

'Playboy' Mick Boskamp draaide helemaal door

# IN HET GEKKEN- HUIS

Mick Boskamp (55) was succesvol als bladenmaker bij *Playboy*. Maakte furore als dj in de housescene. Speelde de eerste viool in het Amsterdamse nachtleven. En toen knapte er iets. 'Mister Playboy' moest zich laten opnemen in een psychiatrische kliniek. Een hartverscheurend verslag van binnenuit.

TEKST MICK BOSKAMP FOTO'S PAUL TOLENAAR



Liggend op de bank in de gemeenschappelijke ruimte probeert Pien iets te zeggen tegen me, maar het geluid van de tv staat loeihard. Zangeres Adele zingt. Pien pakt de afstandsbediening en zet het geluid zachter. "Weet je wat ik zo goed vind aan Adele?" herhaalt ze, dit keer verstaanbaar. "Dat ze zo echt is. Wat dat betreft hoor je meteen het verschil met al die X-factor-kneuzen." Starend naar de beeldbuis zegt ze opeens: "Je moet maar een beetje uit mijn buurt blijven. Ik heb een batterij ingeslikt. Ze zeggen dat ik 'm uitgepoept heb, maar ik geloof dat niet. Want ik laat doorlopend scheten en ze ruiken merkwaardig. Naar accuzuur." Even was ik vergeten waar ik me bevond. Maar we zijn weer 'thuis'. In de open psychiatrische kliniek van de Geestgronden, waar ik een week geleden een eigen kamer kreeg. En waar het me – hoe gek het ook klinkt – steeds beter begint te bevallen.

### Goed en slecht nieuws

Als je dag en nacht wakker zou blijven, dan ga je uiteindelijk dood. Er bestaat een zeldzame en slopende hersenziekte, die *fatale familiale insomnie* heet. De patiënt moet de ziekte ondergaan als een regelrechte marteling. Je kunt namelijk geen minuut meer slapen. Na anderhalf jaar van paniekaanvallen, fobieën, hallucinaties, gewichtsverlies en dementie sterft de patiënt. Als je – zoals mij overkwam – gedurende een lange periode slechts één à twee uur slaapt per nacht, is het goede nieuws dat je niet doodgaat. Het slechte nieuws is dat je wel dood wilt. Ik piekerde en piekerde dat het een lieve lust was. Meer dan vijftig jaar geleden werd ik geboren met de handicap van een voortrazende geest en een broze ruggengraat. Bijna vijftig jaar van nauwelijks ademen, nauwelijks nadenken en vooral niets plannen. Maar dan word je vader, krijg je – gratis en voor niks – een spiegel voorgehouden en weet je dat het anders moet. Maar hoe?

Als het dan ook nog op je werk tegenzit vanwege een slepend arbeidsconflict en je woont met je gezin twee jaar lang naast een bouwput, waar dag en nacht wordt gewerkt aan een of ander monsterachtig project, dan kan het gebeuren dat het draadje knapt. Je lichaam is op, maar je gedachtes hebben daar geen enkele boodschap aan. Die praten zo op je in dat je ze nog gaat geloven ook.

Het is 3 januari, de eerste maandag van het nieuwe jaar 2011, en mijn vriendin rijdt me na overleg met de huisarts naar het crisiscentrum in de dichtstbijzijnde stad. Hoewel er betere momenten in een mensenleven bestaan, ben ik opgelucht dat dit gebeurt. Ik denk aan mijn dochter van nog geen 4 jaar oud die mij in haar armen neemt in plaats van andersom. Ik denk aan mijn vriendin, die vanaf haar werk om het kwartier naar huis belt met de vraag hoe het met me gaat. Beiden hebben dringend behoefte aan zuurstof. Ik kijk opzij en probeer te bedenken wat er door haar heen gaat. Vooralsnog lees ik veel verdriet in haar gezicht. Ik zeg dat ik me niet kan herinneren afscheid te hebben genomen van onze kleine meid. Ze geeft geen antwoord, maar even later rollen er tranen over haar wangen. Omdat het niet in mijn vermogen ligt om haar te troosten, huil ik met haar mee.

## Basketbal in de kliniek: de depri's spelen tegen de schizo's

Tijdens de wandeling van het ziekenhuis naar de aangrenzende kliniek voel ik de stappen niet die mijn voeten zetten. Een vriendelijke verpleegkundige gaat me voor naar mijn kamer. Voordat hij de sleutel in het slot steekt, gaat de deur naast ons op een kier. Ik kijk in twee verwilderde vrouwenogen. Dan wordt de deur snel dicht getrokken. Door die paar seconden realiseer ik me met een schok waar ik ben gearriveerd. In het laatste station naar de bestemming Vergetelheid. Een plek waar patiënten cliënten worden genoemd,

omdat patiënt zo rot klinkt voor iemand die een kronkel heeft. Ook gelukkig Nieuwjaar.

