

HACHELIJKE HANDREIKINGEN

1.

In de zin van het verhullende, openbaar ik mijn magische woorden, meende een recensent na de verschijning van mijn eerste novelle, De Gekte Voorbij. Met veel plezier maar ook in inkt van zweet en schaamte soms, knalde ik mijn debuut de wereld in. Het is mooi een gave te behouden, al word ik ouder, het blijft nog steeds en beklijft nog steeds, ik kan kripties-literair schrijven, zo vermag ik het in elk geval zelf te zeggen. Het is middenmei 2022.

De draad oppakken. De Gekte Voorbij heeft jaren gekost waarin deze roman ontstond. Ik weet op het moment dat ik dit schrijf niet of deze novelle ook zoveel schrijven en schrappen gaat geven, misschien spijkerspuug ik dit keer binnen een paar maand een nieuw boek de markt op. Ik doe mijn best. Als werktitel is er in elk geval Hachelijke Handreikingen want ook dit maal kom ik met een boek waarvan ik zelf leer maar waarvan ik ook weet, vermag, dat anderen er van zullen leren. Het kan verkeren, toch?

Ik kom uit een middelmatig gezin. Daar bedoel ik niet mee dat het doorsnee was. Er was wel liefde maar van een versmoorde soort, ik werd beschermend opgevoed. Mijn broer Arthur en ik mochten niet veel. Er ontbrak ons op zich aan niets maar meedoen met de mode was er niet echt bij en ik heb tot mijn verdriet tot op gevorderde tienerleeftijd korte broeken moeten dragen. Ik weet mij nog een klassefoto van de zesde

klas van de lagere school waar ik als enige een korte broek draag. Heb de foto verbrand. Als je beelden niet wil zien/als je denkt dat draag ik niet/ vond je het eigenlijk maar min/word je wagenziek/ sluit dan je ogen/verdriet onopgedrogen/verscheur de foto/zo speel je kiet.

2.

Probeer eens de Crisisdienst (ook wel vliegende psychiater genoemd) te bellen na een onrustige nacht van ledematen die alle kanten op willen, Joke ziet het met lede ogen en engelenbegrip/begeleiding aan.

Om twee minuten voor 8 in de ochtend verwijst de triage-verpleegkundige me doodleuk telefonisch naar de huisarts. Me nog wel even vragend of ik zelfmoord wil...

Daarna een menu door bij de gezondheidspraktijk vol parttime artsen, allen vrouw, alles waarnemend en net terug van zwangerschapsverlof en/of burnout.....een menu, dat zes minuten doorvraagt en waarbij uiteindelijk het terugbellen verzandt in verbinding verbroken.

Vroeger had je huisarts Blaker die in de wijk woonde, daar liep je gewoon heen. Zijn vrouw, assistent door dik en dun, zei dan dat de dokter in de moestuin bezig was en even later stond je met de geneesheer wortels te trekken en waren je pijntjes als sneeuw voor de zon weg. Zucht. Later op de dag buurvrouw/vriendin verderop in de straat gebeeldbeld. Zij is zelf ook psychose-gevoelig en zei: "De tijd is je beste vriend. Weet dat de psychose vanzelf weer weggaat." Houvast aan woorden.

3.

Als organisch ben ik erin gerold -al jaren- om iets van begeleiding te geven, als een soort van ervaringsdeskundige - ik spiegel en vraag door. Goed luisteraar, samen proberen tot een oplossing te komen. Wederzijdse groei, belangstelling, aandacht. Ik sta sterk maar durf ook te huilen. 1-op-1 gesprekken, zeker niet betaald op dit moment, hoeft ook niet.

Medemenselijkheid, oppikken en doorgeven.

Erg goed kritisch zijn moet je leren. Perspectivistische lenigheid: leg naast je neer welke eerste indruk bij je opborrelt. Waarom we belabberde vragen stellen, je ziet blinde vlekken, definities moet je helder hebben, interessanter is het een goed begrip te hebben.

Mensen zijn gebouwd op zenden, velen hebben vraagvrees.

