eigen weg

Colofon

© 2019

Auteur: Suzanna de Jonge

Vormgeving: bureau Janse, Deventer
Drukwerk: BoekenGilde, Enschede

ISBN: 978-94-6323-928-8

www.boekengilde.nl

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

eigen weg

Suzanna de Jonge

Noot van de schrijver
Voor het schrijven van dit boek heb ik gebruik gemaakt van mijn dagboeken, maar veel herinneringen uit mijn jeugd heb ik kennelijk visueel opgeslagen in mijn geheugen. De namen van alle mensen en zelfs van de hond, zijn veranderd en soms ook kenmerkende details. Geen enkel verhaal in dit boek is verzonnen maar de meest ellendige situaties en ook geweld heb ik bewust weggelaten omdat ik het niet vond passen in de sfeer van het boek.

Pseudoniem
Ik heb ervoor gekozen om mijn boek onder een pseudoniem uit te geven. Dit doe ik om mijn omgeving te beschermen. De hoofdpersonen in mijn verhaal hebben namen die heel erg weinig voorkomen.

Suzanna is een van mijn voornamen, Suus was een meisje dat 'er niet mocht zijn', zoals veel mensen 'er nu ook niet mogen zijn'.

Ze was de beste vriendin van mijn moeder op de middelbare school. Drie weken voor haar negentiende verjaardag is ze om het leven gekomen in een kamp in Polen. Ik ben naar haar vernoemd.

Mijn achternaam in het boek is die van mijn eerste vriend, we waren al in ondertrouw toen we net achttien en negentien waren. Zoals je bij het lezen van dit boek zult begrijpen werd onze leefwijze binnen no time zo slecht dat het van een trouwerij nooit meer is gekomen.

Veel mooier kan ik het niet maken.

Inhoud

Vlak voor Kerst 1980 7
Mijn afkickprogramma 12
Sporten en leren 16
Lopen 19
Handen 21
Een middag vakantie 22
Flow, 26
Zevenendertig dingen om nog te doen 29
Met de bus 33
Vriendschap, verliefdheid en verwarring 36
Mist 40
Het rode kistje 43
Lopend naar het kleine dorpje 45
Niet bloot op de foto 47
Dit kan toch niet... 51
Midzomernacht 53
Vakantie 55
Weg, maar met vertraging 58
Waarschuwing 64
Klote dope 65
Vertrouwen 67
Sluisje 69
Egel, Erinaceus Europaeus 70
Zeventien jaar 72
Monstertocht 74
Wat je niet doet voor dope 78
Ontmoeting 81
Peanuts 82
Fenna 84
Wit en bruin 86
Bar en bos 88

Schier 92
Overvallen 94
Emoties 97
De laatste dagen 100
Wegbrengen 103
Brieven 106
Waarom geen opname voor mij? 108
Het gehoor 109
Het hol van de leeuw 114
Burn out 118
Moment suprême 120
Prijs! 122
De Dove damesclub 125
Het groene eiland 128
Foto 133
Slechthorend en werken 136
Nachtelijke puzzeltocht 139
De donkerste jaren van mijn leven 142
Loslaten 145
Switi Sranang 150
Plastic wereld 155
Sinterklaas 160
Goed gevulde dijen 161
Brief aan mijn vader 164
De diamant in je broekzak of geluk 166
Dank 168

Vlak voor Kerst 1980

Ik stond in de achterste slaapkamer van mijn ooit zo mooie huis naar buiten te kijken, naar de grijze stad en over de achterkanten van de huizen, te bedenken of ik heroïne zou gaan kopen.

Acht jaar eerder toen ik achttien was had ik samen met mijn vriend het huis kunnen huren, al waren we toen al een paar jaar aan de pervitine en gebruikten we soms ook opium of methadon. Heroïne was in die tijd net in opkomst, het kwam van een Amerikaanse basis in Brabant en was spotgoedkoop. Het was vrij gemakkelijk te verkrijgen en het werd door ons steeds vaker gekocht en gesnoven. Ik denk dat het ongeveer een half jaar geduurd heeft, tot dat ik op een ochtend doodziek wakker werd en erger: met het schokkende gevoel dat ik in een enorme onontkoombare val was beland.

Ondanks dat het nu, jaren later, iets beter ging - ik spoot niet meer en 'liep' bij de 'post', waar ik elke dag het vervangende middel methadon kreeg - was het gevoel dat ik in een diepe val zat nooit volledig verdwenen.