Mijn eerste ontbijt in de nieuwe omgeving. Ik zie vijf wildvreemden zwijgend aan een tafel zitten. Omdat hun mondhoeken naar de grond wijzen, val ik in ieder geval niet op in dit gezelschap. Ik schuif aan en ga stilletjes zitten. Sommigen kijken op van hun bord en knikken vriendelijk naar me, om vervolgens weer weg te zakken in drijfzand. Ik kijk naar de man die me als laatste heeft toegeknipt en die nu een boterham smeert. Bij binnenkomst gisteren zag ik hem ijsberen door de gang. Daarbij gaf hij niet het idee dat hij wist wat hij aan het doen was. Het was een feest der herkenning. Ook is de kans groot dat de meesten hier aan tafel – de slaapmiddelen ten spijt – net zo'n beroerde nachtrust hebben gehad als ik. Uit pure wanhoop heb ik mezelf op een goed moment in slaap proberen te mediteren. Maar het enige mantra dat in me opkwam, was 'help'. Dan wordt de oorverdovende stilte doorbroken door de binnenkomst van een zingende vrouw. Ze draagt een overall en een hoofdtelefoon over haar hoofd. Die ogen heb ik eerder gezien. Ze gaat tegenover me zitten en stelt zich voor als mijn buurvrouw. Ze heet Pien en ze vraagt hoe ik heet.

"Dat wordt dan Mickey Mouse," zegt ze. "Ook weer opgelost." Een paar uur later lopen we achter een montere begeleidster door de duinen, vlak bij mijn woonplaats. Ik val met mijn neus in de boter. Het is dinsdag en dan wordt er gewandeld door natuurschoon. In het busje op weg naar het wandelgebied, sliep ik steeds net niet. Elke keer realiseerde ik me met een schok dat we richting mijn woonplaats gingen. Straks gingen we wandelen over het zand van Zandvoort. Dat kon ik mijn strand niet aan doen.



De voormalige mister Playboy is na zijn opname weer op de been. "Die twee weken in de kliniek waren helemaal niet gek."

"Mooi is het hier, vind je niet?" vraagt de begeleidster aan me. Ik knik, maar het enige wat ik zie en hoor in de verte is een voorbijrazende trein.

### Huilen en schaterlachen

De dagen en nachten hierna beginnen en eindigen hetzelfde. Met onze stilte tijdens het ontbijt. Met uren liggen luisiteren op mijn halfpersoonsbed naar een kakofonie van onvermoeibare gedachtes. Met onze stilte tijdens het avondeten. En met het ondragelijke, nachtelijke geritsel van lakens. Het komt niet in me op dat ik met mijn gewoel zelf dat geritsel veroorzaak. Wat ik wel voel, is dat ik hier kan zijn wie ik ben op dit moment. De meeste begeleiders zijn vriendelijk en behulpzaam, maar laten je vooral met rust. Observeren doen ze wel. Zelf begin ik ook wat meer zicht op mijn omgeving te krijgen. Ik bevind me in een open (crisis)afdeling van een psychiatrische kliniek, waar ik uit eigen beweging naartoe ben gegaan. En waar ik uit eigen beweging weer kan vertrekken. Als ik naar buiten wil om te wandelen, dan mag dat.

De man die drie dagen geleden vriendelijk naar me knikte, begint te praten tegen me. En ik praat terug. André blijkt een jong ogende zestiger te zijn met een bipolaire stoornis, die op dit moment ondraaglijk voor hem is. Lagen hiervoor de momenten van manie en depressie voor André nog uit elkaar, nu volgen ze elkaar steeds sneller op. Met als gevolg dat huilbuien abrupt kunnen overgaan in schaterlachen en omgekeerd. Hij kan zich niet herinneren dat hij een aantal dagen geleden aan het ijsberen was door de gang. Hij kan zich zelfs niet herinneren hoe hij hier terecht is gekomen, al vermoedt hij het ergste. Omdat ik ook hier nauwelijks slaap, heeft de leiding besloten om het laatste wapen voor me uit de medicijnkast te halen. Het heet Dormicum en wordt ook als licht narcosemiddel gebruikt. Als ik de volgende ochtend mijn ogen open, kan ik me niet herinneren wanneer ik in slaap ben gevallen. Maar als ik op mijn horloge kijk, is het acht uur. Voor het eerst in maanden heb ik zeven uur onafgebroken geslapen. Die dag merk ik al meteen het verschil als mijn vriendin en dochtertje op visite komen.

Ik neem ze om beurten in mijn armen en ik voel niets dan liefde. Het boze mannenkoor in mijn hoofd doet er even het zwijgen toe.