Scoren – het hebben van een mening heeft meer waarde dan een vraag stellen. “Ik weet het nog niet” wordt slecht gewaardeerd. Je wilt de ander ontzien. Objectiviteit moet duidelijk zijn, zonder vooroordeel zijn: we leren niet deugdelijk redeneren. Je komt weg met gewoon een mening te hebben. Gesprekken slaan dan dood. Ook het aspect tijd speelt een rol. Je kan een soort van in verdrukking komen, wanneer je een vraag stelt. Als je de vraag in een vroeg stadium stelt, scheelt dat verderop tijd. Competentie: we krijgen het niet geleerd bevraagd te worden.

Mensen vragen mij weleens waarom ik schrijf. Ben meestal geneigd deze vraag met een wedervraag te beantwoorden: “Waarom schrijf jij / schrijft u niet?” Daar weten mensen vaak niet van terug.

4.

Bij mij dacht ik dat het ging werken, Joke en ik spraken af dat als we een driegesprek hebben of anderszins, dat als ik veel te druk word, of als ik waanzinnige teksten begin uit te kramen, dat zij dan ons codewoord gebruikt, dat is het woord ‘spruitjes’ maar gebleken is dat dat in de praktijk niet goed werkt. Ik gaf nog als tip mee dat je dan

het woord ook kan gebruiken in een verhalend stukje tekst, een toneelstukje bijna. Bij voorbeeld door na de raaskal van mij dat dan Joke zou zeggen: “Spruitjes, die kunnen we ook wel eens weer eten vanavond,- die hebben we al een tijdje niet gegeten!” En dat ik dan zeg, ter bevestiging dat ik haar heb gehoord: “Oh ja, spruitjes, maar dan wel met spekjes erdoorheen en eerst nog knoflook en lente-ui fruiten, voordat we de spruitjes roerbakken!”

Ik geloof dat we maar 1 keer de spruitjes hebben toegepast, dat codewoord werkt toch niet echt in de praktijk. Het lijkt te veel op een codewoord bij SM, dat iemand met zijn/haar vuist inbeukt op het gespierde buikje van de ander en dat dat dan heel hard mag en dat er wordt doorgeslagen, zo hard en lekker, tot het moment dat de ondergaander van dit heerlijke lot, “Rood!” roept. Dan denkt de beuker: wat nou rood, je buik is nog helemaal niet rood... Ik bedoel maar. Dus de aanbeveling die ik u, lezer, wilde geven om in conversaties met een psychosegevoelig iemand een codewoord te gebruiken, dat dat geen hout snijdt.

5.

Kom aan, schrijver, pak je aantekeningen in het cahier dat je van Joke kreeg erbij. Ga nou eens duidelijk uiteen zetten wat de oorsprong van de vier psychoses, 1998 – 2007--2011 en nu, 2022 is geweest. Zijn er altijd aanleidingen, aanwrijvingen, gedachten, dwanggedachten?

De eerste keer was duidelijk, een reactieve psychose, een psychose dus naar aanleiding van slecht nieuws: ik hoorde – vernam full-blown AIDS te hebben. Per kubieke milliliter bloed had ik meer dan een half miljoen eenheden van het virus in mij, dat is in de 24 jaar gereduceerd tot onder de twintig, niet meer meetbaar. Ik zou nu, als ik dat zou willen, kinderen kunnen verwekken zonder dat er virusoverdracht is. Heb ik die aandrang, die behoefte? Weet het niet – ik zou denkelijk wel een goede vader zijn. Ik vind kleine kinderen intrigerend, grappig en wijs. Maar als zestig-jarige man, nu, 2022, zouden die kinderen, zou die ene zoon, zou dit kind opgroeien met een oude vader en dat kan ik dat kind niet aandoen. Tegenwoordig, dat komt er nog bij, vandaag de dag zijn er veel corona-kinderen

en dat is dan niet eens bedoeld “de verwekking dezer kinderen 9 maand terug in de tijd” toen er een lockdown was en dus man op vrouw ging liggen om een kind te verwekken, te herijken, maar de 1-jarigen van nu schijnen een psychiatrische aandoening te ontwikkelen. Ze kampen met zwaar leed, weer een spectrum in het autisme-gebied? Ik benijd die ouders niet.