De prijs van heroïne steeg acht jaar geleden vrij snel, bovendien hadden we al snel elke acht uur een dosis nodig die daarbij langzamerhand groter werd. Het was een kwestie van tijd voor we startten met spuiten en de rest van de ellende kwam er vrij vlot achteraan. Om dat vol te houden en mijn gevoel te verdoven had ik nog meer heroïne nodig. Mijn gezondheid ging snel achteruit en binnen een paar maanden lag ik doodziek in het

ziekenhuis. Hier hadden ze toen vrijwel geen ervaring met een drugsverslaafde. Nadat ik daar de eerste dag stiekem heroïne had gesnoven had mijn vriend methadon bij de huisarts geregeld. Dagen later kwam daar een maatschappelijk werkster langs in verband met mijn problemen, die weinig meer te bieden had dan te opperen: 'Misschien naar het Consultatiebureau voor Alcohol en Drugs?'

Het 'leven' ging jaren op deze voet verder, geen inkomen of uitkering, alles ging op aan drugs en een restje aan eten voor de hond en katten, rekeningen bleven liggen, contacten hadden we alleen nog met andere gebruikers en de prijs van de heroïne werd hoger en hoger. Ik herinner me een Kerstmis waarbij er prijzen van 1200 à 1500 gulden voor een gram werden gevraagd. In Amsterdam was volgens de verhalen een inval geweest waardoor de toestroom naar het Noorden was lamgelegd.

Thuis ging het steeds minder goed. We hadden op een gegeven moment de bovenverdieping aan een studentenstel verhuurd, ze zijn na een paar maanden letterlijk gevlucht. De afwas heeft er eens een jaar gestaan, die heb ik later twee dagen in de Biotex laten weken. Er stond een enorme en propvolle mand met vieze was en er werd nauwelijks schoongemaakt.

De methadonverstrekking stond in die tijd nog in de kinderschoenen, al had ik op mijn zeventiende een paar maanden in de allereerste verstrekking gezeten, met z'n drieën, op de afdeling Psychiatrie in het ziekenhuis. Het was bedoeld als afbouw in zes weken, van zes pillen, maximaal 30 milligram, naar nul. Van de realiteit had men totaal geen idee. Wanneer je aangaf dat

zes pillen onvoldoende werkte kreeg je van de hulpverleners als reactie: 'Misschien dat in Amsterdam zoveel wordt gebruikt, maar niet in Groningen.' Een enkele huisarts in de stad Groningen wilde later wel methadon voorschrijven maar moest daarmee stoppen van de Inspectie voor de Volksgezondheid. Zo kwam het voor dat je wel een recept had, maar de apotheek weigerde de pillen mee te geven.

In deze tijd kwam een man op ons pad die ik uit de buurt kende. Vriendelijk, zachtaardig en langharig. Ik vind het nu zeer beledigend en getuigen van de hokjesgeest waar ik vandaag de dag juist niet van hou, maar we noemden hem een Jezus freak. Hij heeft ons in contact gebracht met een psychiater in een ziekenhuis in Eindhoven. Daar moesten we elke week vanuit de stad met de trein heen, daar een fiets huren, naar het ziekenhuis voor een gesprekje, waarbij we eigenlijk niets te zeggen hadden, dan daar naar de apotheek met het recept voor methadon en terug naar Groningen.

Dit heeft een klein jaar geduurd. Jaren daarvoor had ik een arbeidsongeschiktheidsuitkering aangevraagd, maar niet gekregen. Veel later kreeg ik op een dag bezoek van een ambtenaar van de hondenbelasting die ik uitlegde dat ik geen inkomen had. Volgens mij vond hij de situatie schrijnend en heeft hij contact opgenomen met de uitkeringsinstantie. Drie jaar later werd deze alsnog toegekend met terugwerkende kracht.

Je kunt begrijpen: ik kreeg een enorm bedrag. En was niet in staat om het op te nemen. Er lag een stapel van zo'n halve meter rekeningen op de schoorsteenmantel, maar een bankrekening had ik niet meer: bij de banken was ik allang niet meer welkom. Mijn toenmalige

hulpverlener Michiel heeft me aan het werk gezet nadat ik vroeg of hij dat wilde regelen. Ik kon nog geen telefoonnummer in het telefoonboek vinden.

