voor het contrast, voor de nieuwe situatie waarin ik volledig in beslag werd genomen door onzinnige zaken. Die schaamte was niet zozeer een gevoel, als wel een sensatie, die me tot geheimhouding van mijn dwang noopte. Een soort omerta met mezelf. En met mijn ouders, die ik deelgenoot had gemaakt van mijn dwangrituelen en van wie ik geheimhouding verwachtte. Daar gingen zij in mee. Ik probeerde de

dwang voor anderen verborgen te houden, zeker voor de mensen in het dorp. Ik schaamde me ook voor het feit dát ik mijn problemen op die manier verborgen hield.

Ik wist niet precies waarom ik me schaamde. Ik had niet om de dwang gevraagd, hij was me overkomen. Vermoedelijk had het te maken met de vrees dat de buitenwereld mijn dwang als krankzinnig zou aanmerken, terwijl ik dat zelf ook wel wist. Echter, het was niet enkel schaamte. Op een of andere manier leek de geheimhouding ook deel uit te maken van de dwang zelf, omdat zij ook over controle ging. Controle over handelingen en gedachten én over de informatiestromen over die handelingen en gedachten. Aldus deed ik alsof er niets aan de hand was en dat ging me tot mijn eigen verbazing gemakkelijk af. Van kindsbeen af was ik eerlijk geweest, volgens sommigen te eerlijk. Mijn eerste voetbalwedstrijd als kind was gelijk mijn laatste: ik maakte hands, de scheidsrechter riep hands, mijn medespelers riepen dat het niet zo was, maar ik gaf direct toe. Dom.

Ik wist maar al te goed dat het niet klopte wat ik deed. Het feit dat ik me bewust was van de belachelijkheid van mijn doen en laten, zorgde voor innerlijke conflicten. Zo was schoonmaken gekoppeld aan tellen. Als ik zeven keer op een bepaalde manier met een stofdoek over mijn pennenmap wreef, was die voor mijn gevoel

pas schoon, ook al wist ik dat ik de map in werkelijkheid misschien juist viezer had gemaakt. Dwang gaat niet alleen over magisch denken, het voltrekt zich vooral in een sfeer van magisch denken, die ademt dat absolute controle mogelijk is.

Terwijl ik dwangde – het is een vaktaalwerkwoord – was ik in staat om de absurditeit van mijn eigen handeling waar te nemen. Maar ingrijpen lukte niet. De vreemde realiteit bestond dat ik maar één emotie kende, een gevoel dat ik bovendien voortdurend ervaarde. Die altijd aanwezige angst versperde de toegang tot de echte wereld. Ik was tegelijkertijd gek en bij mijn volle verstand.

De combinatie van altijd maar die idiote rituelen uitvoeren en over een gezond stel hersenen beschikken waarmee ik over die rituelen kon nadenken, maakte me moedeloos en putte me uit. Het was vermoeiender dan de slapeloosheid, maar leverde toch niet de vermoeidheid op die nodig was om te kunnen slapen. De permanente waakzaamheid van de geest manifesteerde zich ook als een voortdurende lichamelijke spanning. Ik doorzag die werking, maar kon geen kant op.

En dan was er nog de controledwang. Alles wat ik dacht en deed moest gecontroleerd worden. En voor de zekerheid nog eens. En nog eens. Visueel vastgesteld en in gedachten drievoudig bezworen.

Ligt die klapper recht? Goed goed goed.

Is hij aan alle vier de zijden gecontroleerd? Goed goed goed.

Is hij niet verschoven tijdens de controlerende meting? Goed goed goed.

Heb ik dat wel goed gezien? Goed goed goed.

Heb ik dat echt wel goed gezien? Goed goed goed.

Weet ik zeker dat mijn waarneming klopt? Nee, begin opnieuw!

Intuïtief wist ik dat de onzekerheid daardoor alleen maar groter werd, dat de controle de controledwang voedde. Maar zoals altijd had dat geen invloed op mijn handelen. Bevelen uit mijn innerlijk waren niet te negeren. Het was een eenzame opsluiting in mezelf, die ik voor de buitenwereld verborgen hield. Dat ik me bewust was van de belachelijkheid van mijn handelen, maar dat gedrag niet wist te stoppen, was al ellendig genoeg voor mezelf, laat staan dat deze schande de buitenwereld zou bereiken.