### Trouw & vreemdgaan

Dankzij de nachten met Dormicum begin ik per dag steeds meer rechtop te lopen. Ik sport (badminton, basketbal, yoga) en betrap mezelf erop dat ik me 's ochtends verheug op de vaste momenten van de dag. Zoals het bezoek van vrienden, familie, kind en – niet in de laatste plaats – vriendin. Ze werkt. Ze verzorgt de kleine. Ze komt trouw elke middag of avond. En als ik vertel dat ik heb gedroomd dat ze is vreemdgegaan, is ze blij voor me. Want ik heb in ieder geval gedroomd. Ook verheug ik me op de gesprekken met André. We drinken cafeïnevrije koffie en bespreken, als de Statler en Waldorf onder de cliënten, de wereld buiten deze muren. Het lijkt alsof er niets mis is met ons. Schijn bedriegt. Op een middag zegt André: "Ik heb weleens aan mijn dokter gevraagd of ik dat manische kon houden en dat depressieve kon skippen. Het is gek. Datgene waaraan veel jonge men- ➤

sen in het weekend geld spenderen en hun gezondheid mee riskeren, heb ik gratis en heftiger. Want geloof me, als ik ga vliegen, dan ben ik niet te houden.”

Op de tweede maandag van mijn verblijf krijg ik goed nieuws van de psychiater. Ik heb geen depressie als gevolg van een mankement onder de hersenpan. Het waren de omstandigheden die me, zoals hij zegt, 'hebben geknakt'. Maar uiteindelijk ben ik hier tijdens mijn korte verblijf zienderogen opgeknappt.

Ook goed nieuws is dat ik nog wat langer mag blijven. Anders zou het voelen als een vakantie met alleen maar regen, waarbij op de laatste dag de zon begint te schijnen. Ik voel me senang. We gaan sporten. 's Middags speel ik basketbal. Vijf tegen vijf, de depri's tegen de schizo's. Pien van de tegenpartij (de schizo's) zegt na afloop dat ze het knap vindt dat wij hebben gewonnen. Om eraan toe te voegen: "Want schizo's zijn altijd in de meerderheid." En 's avonds speel ik volleybal. Vijf tegen vijf, de gesloten tegen de open afdeling. Ik was nieuwsgierig wat voor lui dat zouden zijn van de gesloten afdeling, maar het zijn gewone mensen. Wel valt een jongen op die meespeelt in kostuum, terwijl hij een mobieltje aan zijn oor geklemd houdt. Die zou in de gewone wereld onopvallend mee kunnen draaien.

De volgende dag ga ik met een stelletje kookgekken die zich hebben opgegeven, de maaltijd bereiden. Gisteravond hebben we geprobeerd pizza te bestellen. Dat leek goed te gaan. Totdat het afleveradres werd genoemd. Er werd eerst hard gelachen aan de andere kant van de telefoon en toen opgehangen.

Ik heb inmiddels trek gekregen in iets anders dan het (overigens lang niet slechte) ziekenhuisvoedsel. Het begint met de boodschappen. Die doe ik samen met Jolande. Jolande is psychotisch. Ze vertelt me onderweg naar de AH dat ze wat langzamer loopt. Dat komt door de clozapine, een medicijn met heftige bijwerkingen, zoals het gevoel straalbezopen te zijn. Ze heeft acht verschillende persoonlijkheden, die tegen haar aan praten.

## WIE IS MICK BOSKAMP?

Mick Boskamp rolde eind jaren zeventig de popjournalistiek in. Vervolgens was hij 21 jaar lang 'mister Playboy' bij het gelijknamige blad en daarnaast schreef hij als 'Neerlands enige chroniqueur van het nachtleven' (volgens *de Volkskrant*) over house en uitgaan. Hij werd ook hoofdredacteur. Van de magazines *Release*, *NL* en *Preview*. Kortstondig. Waarna hij tot de ontdekking kwam dat hij als ervaringsdeskundige op velerlei gebied weer wilde gaan schrijven. Naast werken aan artikelen is hij op dit moment bezig aan een boek over leven met ADHD, waarin gelukkig ook wat te lachen valt.



Stemmen van binnen en stemmen van buiten. Er is een stem van binnen die dood wil en een stem van buiten die dood wil. "En dat is een gevaarlijke combinatie," zegt ze. "Samen bekokstoven die stemmen dat ik pillen moet kopen of naar een brug moet fietsen."