Ik herinner me nog de ochtend dat ik met ruim 10.000 gulden en een hele rits acceptgiro's op het hoofdpostkantoor stond en die allemaal betaalde. Daarna was dat bedrag op. Maar ik had nog ongeveer hetzelfde bedrag over. Dat stelde me in staat om na vijf jaar een poos de stad uit te gaan, met een flinke pot methadon van de illegale markt. Je kocht toen vier pillen voor een tientje. In de natuur, rust en elke dag lekker eten, wat had ik dat verschrikkelijk gemist.

Maar nu was het winter en ik was weer thuis en ik stond daar, op die kale verdieping waar onze huurders had gewoond. Hoewel het was opgeruimd, voelde het niet meer als een thuis. En het was ook nog een loodgrijze dag, kort voor kerst. Zo somber als het er buiten uitzag, zo voelde ik me ook vanbinnen. Dope zou dat gevoel even oplossen, maar omdat ik methadon had gehad - zes pillen van de methadonpost en nog zo'n twaalf pillen uit mijn eigen voorraad – voelde ik me niet ziek

Plotseling dacht ik: als ik het nu eens níét doe? Ik kreeg een heel warm en blij gevoel vanbinnen en het was of iemand zijn hand op mijn schouder legde. Buiten leek het opeens veel lichter. Ik had het gevoel alsof ik werd gesteund.

Twintig minuten later had ik een tasje met spullen gepakt, de hond meegenomen, in de haast mijn eigen voorraad methadon vergeten en ben ik een week gaan logeren bij een vriend die niet gebruikte.

Ik ben niet eens erg ziek geweest, terwijl ik opeens nog maar een derde van de hoeveelheid nam die ik al jaren gewend was. Maar ik kreeg na een klein wondje op mijn kin wel een infectie in de vorm van een werkelijk gigantische koortsuitslag. Op oudejaarsdag heeft mijn huisarts er aan het eind van de middag nog het mes ingezet, zodat ik met mijn kin in het verband naar een feestje ging. Het duurde nog weken voor het over was.

Het gevoel dat het nú ging lukken bleef, al was het soms moeilijk. Een half jaar later had ik een cleane vriend waar ik mee samenwoonde, nog een paar maanden later ben ik gaan werken op een project voor ex-verslaafden, daar kreeg ik na een poosje woorden met een collega over het feit dat ik nog een heel klein beetje methadon gebruikte. De volgende dag heb ik het laatste restje door de gootsteen gespoeld!

Het is nu 35 jaar later, als ik 's morgens wakker word en terugdenk aan hoe het begin van een dag destijds was. Dan kan ik intens gelukkig zijn en voel ik me bevrijd!

Mijn afkickprogramma

Tja, het laatste restje methadon door de gootsteen spoelen, het kan niet veel zijn geweest, misschien twee milligram. Dat is minder dan een halve pil.

Ik woonde een poosje met mijn vriend in een gekraakte straat in de stad. Jaren later hebben we deze straat samen met alle bewoners gekocht en opgeknapt. Eigenlijk was het een geluk dat ik daar terecht ben gekomen. Ik heb daar geleerd met andere mensen om te gaan, ze te vertrouwen en werd geaccepteerd zoals ik was. Het bestaat nog steeds, vlakbij het hoofdstation. Goedkoop wonen, maar er wordt wel verwacht dat je een beetje sociaal bent en je handen af en toe uit de mouwen steekt.

Toch heb ik na dit symbolische weggooien nogal wat nachtjes voor de tv gezeten, ik kon nauwelijks slapen en had zeurende pijn in rug en benen. Overdag zat ik in de keuken, waarom juist daar weet ik niet meer. Misschien omdat ik de hele dag bezig was met het maken van een maaltijd voor mijn vriend die een baan had? En met de gang naar de winkel bijna al mijn energie had verbruikt? Of omdat het huis niet bepaald gezellig was en ik niet bij machte was daar iets aan te veranderen? En ik denk dat ik nog nauwelijks wist wat gezelligheid was en wat dat voor mij betekende.

Ik zie me nog zitten: een wrak, denkend, links het fornuis, naast mij een vreselijk lelijke kast en ik op een oranje stoeltje, met het boek van Wayne Dyer *Niet morgen maar nu* binnen handbereik op de koelkast. Het

boek bestaat nog steeds en hoewel, toen voor mij, niet al te simpel, heeft het me toch wel wat verdere stappen laten zetten.