Ik was altijd al precies. Ook had ik gehoord dat dwangmatige rituelen bij een brugklasser normaal zijn. Maar dit was iets anders. Dit was ziek en dat wíst ik.

De ervaring van een wezenlijk andere zijnstoestand, het leven helemaal anders ervaren dan vóór de dwang, was het meest verbijsterende aan de nieuwe situatie. Alsof er een nieuwe snelweg in mijn hoofd was aangelegd, zonder afslagen.

Het enige waarmee ik nog contact kon maken, was muziek. Dat was mijn ware leven. In mijn overgeorganiseerde wereld was muziek verklankte vrijheid. Ik

groeide op met uiteenlopende muziekstijlen en kon mijn eigen muzikale voorkeuren ontdekken. In die zoektocht deed zich op mijn achtste een essentieel moment voor, toen ik voor het eerst bewust de klanken van Johann Sebastian Bach hoorde. Het stuk heette *Jesu bleibet meine Freude*, een instrumentale versie voor trompet en orgel. Ik werd er volledig door overrompeld, kon bijna niet geloven dat dit door een mens was gemaakt. Het klonk zó vrij, en tegelijkertijd moest het precies zó zijn. Uniek en tegelijk vanzelfsprekend als de natuur. Ik kon toen, en nu nog steeds, amper bevatten wat mijn leven voorstelde voordat ik deze muziek had gehoord. Er was het leven vóór en het leven na mijn kennismaking met Bach. En plotseling, vier jaar later, was er ook het leven vóór en met mijn dwang. Bach leverde een ongelooflijke verrijking op, waar dwang een onvoorstelbare opsluiting betekende. Bach ging dwars door de dwang heen, alsof er bij het luisteren naar muziek andere hersengebieden betrokken zijn dan bij dwangen. Dat gold trouwens ook voor Morricone, en andere sublieme muziek.

De muziek was als een luchtplaats in de gevangenis. Luisteren kon ik alleen in een gecontroleerde omgeving, waarin niets de dwang kon verstoren. Bijvoorbeeld als ik wist dat niemand de kamer kon binnenkomen. Net als in een echte gevangenis was het luchten al gauw weer voorbij. Elk moment kon het signaal klinken dat me opriep naar mijn innerlijke cel terug te keren.

Emotionele problemen bestonden in mijn Zuid-Limburgse katholieke wereld niet, zo leek het althans. En als ze er toch waren, loste je ze eenvoudigweg op door harder te bidden. Van kleins af aan hoorde ik elke zondag tijdens de hoogmis: ‘Heer, ik ben niet waardig dat Gij tot mij komt, maar spreek slechts één woord en ik zal gezond worden.’ Ik verlangde jarenlang naar dat ene woord, maar tevergeefs. Niet dat ikzelf in God geloofde – ik dacht dat mensen geloofden omdat ze niet konden accepteren dat ze doodgingen –, maar ik hield er altijd rekening mee dat ik me kon vergissen.

Als bidden niet hielp, zoals bij mij, ging je in de streek waar ik ben opgegroeid naar een gebedsgenezers. Die ging je dan ‘overlezen’. Dat was een ruraal gebruik, een heidens overblijfsel dat het Vaticaan, zoals wel vaker bij hardnekkige lokale rituelen, gedoogde. Mijn gebedsgenezers woonde net over de grens, in Moelingen, een gehucht nog kleiner dan mijn dorp. Met haar rubberen laarzen onder een bloemetjeschort kwam ze ogenschijnlijk regelrecht uit de koe-stal. Hoewel ik vermoedde dat ik bij een kwakzalver was beland, wist ik dat uiteraard niet zeker. Ik was zo wanhopig dat ik alles wilde proberen. Als God niets kon uitrichten, dan misschien deze boerin wel.

Ze stelde mij één vraag, in het grensoverschrijdende dialect: ‘Wat is er aan de hand, *jungske*?’

