

## MOETEN

Ik herinner me nog goed de dag dat hij mijn hoofd kwam binnenwandelen, Gregor. Hij zei het meteen bij binnenkomst: "Ik ben je Dwang-persoon." Hij keek er erg opgeruimd bij, alsof hij de boel eens grondig kwam afstoffen en schoon-schrobben.

Van het begin af aan deed hij er alles aan om de macht in mijn hoofd over te nemen. Tegenwoordig is hij een onvermijdelijke, gevreesde en gehate ingezetene.

Het begon met kleine opdrachtjes. Dan zit ik aan tafel en wanneer ik wil beginnen met eten, zegt Gregor:

'Je vork in je linkerhand, Dummy.' Zo noemt hij me altijd, nooit bij mijn voornaam, altijd "Dummy".

Als ik me niets van zijn opdracht aantrek, trekt hij zich terug, mokkend. Ik volg dan nog wel een tijdje mijn eigen impuls, maar in mijn achterhoofd hoor ik de geluiden die hij maakt. Hoewel hij mokt, is hij toch bepaald luidruchtig.

Het klinkt alsof hij met drumsticks op deksels en pannen slaat. Ik luister alleen wanneer er niets om mij heen gebeurt dat me helpt mijn gedachten te verzetten. Dan ben ik wel gedwongen zijn protesten aan te horen.

Soms hou ik het een hele tijd vol, zijn opdrachten negeren, vooral als er vrienden op bezoek zijn of wanneer ik de televisie durf aan te zetten. Maar hij is vasthoudend, hij blijft doorgaan tot hij zijn zin krijgt. En om ervan af te zijn doe ik tenslotte toch maar wat me is opgedragen en eet ik niet meer met mijn vork in mijn rechterhand.

Als ik gehoorzaam, komt hij stralend te voorschijn uit mijn achterhoofd. Hij zegt geen woord, maar hij glimlacht, een glimlach zo breed als een Smiley. En ik haat hem nog meer dan daarvoor. Want Gregor heeft geen warmte, geen medelijden, geen compassie.

Natuurlijk weet ik wel dat hij een deel is van mezelf, dat ik hem waarschijnlijk zelf heb gemaakt. Maar toch voelt het niet zo. Het is een indringer. Een indringer die ik liever kwijt dan rijk zou zijn. Maar ik weet niet goed hoe ik hem zou moeten lozen.

Hij wordt met de dag agressiever, of beter gezegd opdringeriger. Hij wil mij uit alle macht dingen laten doen die ik helemaal niet wil.

'Eet maar lekker dat stuk zeep op,' zegt hij, 'als je het zo lekker vindt onder de douche. Misschien smaakt het er wel bij.' Natuurlijk doe ik dat niet, maar het kost erg veel moeite

om me hem van het lijf te houden. Het kost veel energie, om de waarheid te zeggen ben ik de hele dag bezig om hem in bedwang te houden.

Wat ook verandert onder zijn invloed, is het contact met mijn lichaam. Al een tijdje maak ik mij zorgen dat ik weinig meer voel van mijn eigen behoeften. Ik heb bijna geen lustgevoelens meer, geen honger, geen dorst en het gaat zelfs zo ver, dat ik niet meer merk dat ik naar de wc moet. Ik wacht tot Gregor zegt dat ik nu toch werkelijk eens moet gaan plassen.

Het is verschrikkelijk, ik kom langzamerhand om in de vuile onderbroeken en ik durf ze niet in de was aan mijn hospita te geven uit angst dat die er wat van zal zeggen. Dus ik gooi ze eenvoudig maar weg en koop nieuwe bij Zeeman, daar zijn ze niet zo duur.

Het wachten is op een opdracht van Gregor die tot mijn volledige zelfvernietiging leidt. Ook zoiets zal ik niet direct doen, maar het kost veel energie om tegen zijn bevelen in te gaan.

En ja hoor, het is zover. Waar ik al die tijd al bang voor was, gebeurt: Gregor dringt erop aan dat ik een einde aan mijn leven zal maken.

Natuurlijk doe ik dat niet (ik kijk wel uit), maar hij blijft maar zeuren en jengelen. Zo nu en dan, om hem tevreden te stellen doe ik net alsof ik zijn suggesties opvolg. Ik hangt een strop op aan de plafondhaak, klim op een stoeltje en steek mijn hoofd door de strop. Maar ik doe het niet, ik schop het stoeltje niet weg, ik trek mijn hoofd terug en steek mijn handen er doorheen en wuif naar Gregor. Dat vindt hij absoluut niet leuk, en hij wordt helemaal kwaad wanneer ik de strop aan het plafond weer losmaak en het stoeltje weer bij de tafel zet. Ik moet er niet aan denken dat mijn moeder mijn lichaam daar zou vinden, wanneer ze vanmiddag komt. Voor de rest van de dag houdt Gregor zich na dit affront gelukkig gedeisd.