Toen ik dit kortgeleden weer las moest ik even lachen maar eigenlijk was het een dieptrieste, eenzame bedoening. En toch had ik destijds het idee dat het de goede kant opging. Twee stapjes vooruit en een stapje terug is ook vooruitgang.

Ik had mijn plan, mijn beste idee ooit: als ik het nu eens niet doe, de ommekeer die ik beschrijf in mijn eerste verhaal, waar ik nog steeds mijn kracht uithaalde, en nu vele jaren later nog. Ik had een dak boven mijn hoofd, hond, kat, vriend, uitkering, bed, kachel, eten maar ook een ongelofelijke hoeveelheid schaamte, onzekerheid en angst. De fout in gaan was al gebeurd, een jaar eerder. Ik had met mezelf afgesproken dat dit kon gebeuren en dat dit me niet van mijn plan zou afbrengen. Dat klopte, ik had er een vreselijk rotgevoel over gehad want ik was gevonden in het Noorder Plantsoen. 'Out' en beroofd, niet meer gewend aan dope.

Na maanden zonder methadon kreeg ik toch behoefte aan hulp, ik had veel, eigenlijk veel te veel om over na te denken en me zorgen over te maken en had niemand waar ik dat mee kon delen. Sowieso was ik daar toen niet bepaald goed in en als geestelijk nogal twijfelend mens nog veel minder. Er was een nazorgproject, waar ik met mijn ellende en wanhoop naartoe ben gegaan. Nee, zij konden niets voor mij doen, 'want ik was niet in een programma afgekickt'. Ik kwam niet verder dan de voordeur. Elke keer dat ik hieraan terugdenk voel ik weer de teleurstelling, de onmacht, de afwijzing en kan ik er nog steeds verschrikkelijk boos om worden.

Ik had een soort antwoord moeten hebben als: 'Wat goed dat je het al zo ver hebt gebracht, zullen we kijken wat we voor je kunnen doen?' Nee, mijn weg werd echt niet korter gemaakt door de hulpverlening. Ik heb me er niet compleet door laten ontmoedigen. Toch hoop ik dat zoiets nu en in de toekomst níét meer gebeurt!

Eigenlijk ging het heel langzaam steeds beter, er waren nog wel mensen die me niet vertrouwden, of zeiden: 'Jij? Dat hoef jij niet meer te proberen, dat lukt niet meer.' In het postkantoor bijna naast mijn huis zag ik twee vroegere medegebruikers. Het was gelijk: 'Suus, heb je dope bij je?' Ik schaamde me dood. 'Nee, ik gebruik al een jaar niet meer.' 'Oh, da's niets,' was het antwoord. 'Je moet minstens zes jaar niet gebruikt hebben, dan mag je zeggen dat je clean bent.' Jaren later, toen ik al lang binnen de verslavingszorg werkte, heb ik hulp gezocht bij een psycholoog. Op het werk was ik een rapport aan het uittypen van iemand die moest worden opgenomen in een psychiatrische inrichting. Er stond zo ongeveer het hele levensverhaal in. Het zweet brak me uit: ik had nog veel heftiger dingen meegemaakt, wat moest er dan wel niet met mij gebeuren? Daarom ging ik naar een psychologe. Of ik dat nu echt leuk vond weet ik niet, er kwam nog steeds niet veel uit bij mij. Maar goed, ze kon me er aardig van verzekeren dat het gek zijn wel meeviel en de angsten die ik had, bij veel mensen voorkwamen.

De natuurgeneeskundige, die me had geholpen met de laatste lichamelijke afkickverschijnselen, opperde op een gegeven moment: 'Je moet je talenten meer ontwikkelen, ga eens schrijven, een dagboek bijhouden of zo.' Daar ben ik dus mee begonnen, ik vond schrijven eigenlijk al boeiend toen ik heel jong was en net kon

lezen en schrijven, maar toen beseften ik en mijn ouders ook nog niet dat ik erg slechthorend was en met lezen of schrijven heb je daar geen last van en leer je intussen de taal.

Eigenlijk zei ze: doe eens wat! Probeer eens wat! En dat heb ik maar gedaan.

Sporten en leren

Toen ik een paar jaar clean was kon je in de Stad heel goedkoop een sport uitproberen. Dat heb ik geweten:

Tennis, het slaan was geweldig, maar ik en aanwijzingen verstaan in een sporthal was geen goede combinatie.

