

SPREKEND

In zijn nieuwe roman *Hallo Muur* vertelt dichter en schrijver Erik Jan Harmens (44) over zijn leven met, en - sinds twee jaar - zonder alcohol. „Als ik nu een vrolijke bourgondiër was die gewoon wat te veel dronk, maar dat was niet zo.”

Tekst **Brigit Kooijman** Foto **Andreas Terlaak**



De wereld was zachter met drank



Toekomst

„Al voor ik stopte met roken en drinken, ben ik gaan hardlopen. Dan rende ik hijgend en piepend, met een gigantische kater, en hoestte ik bruine fluïmen op. Als ik thuiskwam, schonk ik mezelf met mijn sportkleding nog aan een wodka in en stak een sigaret op. Daar zag je het verleden en de toekomst samen, zou je kunnen zeggen. De wodka drinkende roker was het verleden, de hardloper in zijn strakke broek was de toekomst. Ik kon de stap nog niet echt zetten, terwijl ik wist dat het zo niet verder kon. Ik wilde niet net als mijn vader na een leven van heel veel roken en drinken, hard werken en weinig slapen op mijn 62ste doodgaan. Ik wilde mezelf een kans geven om nog wat langer voor de dood uit te lopen.”

Tripels

„Vijftientig jaar heb ik elke dag gedronken, behalve als ik griep had maar dat had ik bijna nooit. Vier gewone biertjes op een dag was het absolute minimum, meestal was het veel meer. Aan het einde van de middag begon ik met drie of vier Tripels, bij het eten dronk ik driekwart fles wijn en dan 's avonds nog flink wat wodka's. Twee keer heb ik een burn-out gekregen, maar verder deed ik altijd goed mijn werk. Ik miste nooit een deadline, bij optredens kwam ik altijd opdagen. Doordat ik goed verdiende - naast mijn schrijverschap had ik een fulltime managementfunctie in het bedrijfsleven - had ik geld om naar de kapper te gaan en me netjes te kleden. Mijn vader was journalist, hij was ook zo. Als ik bij hem was en we gezellig tot vier uur 's ochtends hadden zitten borrelen, stond hij om half zeven op om zijn stuk te schrijven.”

Grijze bakjes

„Mijn vader dronk, mijn oma - de moeder van mijn vader - dronk. Ze had een fles jenever onder haar bed en had er nog een als reserve in de tuin begraven. Een oom van mijn moeder dronk stiekem. Hij had suikerziekte en stond zogenaamd droog, maar ondertussen ging hij vaak 'even weg' met de auto en als hij thuiskwam, pakte hij voor de vorm een glaasje Spa uit de koelkast terwijl iedereen zag dat hij toeter was. Mijn vader kreeg slokdarmkanker. Zijn lijdensweg was traumatisch voor mij, hij bleef maar bloed spugen, dat hij opving in van die banaanvormige grijze bakjes. Die stonden op een gegeven moment overal, tot de rand toe vol. Toen hij overleden was, ging ik nog harder werken en nog meer drinken.”

Hoekje

„Van *Hallo Muur* zijn in de eerste paar weken twintigduizend exemplaren verkocht, meer dan van al mijn eerdere dichtbundels en romans samen. Daar ben ik ongelofelijk blij om, maar het knagende idee dat ik dit succes niet verdient is er ook vaak. Een zwaar gevoel van minderwaardigheid zit in mij. Een paar weken geleden moest ik optreden tijdens het Gedichtenbal in de Stadsschouwburg. Een portier die niet wist wie ik was, had me ergens achterin een hoekje neergezet. De andere gasten zitten allemaal vooraan, op goede stoelen, maar ik zeg niks en wacht tot iemand mij naar voren roept. Een typerende gebeurtenis. Ik ben niet de enige in de familie die er last van heeft. Toen ik in 2002 kampioen Poetry Slam werd, zag ik mijn vader in de zaal, zijn gezicht stond heel trots. Maar na afloop zei hij alleen maar dat ik me een keer versproken had en dat volgens hem de applausmeter niet klopte.”