Maar de volgende dag begint hij opnieuw: hij dringt erop aan dat ik over het balkon spring. Maar ook dit keer weet ik zijn dwingende suggestie te negeren. Ik ga wel op het balkon, ik sla zelfs mijn ene been over de balustrade, maar als ik dat gedaan heb, lach ik hem uit, wuif weer naar hem en ga snel weer naar binnen. Voor de zekerheid doe ik de open-slaande balkondeuren op slot, ik steek een kettingslot door de handvaten en sluit zo de toegang af. Het sleuteltje berg ik op in de keukenkast, in het bakje met de spaarpunten.

Ik weet niet hoe lang ik dit nog kan volhouden. Steeds komt hij met nieuwe plannen voor de beëindiging van mijn leven. Maar hoewel ik mijn leven niet bijzonder aangenaam

vindt, kan ik niet zomaar zonder. Ik ben bevreesd voor de invloed die hij op mij heeft. Misschien lukt het hem toch, op een onbewaakt moment, mij op het verkeerde been te zetten, of maak ik zelf een vergissing tijdens zo'n quasi-zelfmoordpoging.

Laatst suggereerde hij dat ik maar eens een glaasje arsenicum moest proeven, en ik probeerde hem te foppen met in plaats daarvan olijfolie te drinken. Maar toen ik daar zo met het glas in mijn hand stond, constateerde ik dat ik, wat een grap was om hem te foppen, steeds serieuzer uitvoer. Ik begin nu ook zèlf te denken dat het misschien maar beter zou zijn wanneer ik er niet meer was. Tenslotte, wie zou me missen? ("Precies, wie zou je missen?" hoor ik Gregor in mijn achterhoofd zeggen). Het gaat zo niet langer. Ik moet hulp zoeken.

Ik meld me bij de eerste hulp van het ziekenhuis. Dat is niet zo ver bij mij vandaan. Na een halfuur te hebben zitten wachten, waarbij Gregor steeds in mijn achterhoofd blijft fulmineren, leg ik aan de verpleger achter de balie uit wat mijn probleem is. Na mij aandachtig te hebben aangehoord, waarbij de hele kamer met wachtende patiënten mag meegenieten, brengt hij me naar een psychiater in een kamertje verderop in de gang. Als ik tegenover hem zit, een ongeïnteresseerde, wat oudere, slonzig geklede man, zinkt de moed me in de schoenen. Ik begin stotterend te vertellen over mijn probleem, maar het lijkt wel alsof hij niet oplet en niets hoort. Hij ziet druk in zijn papieren te frutselen en zegt tenslotte:

'Akkoord, dit lijkt ernstig, we nemen op.' Daarmee schijnt de zaak te zijn afgedaan en moet ik weer in de wachtkamer gaan zitten. Na een half uur komt een verpleegster me halen. Ze brengt me naar een klein kamertje op de afdeling waar ik voorlopig zal verblijven.

Het is een gezellig kamertje. Er staat een bed in de hoek, een kast met een slot waar ik mijn spulletjes in kan opbergen, een klein tafeltje om dingetjes op te zetten die me dierbaar zijn en een luie stoel voor de bezoekers.

Ik pak mijn tas uit waarin ik thuis al dingen had gestopt voor het geval ik zou worden opgenomen, leg het een en ander in de kast, zet het dierbare portret van Sacha op het tafeltje en ga met het kussen in mijn rug op het bed zitten. Eindelijk voel ik hoe de ontspanning uit mijn buik opwelt. Ik doe mijn ogen dicht en doezel weg.

Als ik mijn ogen weer open doe, zit Gregor voor het raam te wachten. Maar dit keer laat ik me niet intimideren. Ik doe het raam niet open en beduid dat hij weg moet gaan, dat ik rust wil, dat ik wil slapen. Tot mijn grote verwondering, begrijp hij wat ik bedoel en verdwijnt.

Maar wanneer ik de volgende morgen na het ontbijt terug kom op mijn kamer, zit hij weer voor het raam. Zuchtend doet ik het raam open en laat hem binnen.

'Ik word doodmoe van je, Gregor,' zeg ik, meer tegen mezelf dan tegen hem, want ik ga er vanuit dat hij toch niet luistert. En dat blijkt. Hij begint als vanouds in mijn hoofd te tetteren. Hij dringt erop aan dat ik naar beneden zal springen. Ik word zo moedeloos dat mijn toestand van tijdelijke ontspanning wordt verpest, dat ik besluit om dan maar aan zijn verzoek te voldoen. Wanneer ik het zijraam open doe, merk ik dat het maar een klein sprongetje is naar beneden. Dat overleef ik met gemak. Maar als ik spring, blijkt Gregor de bakens plotseling te hebben verzet. Ik spring niet van één hoog naar beneden maar van drie hoog. Ik breek mijn been en raak buiten westen.

Wanneer ik weer bij kennis kom, staat er een groep verplegers over mij heen gebogen. Nu ga ik misschien wel naar de gesloten afdeling, denk ik doezelig. Daar kan hij vast niet binnenkomen.