### Hangop als toetje

Ik weet niet of het komt doordat we 25 euro mee hebben kregen voor zes man eten en drinken, of doordat ik Jolande niet uit het oog wil verliezen, maar het shoppen wordt een hele bevalling. Toch krijg ik het uiteindelijk voor elkaar om 24,80 euro af te rekenen bij de kassa. Het wordt een gezellige boel in de keuken van de eetzaal, totdat we horen dat verpleegkundige Sjaak met ons mee eet. Da's pech hebben. Want Sjaak is de enige verpleger waar de cliënten een blokje voor omlopen. De maaltijd staat op tafel en Sjaak kijkt me niet aan als ik vraag of hij komt eten. "We eten om half zes," zegt hij, terwijl hij in zijn krant leest. "Maar het eten is al klaar," opper ik. "We eten om half zes," herhaalt hij, nog steeds zonder me aan te kijken. "Net als de anderen. Want als die ons eerder zien

eten, worden ze onrustig." Twaalf lange minuten later komt Sjaak zonder iets te zeggen binnen en gaat aan tafel zitten. Er mag gegeten worden, maar niet nadat Sjaak nog even heeft moeten melden dat André niet op de lijst staat. "Ik heb me wel opgegeven," zegt André op verontwaardigde toon. "Anders zou ik hier niet zitten. Ik ben geen leugenaar!" Vervolgens gaat het razendsnel. André staat op met zijn bord in zijn handen en gooit het vervolgens op tafel, zo krachtig dat de stukken meters in het rond vliegen. Zwijgend staat een aantal mensen op, die de rommel begint op te ruimen. Als iedereen weer zit om door te eten, doorbreek ik de stilte. Weet Sjaak wel waarom André hier is? "Dat weet ik, ja," zegt Sjaak. "Maar daarom hoeft hij nog niet zo te reageren." Ik ontplof bijna, maar ik denk aan de film *One Flew Over the Cuckoo's Nest*, waarin de hoofdpersoon elektroshocks krijgt en de broze ruggengraat speelt weer op. Als we uitgegeten zijn en Sjaak weg is, zegt Pien: "Ik wilde als toetje hangop maken, maar dat vond ik niet zo kies in dit gezelschap. Als iemand behoefte heeft, kan ik het alsnog maken."

De volgende dag moet ik bij de psychiater komen. Hij vertelt een verhaal. Het gaat over een jongen die zijn rijbewijs nog moet halen, maar al wel een tweedehands auto voor de deur heeft staan, een Lada. Dat rijbewijs halen gaat niet zo vlot. Als hij eindelijk slaagt en in zijn Lada wil stappen, doet niets het meer. De startmotor is kapot, de accu is rot, de zuigers lopen steeds vast. Het is geen Lada meer, maar een Laatmaar. "Mooi verhaal," zeg ik. "Maar begrijpt u wat ik ermee willen zeggen?" vraagt de psychiater. "Use it or lose it. Hoe langer je hier blijft, hoe lastiger het wordt om de motor weer aan de praat te krijgen. Tegen een man van uw statuus zou ik willen zeggen: use it. Stap uit deze comfortzone. Voordat het steeds moeilijker wordt om naar huis te gaan." De tweede zondag heb ik voor het eerst in bijna twee weken verlof. Een half proefweekend. Als ik in de auto van

mijn vriendin zit en achteromkijk, zie ik de kliniek steeds kleiner worden. "Jeetje," zeg ik. "Jeetje," zegt mijn vriendin. We kijken elkaar glimlachend aan. We hebben weer contact. Op maandag kom ik terug. Om dankbaar afscheid te nemen van het personeel en de cliënten. Want tenslotte waren die twee weken in de kliniek helemaal niet gek. Een tijdje geleden was ik weer bij GGZ Ingeest om daar te horen dat alle testen op ADHD wezen. Ja, ik heb ADHD. Al vijftig jaar dus. Nooit eerder geweten, maar wel verklaarbaar. In de lift naar beneden kwam ik opeens Sjaak tegen. Hij vertelde me met een glimlach op zijn gezicht dat hij nu op de administratieafdeling werkte en dat het hem goed beviel. Dat noemen ze een win-win-situatie. ◀

Alle namen in het artikel zijn gefingeerd, behalve die van de schrijver.



# ECHTE MANNEN HEBBEN EEN MENING!

**Panorama gaat komend jaar iedere maand de mening van mannen peilen. Over sex, snacks, over voetbal, vakantie, over geld of gokken. Alles kan aan bod komen, iedere maand een ander onderwerp.**

HEBT U OOK EEN MENING EN DEELT U DIE GRAAG, GEVRAAGD EN ONGEVRAAGD? KORTOM... BENT U EEN ECHTE MAN? SCHRIJF U DAN NU IN VOOR PANORAMA'S MANNENPANEL EN PRAAT MEE!

**Ruigrok NetPanel**  
INTEGRATED COMMUNICATION

**Headline**  
INTEGRATED COMMUNICATION

**GA NAAR WWW.PANORAMA.NL/MANNENPANEL  
SCHRIJF U IN EN PRAAT GELIJK MEE IN ONS EERSTE ONDERZOEK!**