Schaatsen, dat kon ik natuurlijk allang, maar in de eerste les moesten we honderd meter schaatsen en toen stond iedereen daar met trillende kuiten. We moesten het dus opnieuw leren en dan net wat anders. Ik herinner me na een paar lessen wel de kick van het bijna moeiteloze glijden over het ijs met swingende muziek op de achtergrond. De winter erna heb ik de eerste toertocht gereden over de Groninger Maren. Het was heel erg mooi, indrukwekkend en zo fantastisch dat ik gelijk wilde omkeren toen ik bij de finish was. De medaille hangt bij mijn computer, daar ben ik echt trots op.

Biljarten, dit heb ik heel aardig geleerd met een groep vrouwen in een bijzonder chic mannendomein en met veel plezier gedaan tot reuma er een stokje voor stak. Het was vooral leuk en leerzaam en erg gezellig omdat je het samen met anderen doet, wat voor mij trouwens wel de grootste les was. Maar dat samen was daar ook wel nodig. Het was een al honderdvijftig jaar bestaande mannenclub, we mochten naar binnen omdat onze biljartleraar lid was van dit bolwerk, maar men vond wel dat we rokjes - het liefste kort - zouden moeten dragen met een keurige blouse. En ik vermoed liever nog wat minder, gezien de uitlatingen die we af en toe hoorden. Ja, het waren keurige en beschaafde heren.

Ik kreeg intussen ook weer plezier in leren, ik heb een jaar het avondcollege gedaan om mijn Nederlands op te frissen. Daarnaast heb ik vele jaren reanimatie geoefend en heb ik een cursus gevolgd: “Gas, licht en water, kleine klusjes in huis”. Dat bleek een schot in de roos. Het gas vertrouwde ik niet zo, het water ging me te snel als het fout ging, maar ik heb heel wat elektrische klusjes zelf gedaan. Erg ontspannend, per slot van rekening kan er weinig misgaan als je de stroom eraf gooit. En een cursus “kleur in huis”, vast van een verffabrikant, was erg inspirerend. De gevolgen hiervan zijn zelfs in mijn huidige huisje nog steeds te zien.

Ik heb Mahjong leren spelen en een paar jaar geleden nog banden leren plakken van een YouTube filmpje. Dat bleek erg handig, met name toen ik op een fietskampeertocht vijf punaises in een band van de hondenkar kreeg. Zo zat ik in korte broek op een strandje bij een meer banden te plakken, terwijl de dames op het terras vlak erachter de middag begonnen met een wit wijntje.

Probeer je creativiteit te ontwikkelen, het maakt werkelijk niet uit hoe. Of doe eens iets voor een ander, want daar krijg je een goed gevoel van. Veel lekkerder dan van drugs. Ik heb de meest verschillende dingen gedaan, van braaf breien tot schieten met geweer en pistool bij een vereniging. Diverse kookcursussen heb ik gevolgd, waar ik nog steeds plezier van heb. Ik heb wijn en bier leren maken. Ik heb gebarentaal geleerd nadat het zoontje van mijn vriendin doof werd. Ik heb aerobics gedaan, samen met de enige man in het groepje en met mijn buurvrouw die loodgieter was mochten wij achterin staan. We pasten kennelijk niet zo tussen de roze pakjes. Later heb ik een cursus zelfverdediging met haar gedaan, dat beviel ons veel beter.

En met frisse tegenzin, net clean, heb ik in november een biologische moestuin in de klei bemest en omgespit en toen in april de eerste plantjes opkwamen was ik om.

Iets doen kan dus ook heel fijn zijn. Bovendien leer je op een leuke manier weer met mensen om te gaan die je jarenlang hebt vermeden.

Lopen

Het langeafstandswandelen is een passie die ontstond toen ik een jaar of negen was en is vermoedelijk begonnen door de busreis van Veendam naar opa en oma in Groningen, waar ik kotsmisselijk van werd. Op een gegeven moment ben ik naar een treinstation gaan lopen, acht kilometer verderop, om daar met de trein te gaan. Dan liep ik tussen de velden door en via mooie bruggetjes langs het kanaal. Een heel stuk fijner dan overgeven in de berm.