6.

Ik moet een pakje posten bij de buurtige Primera. Op halverwege schommelen mijn hersenen al. Wat zeg ik, deze schuren in mijn pan. In de winkel aangekomen moet ik down, down. Ik ga op mijn knieën verder naar de balie voor de pakketjes. Mensen zien mij aan. Buiten gekomen, nog steeds kruipend, kijkt een zevental mensen naar mij en bieden aan te helpen, een broodje, een blikje cola. Tante Joyce, de buurtmoeder van de Oosterparkbuurt zegt mij een Hebreeuws gebed op en ik varieer hardop met haar het Onze Vader. Zo kwaad als het gaat schuifelen we samen naar het huis van Joke en mij. Daar op het balkon schreeuw-huil ik het verlies van mijn vader en moeder uit. Ik zit verdomme zwaar in de rouw.

7.

Seksualiteit speelt een steeds minder belangrijke rol. Joke en ik hebben soms wel wat seks maar ik hou er niet van gepijpt te worden en haar penetreren wil ik niet. Ik vind het kriebelige gevoel aan mijn eikel, bij pijpen, maar niets en binnendringen bij een vrouw, vind ik niet kunnen gelet op mijn zijn van feminist – penetreren lijkt mij te veel op het overheersen van de andere sekse. Van wie of wat word ik wel opgewonden dan? Ik kijk nog wel (stiekem) porno, meestal trio's van gespierde mannen, soms FMM (1 vrouw, twee mannen) en knoop dan, voor de PC, mijn broek open, gier mijn goed-stijve lul door mijn rechter-vuist. Af en toe wat poppers-snuif erbij. Maar klaarkomen? Nee dat lukt me steeds minder, het lijkt wel of ik steeds a-seksueler word, zou dat het zijn, dat ik na al die honderden mannen, van vijf minuten in een hok in de donkere kamers van gaybars, tot jaaaren relaties, dat ik daarom steeds minder seks heb, voer voor psychologen van de koude grond. In de nacht van elf op twaalf maart 2022 hebben Joke en ik in elk geval mooie seks, “geil & lief” bij een groot hart met J en R teken ik op in mijn aantekeningencahier. Fantaseer ik soms? Ik geil op voetballers, dat is een gegeven, mijn chef bij de winkel waar ik zo nu en dan werk, windt mij op bijvoorbeeld,

hij is amateur voetballer maar hoog in de zaterdagklasse der Voetbalbond, hij heeft lang haar en een baardje en (heerlijk!) afgekloven vingernagels, dat vind ik supergeil, ik ben bang nou ja, bang? Dat hij wel weet dat ik op hem val, dat ik zin heb....., maar joh, hij is hetero, heeft een vriendin en een zoontje, corona-baby.

Wat ik nooit zal en wil en mag afleren is het cijfers geven aan lekkere mannen die ik op straat zie lopen, ik bij voorkeur met mondkapje op, door mij murmelkapje genoemd, omdat je zo heerlijk hardop cijfers kunt geven, terwijl al dat lekkers voorbij loopt. Heb ik een bepaald type? Welneen.

Het kan gaan om een mediterrane jongen, een blonde Hollandse stoot, een mooie zwarte atleet, een fietser die (nog) niet weet dat hij de moeite waard is. Echtgenoten. Straatmadelieven. Uitgesprokenen. Ik kan en mag over Hen fantaseren. Ze krijgen soms vorm. In een droom. In een moment dat ik me aftrek? Zeker. Tuurlijk. Maar de laatste paar weken (ik schrijf eind mei 2022) krijg ik Hem niet meer omhoog. Ik blijf steken. Net of seksualiteit niet meer wil. Dat de Seksualiteit het laat afweten. Waarom in godesnaam?