‘Ik ben de hele dag bang dat ik ’s avonds niet kan slapen. En ’s avonds kan ik niet slapen. En...’

Ze onderbrak me. ‘Daar moet je niet aan denken.’

Dat had ik vaker te horen gekregen. Maar die aansporing was een logische onmogelijkheid. Probeer ergens niet aan te denken en je gaat er juist aan denken.

Ik wilde haar zoveel meer vertellen. Wat mij allemaal mankeerde, en vooral waarom.

De gebedsgenezeres gaf me een potje wijwater mee. Het rook al muf toen ze het overhandigde. Het was duidelijk dat het water niet onlangs was gezegend. Ondanks haar bewering dat wijwater eeuwigheids-waarde zou hebben, moest het potje de koelkast in – ook de Heilige Geest kon zich kennelijk vergissen – en na twee weken nippen moest ik beter zijn.

Helaas bleek dat te optimistisch gedacht. Kwam dat doordat ik niet in God geloofde of doordat God niet bestond? Voordat ik aan een overweging van die vraag toekwam, werd ze uit mijn hoofd verdreven door andere kwesties; van scheef of recht, schoon of vuil, op tijd of te laat. De dwang meldde zich onverbiddelijk als altijd.

Ik wist intuïtief dat ik professionele hulp nodig had. En ik had het beredeneerd omdat ik sinds ik in mijn hoofd opgesloten was geraakt, nog enkel existeerde. Leven was iets uit het verleden, dat ik me nu slechts herinnerde. De professionele hulp zou ik zelf moeten zoeken. Ik was wanhopig, maar tegelijkertijd voelde ik dat niet echt, omdat alles werd overstemd door angst. De wanhoop bestond bij de gratie van de

herinnering aan de tijd vóór mijn dwang. Ik wist dat ik toen innerlijk vrij was – of in elk geval vrijer. Omdat ik dat niet meer was, en me ook niet kon voorstellen hoe ik dat weer kon worden, was ik ten einde raad.

Dagdromen over vrijheid zat er door de voor mijn dwang vereiste, dagvullende concentratie niet in, op de vaste avondwandeling na. Tijdens die wandeling beleefde ik het hoogtepunt van elke dag: een blik op Luik, dat ik vanuit mijn vlak bij de Belgische grens gelegen dorp kon zien liggen. Luik was een andere wereld. Ik kende de stad van vroeger, van *la foire de Liège*, de enorme oktoberkermis. Het was een échte stad, met veel verschillende culturen, dankzij de Cockerill, de staalindustrie die arbeiders van heinde en verre aantrok. Een contrast met het witte, aangeharkte Maastricht van de jaren tachtig. Tot aan België zag ik niets dan weilanden – en dan plotseling de stad die nooit leek te slapen en letterlijk oplichtte, als gevolg van een gigantische hoeveelheid straatlantaarns, naar verluidt omdat de zoon van een Belgische minister die produceerde. Luik stond voor vrijheid, voor alles wat ik sinds kort niet meer had. Ik dagdroomde dat ik daar een oplossing voor mijn problemen zou vinden. Ik wist dat het probleem in mezelf lag, en wist eigenlijk ook dat geen enkele andere plek me ging helpen beter te worden. Maar zo werkte mijn wanhoop niet. Die zei me dat iets doen beter was dan niets doen, en dat heel weinig hoop toch beter was dan geen hoop. Daarom keek ik elke avond, op een innerlijk



gespleten manier, nostalgisch en vol hoop en bewondering naar de ‘Vurige Stede’.

Wilde ik daar ooit weer geraken, dan moest ik nu iets doen.

Mijn huisarts zat in Gronsveld, een naburig dorp. Ik wilde een verwijskaart voor een psychotherapeut en maakte me zorgen of dat ging lukken, als kind, in katholieke contreien. Niet alleen omdat alles wat de dokter zei heilig was, maar ook omdat ik zelf niet eerder van mijn stoornis had gehoord. Ik wist niet of iemand anders eraan leed, laat staan dat ik een lotgenoot zou kunnen noemen. Als de dokter er ook niets van wist, stond ik niet bijster sterk.