In die tijd ben ik met Juul, mijn hartsvriendin sinds we op de kleuterschool zaten, naar Oude Pekela gelopen om onze geliefde meester Dijk weer te zien. Ik voelde me zo vertrouwd met deze man dat ik me een voorval kan herinneren waarbij ik hem 'mienjong' noemde in de klas. Dat kon natuurlijk echt niet, maar ik weet dat hij er ook om moest lachen. Hij was, in onze ogen, zomaar getrouwd en verhuisd en daar op een andere school voor de klas gaan staan. Ik denk dat onze ouders het een en ander over deze reis telefonisch hadden dichtgetimmerd.

Toch wel een avontuur voor meiden van die leeftijd, bijna geen verkeer, weggetjes van drie meter breed en voor het eerst alleen een cafe binnenstappen, in the middle of nowhere, zo was het daar toen. Daar heb ik mijn eerste cola ooit gedronken. Ik moest er zo van boeren dat ik niet wist hoe snel ik weer naar buiten moest. Wist je trouwens dat er ooit coke in cola zat? Niet in die vorm, wel als coka noot.

We waren het terrein van een strokarton-fabriek opgelopen en ergens opgeklommen om uitgebreid door de ramen te kijken. We zagen vooral ongelooflijk grote hoeveelheden papier en vodden. Na een paar kilometer zagen en roken we de smerige en stinkende gevolgen van deze industrie in Pekela, de soms een halve meter hoge gelige drab die langzaam door het kilometerslange kanaal gleed. Ik geloof dat het kanaal daar nu schoon en mooi is. We zijn bij onze meester beland waar we een boterham hebben gegeten en we hebben zijn school bekeken, vast veel saaier dan die van ons. Ik denk dat hij ons naar de bus heeft gebracht voor de tocht naar huis. Dit was een tocht van een kilometer of twaalf.

Kennelijk wilden we weer en meer! Het was mooi en spannend, waarschijnlijk maakten we ook endorfine aan, wat zelfs toen in mijn leven al goed van pas kwam.

Kort daarna zijn we samen naar Groningen gelopen, 28 kilometer. In de herfst of in de winter, sowieso al niet de vrolijkste omgeving, maar op zo'n grijze dag? Daar hadden wij kennelijk totaal geen last van, al herinner ik me wel de enorme afstanden tussen het ene en het andere punt waar weer iets van 'leven' was. Het werd vooral een tocht met drie hele lange rechte stukken. Van Veendam naar de Kielsterachterweg, dan naar en door Hoogezand en daarna van Hoogezand naar Groningen. Op zich ook niet echt iets om blij van te worden. Toch vonden we het kennelijk leuk en hadden we veel plezier onderweg. Mijn opa wachtte ons op bij een van de eerste bushaltes in de stad die we tegenkwamen. En dan kwam alles altijd goed.

Handen

Als ik in die eerste jaren na het stoppen wakker lag 's nachts, dacht ik weleens aan de mensen die er niet meer waren door de heroïne, vaak door een overdosis, soms omdat het lichaam het gewoon opgaf bij zo'n leven. Af en toe door een stom ongeluk omdat ze teveel onder invloed waren om te rijden, een stuk of wat pleegden zelfmoord in de gevangenis en een paar door voor een trein te springen.

Sorry, ik heb het nog steeds over mensen. Hoe erg het ook is, ik moet het opschrijven.

Ik heb nogal eens aan hen gedacht en ze een keer geteld op mijn vingers. Ik kwam wel tot zes handen. Wanneer ik de mensen telde die waren gestopt, inclusief mijzelf, had ik minder dan een hand. Gelukkig zijn daar in de loop der jaren nog een paar bijgekomen.

Dag allemaal!

Een middag vakantie

Een paar jaar clean, met een huis, hond, haard en een vaste baan. Niet verkeerd, maar toch miste ik de vrijheid en natuur die ik in mijn vroege jeugd had ervaren en die ik in een stad niet terugvond, ondanks de lange wandelingen die ik regelmatig maakte.

Ik moest eruit, de stad uit, de weidsheid van het platteland in om te kunnen ademen, lopen en al het nieuwe op z'n plek te laten zakken. Al woonde ik praktisch op het station, het was nog niet zo gemakkelijk. In de stad kende ik mijn weg, maar daarbuiten kende ik nauwelijks iets. Hoe de kaart van de provincie eruit zag had ik wel geleerd en ooit onthouden. Dit was allemaal teniet gedaan door het jarenlange drugsgebruik. Net zoals ik eerder geen naam in het telefoonboek kon vinden wist ik nauwelijks wat er ten oosten, noorden en westen van de stad lag. Het zuiden ging nog net, want daar was bos, waar mijn hart sowieso naar uit ging.