Ik ben een uur of daaromtrent in mijn eigen huis, mijn mancave en atelier aan het V-plein en kijk naar de hoeveelheid snailmail ofwel gewone post van de PTT (noem het bedrijf liefst bij deze naam) – twee blauwe enveloppen onder meer: moet een flink bedrag terugbetalen aan ge-inde huurtoeslag, wat zeg ik, moet een vol jaar zowat aan gelden terugbetalen. Voorheen hing aan de brief nog een acceptgiro of je kon het bedrag laten verrekenen met je lopende huurtoeslag. Nu moet je er voor zorg dragen dat je elke maand voor een deadline betaalt. Leuker kunnen ze het niet maken en makkelijker ook niet. Maar goed, schrijver (ik roep mezelf tot orde!) – wat ging je nou doen in je huis aan het plein? Eerst kijk ik de post dus door maar wat ik wil, is een DVD opzetten. Het is een verhaal van gespierde en deels ge-inkte mannen. Ik zet de schijfjesslokkende speler aan en in no-time heb ik een volle mast, een dikke pik dus, ik gier mijn lul door mijn vuist en na pakweg 5 minuten al spuit ik over mijn ontblote buik, zittend/liggend op mijn bank. Er komt massa's aan sperma uit mijn heerlijke lul...geil, spuiten, realiseer me dat het lang geleden is dat ik klaarkwam. Bij Joke thuis lukt het me niet, als zij even naar de Albert Heijn is – me af te trekken en te spuiten. Ik kijk dan vaak xhamster of pornohub (internet-pagina's) en

zoek groepsseks van mannen of een gespierde dertiger die zijn pik “mast” en kreunend klaar komt. Of ik kijk FMM (1 vrouw en 2 mannen) waarbij het lekkerste deel is dat de stoerste man gebeukt en geneukt wordt door de “zwakkere” man. Halleluja! Dit wil ik wel in het echt maar Joke wil dat niet, ze wil ook niet dat ik “afga” (het doe, de daad verricht) met een ander, man noch vrouw. Ik zie seks als een spel, eens per maand “doen” Joke en ik het, maar ik zal liegen als ik zeg dat ik aan dat genoeg heb, neen, dus zit ik met een Huge Problem, niet waar?

8.

Heb ik ooit met mijn homoseksualiteit problemen gehad? Ik was op school soms vaag verliefd op klas- of schoolgenoten van dezelfde kunne. Bij voorbeeld op Alex Middel, hij was lang en droeg de schoenen/sneakers die ik graag wilde en die bij hem superstoer stonden. Ik werd gepest op school. Een groepje gasten noemde bij ‘koffieboon’- ik leek op een jongen die zwak was en makkelijk prooi, die dat groepje had gekend, deze heette Egbert, denk: Douwe Egberts, “dus” koffieboon. Ze trokken remkabels van mijn fiets kapot en rosten achterlichten van mijn fietsen – ik was het pispaaletje.

Wat ik ging doen, was op andere fronten populair zijn. Was sowieso de lievelingsleerling van veel leraren. Maar om toch in bepaalde kringen op school enig aanzien en waardering te krijgen, ontpopte ik mij: ik zat in het leerlingenbestuur, was redacteur van de schoolkrant, deed aan schooltoneel.

Ook weer vaag verliefd: ik viel op een leraar natuurkunde: de strak-kontig geklede heer Gilijamse, T-shirt, Levi’s 501, hij was heel geliefd, veel meiden kozen zijn vak geloof ik omdat hij zo een lekker ding was. Hij was getrouwd met mijn lerares Nederlands, de immer in broekrok gehesen mevrouw Gilijamse-Smalbraak. Om haar ben ik de lerarenopleiding Nederlands gaan doen. Ik was de eerste jongen die “De Schaamte Voorbij” van Anja Meulenbelt las – ik toen al feministisch van inborst.

Wat is feminisme? Voor mij is het: het centraal stellen van de situatie, de positie van de vrouw, onterecht vaak aangeduid als het zwakke geslacht. Ik noem mezelf feminist omdat ik, ook in mijn relatie met/tot Joke, de vrouw, haar, als ‘hoger’ inschat, ik weet zeker dat de vrouw, altijd, de broek aanheeft, wij mannen worden subtiel neergezet als degenen die ‘het’ niet zouden doorhebben. Ik merk ook, ik weet, dat Joke altijd gelijk heeft. Dat is niet

het aanhangen van de uitdrukking, het is dat het gewoon waar is, de waarheid is, Joke heeft altijd gelijk, punt.