Aanvankelijk wilde hij me wegsturen, met hoogstens een recept voor een kalmeringsmiddel.

‘Je bent wat overgevoelig, het is goed als je een beetje lossier wordt,’ zei hij.

‘Maar er is iets fout gegaan in mijn hoofd,’ zei ik. ‘Echt fout. Ik ben daar plotseling opgesloten geraakt, en ik heb het gevoel dat ik er zonder deskundige hulp nooit meer uit zal komen.’

De dokter wist het beter. Uit zijn woorden maakte ik op dat hij niet naar me luisterde en zijn lichaams taal ondersteunde dat. Als nakomertje in een gezin van zes kinderen was ik een geoefend beschouwer van gesprekken, als muziekliefhebber een getraind luisteraar. Toch deed iets hem besluiten de gewenste ver-

wijskaart aan mij als dertienjarige uit te schrijven.

‘Hier kun je terecht voor een gesprek,’ zei hij, terwijl hij een briefje schreef. ‘Bij het Riagg in Maastricht.’

Ik wist niet wat hem zover had gebracht, maar dat was niet belangrijk meer. De kaart was er.

Na ongeveer zes weken kon ik terecht bij de psychotherapeute. In de tussentijd had ik begrepen dat ik blij mocht zijn dat ze op zo’n ‘korte’ termijn tijd voor mij kon vrijmaken, in de avonduren nog wel. Ze was een autoriteit en zou mij beslist kunnen helpen.

Ik kon niet eens informatie vinden over wat me mankeerde, maar zij zou me wel beter kunnen maken? Hoe dan?

Ze was de enige hoop die ik had. De dagen tot aan het intakegesprek telde ik af. Ik wist precies wat ik de psychotherapeute wilde vertellen en vragen.

Maar geheimhouden dat ik naar haar toe ging, was in een cultuur met een grote sociale controle geen sinecure. Zoals de meeste leeftijdsgenoten ging ik in Maastricht naar school. ‘Betragt’ worden als ik het Riagg binnenstapte, zou het roddelcircuit in het dorp op gang hebben gebracht. Weg geheimhouding.

Daar kwam nog iets bij. Ik kon niet wachten totdat ik professionele hulp kreeg, maar tegelijkertijd vreesde ik de psychotherapeute. Omdat ik dacht dat dwang een symptoom was van een onbewust probleem, was ik bang dat zij aan mij kon merken welk probleem dat was. De almacht die ik een therapeut qua diagnosti-

ceren toedichtte, was niet realistisch. Maar ik was er wel van overtuigd dat er iets achter mijn dwang zat en dat als iemand daar ooit achter zou komen, dat alleen een psycholoog of psychiater kon zijn. Intuïtief wist ik dat dat onbewuste probleem ernstiger was dan mijn dwang. Ik schaamde me nog meer voor dat onbekende probleem dan voor mijn dwang.

In een grauwe Maastrichtse straat, de Dokter van Kleefstraat, stonden vier spierwitte huizen. Samen vormden ze het Riagg, de Regionale Instelling voor Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg. Ik had geen idee wie dokter Van Kleef was, maar het klonk geleerd, en dat vond ik een goed teken. Eromheen stonden vaalgrijze flatgebouwen en een betonnen nieuwbouwkerk. En er was het zielloze winkelcentrum Brusselse Poort. In niets leek deze bebouwing op het historische, organisch gegroeide Maastricht; alles zag er bedacht uit.

Op die avond nam ik voor het eerst plaats in de wachtkamer. En toen sloeg de radeloosheid toe, erger nog dan ik gewend was. Want of ik later nou archeoloog wilde worden of iets in de muziek wilde doen, ik voelde dat dát me allemaal zou kunnen lukken. Tenzij dit zou mislukken. De gedachte dat de psychotherapeute me niet zou kunnen helpen benam me de adem. Ik kalmeerde door mijn focus te verleggen naar de inrichting van de kamer.

Groene gordijnen. Wat was de bedoeling van die kleur?