Na een middag zoeken in de bieb vond ik tot mijn vreugde een LAW boekje (Lange Afstands Wandelingen). Zoiets zocht ik. Ik heb het helemaal doorgelezen en veel plaatsen, namen en kaarten kwamen me toch welbekend voor. De routes die me het meest aanspraken, op korte trein- of busafstand, kopiëerde ik.

Zo kwam na vele jaren de 'eerste keer' weer: een wandeling van Uithuizen naar Warffum, via Doodstil en Rottum. Ruim twaalf kilometer.

Op een middag stapte ik met hond, rugzak, drinken, brood, shag en natuurlijk de route in de trein naar Uithuizen.

Ik vond het behoorlijk onwennig, hoewel ik ervan genoot weer met de trein te gaan. Na een paar cleane jaren was ik nog lang niet altijd zeker van mezelf op sommige gebieden.

Wat ook erg meespeelde is dat ik sinds mijn geboorte slechthorend ben. Links helemaal doof, rechts slechthorend. Van die kant krijg ik nog een stuk van de spraak mee, als er tenminste weinig omgevingslawaai is. In de trein, winkel, het cafe, op feestjes en dergelijke is het lastig. Mensen die dan tegen me gaan praten hoor ik wel, zie ik wel, maar wat ze zeggen? Vaak heb ik geen idee en moet ik het grotendeels met liplezen doen. Als ik het onderwerp weet wordt het makkelijker. Dat maakte me soms verlegen en nog meer onzeker. Zelfs nu, nu ik na jaren weer in mijn eentje in de trein zit.

Het overkomt me nog regelmatig. Wat ook lastig is: als mensen merken dat je ze niet verstaat, dan herhalen ze precies wat ze eerder zeiden. Vaak met als gevolg dat je het nog een keer niet verstaat. Maak er even een andere zin van als je dat kunt. Ook wist ik in die tijd nog niet hoe mijn gehoor in elkaar zat vergeleken met 'normaalhorenden'. Dat leerde ik pas zo'n tien jaar later. Ik ben ervan overtuigd dat mijn onzekerheid over 'met mijn oren tasten in het duister' zeker ook heeft bijgedragen aan de kans om verslaafd te worden. Opvallend genoeg heb ik altijd enorm kunnen genieten van muziek, maar bij een gesprek of gelegenheid met meerdere mensen was ik vaak het spoor bijster.

Das, mijn hond, vond de treinreis helemaal fantastisch. Hij keek alle kanten op en wilde uit het raam hangen. Dit gaf me weer moed.

Na een half uur waren we in Uithuizen. De Menkemaborg bekeken we van een afstand - sorry borg, je was en bent mooi. We liepen het dorp uit in zuidelijke richting.

Al snel kwamen we op leuke weggetjes uit, die overgingen in mooie paadjes lang de Westerwijtwerdermaar. Het was net juni en de kleuren op de velden waren nieuw en prachtig.

Geweldig, ik wist niet dat het in Noord Groningen zo mooi kon zijn. Ik liep echt te genieten!

Ik herinner me Doodstil als een doodstil dorp, met bijzonder naambord en daarna was het nog een stukje naar Rottum. Via een oud kronkelig kerkepaadje kwam ik dat heel erg kleine, maar daardoor ook indrukwekkende dorpje binnen. Gelijk kwam er een oude man - nou ja oud, misschien zo oud als ik nu - die belangstellend vroeg waarom ik daar liep. Dat ben ik erg gaan waarderen, zulke vragen en gesprekken met wildvreemde mensen, veelal tijdens mijn wandelingen. Maak contact! De mooiste en meest inspirerende mensen kun je tegenkomen!

Het laatste stuk richting Warffum heb ik nog veel vaker gelopen: een soort praktisch rondje buiten de lawaaierige stad.

Als kind struinde ik ook uren door velden en duinen en voelde me vrij. Dat gevoel kreeg ik nu ook weer een beetje. Het is de flow waar je in komt, misschien krijgt

iemand anders dit van een andere bezigheid, maar dit was mooi, het voelde als een vakantie op een gewone middag.

Er volgden daarna nog honderden wandelingen.

(Doodstil zou genoemd kunnen zijn naar: Doede's (mannennaam) Til (brug)