Barfly

„Vroeger verzachtte de drank dat gebrek aan eigenwaarde. Vooral toen ik als twintiger in Amsterdam een soort Barfly-achtig bestaan leidde en met vrienden soms wel 24 uur achter elkaar in een café zat. Mijn beste vriend was zanger, ik was dichter, niemand kende ons maar als we op straat stonden te zingen en te schreeuwen was de stad van ons. We zaten in een winnaars-flow. Feesten waarbij ik om twee uur

's nachts de gitaar pakte en liedjes ging zingen; op tournee door België met een groep dichters en dan 's nachts arm in arm door de straten lopen - dat voelde ook nog wel als winnen. Maar langzamerhand voedde de drank alleen maar de zelfwalging. Ik werd twee personen: iemand die dronk, en een ander die dat beschouwde. Ook letterlijk: als ik dronken was en viel, zag ik mezelf liggen op de grond, naast mijn fiets. Die schizofrenie dreigde me gek te maken.”

Ambitie

„Dat ik kinderen kreeg, was voor mij cruciaal. Het is mijn allerbelangrijkste ambitie om een betrouwbare vader te zijn, in principe kan de rest me gestolen worden. Als ik nu een vrolijke bourgondiër was die gewoon wat te veel dronk, maar dat was niet zo. Ik werd steeds somberder en afwezig door dat drankgebruik. Toen mijn zoon en dochter klein waren, kon ik het leven dat ik leidde nog wel volhouden, maar op zeker moment gingen ze merken dat ik 's avonds heel anders was dan 's ochtends, precies zoals mijn eigen vader. Ik herinner me nog hoe ik thuis op de bank zat en dacht: Dat kán zo toch niet zo doorgaan? Straks ben ik 62 en dan kunnen de kinderen aan mijn ziekbed met die grijze bakjes heen en weer gaan lopen, en later hún kinderen weer. Laten we in godsnaam proberen om dit een keer te stoppen.”

Gall&Gall

„Op het moment dat ik naar de Jellinek ging, had ik al twee weken niet meer gedronken, zo moe was ik ervan. Ik kon gewoon niet meer. Een belangrijk onderdeel van de stoptherapie is leren hoe je *craving* moet verdragen, het verlangen naar alcohol. Je hebt natte vingertoppen, een droge mond en van de koelkast of de Gall&Gall gaat een magnetische kracht uit. Je hebt het gevoel dat het bijna onmogelijk is om daar niet aan toe te geven, want je weet hoe geruststellend het is om de alcohol binnen te voelen komen. Dan ben je in je cocon, daar is het veilig. Die aanvallen voelen als onverdraaglijk en bij de Jellinek leerden ze me om die onverdraaglijkheid te ondergaan. Dat wil zeggen: op een stoel gaan zitten en wachten tot het voorbijgaat.”

Idyllisch

„Ik drink nu twee jaar niet meer, en in die tijd is er een kalme tevredenheid over me gekomen. Als ik chagrijnig ben, komt dat niet door een kater maar ben ik gewoon chagrijnig. Als ik vrolijk ben, is dat niet door de drank maar ben ik gewoon vrolijk. Alles is nu wat het is. Dat is weldadig. Waar ik in het begin aan moest wennen, is dat mijn zintuigen veel beter werken. Het geluid van een autoportier dat dichtklapt in een parkeergarage doet soms pijn aan mijn oren. De wereld is zachter met drank. Soms heb ik daar nog weleens heimwee naar, dan denk ik terug aan een bruiloft van vrienden, op de klippen van Bretagne, heel idyllisch, waarbij ik een weekend lang met een champagnefles in mijn arm liep en danste en allemaal mensen ontmoette. Een prachtig meisje dat opeens in je armen ligt.”

Jacques Brel

„Het heeft wel even geduurd voor ik me vrij genoeg voelde om echt sportief te worden, het paste totaal niet bij mijn zelfbeeld. Al mijn literaire en muzikale helden rookten en dronken. Sartre, Camus, Kerouac, Bukowski, Brel. Jacques Brel in een hardloopoutfit, zie je het voor je? Nu ren ik weleens twintig kilometer, vanaf mijn huis hier in Landsmeer door het Twis naar Purmerend en terug. Dat is fantastisch om te doen. Mijn brein, dat de hele dag non-stop nadenkt en oordeelt en analyseert, staat dan eindelijk even stil. Twee uur is het alleen maar stap, stap, stap, stap. Zo'n prestatie is de ultieme overwinning op het onvermijdelijke noodlot, op het determinisme.”

Erik Jan Harmens, *Hallo Muur*. Lebowski Publishers, 231 blz, € 19,99.