

De Telegraaf
Exclusief
REPORTAGES & ACHTERGRONDEN

Alcoholist Peter leidde **VERWOESTEND DUBBELLEVEN**, totdat hij met succes afkickte

EEN FEEST ZONDER DRANK



'Maar ik zal altijd VERSLAAFD blijven...'

GEËNSCENEERDE FOTO: MICHEL SCHNATER

DE AFGELOPEN JAARWISSELING werden alleen al in het ziekenhuis in Delft vier jongeren met een alcoholvergiftiging binnengebracht. In heel Nederland moeten het er tientallen zijn geweest. Alcohol is een gif dat door onze hele samenleving sijpelt. De auteur van dit verhaal, een succesvol zakenman, ontdekte zelf hoe de

drank zijn leven overnam en verwoestte. Hij beschrijft, op ons verzoek, zijn dubbellevens. Hij vertelt hoe hij in een diep gat viel en zich op de valreep wist te herpakken. Eerst tot de bodem, een loodzwaar proces van jaren, en dan de weg terug. Een gelukkig leven rijker nu. Nooit meer alcohol, want één glas te veel zijn er tien te weinig.

door PETER ROSMEIJER*

AMSTERDAM, zaterdag De enige weg leidt naar de onverbiddelijke poort van de kliniek. Maar ik ga nog liever dood dan me daar vier weken te laten opsluiten! Met dubbele tong probeer ik het mijn naasten uit het hoofd te praten. *Ik gaaaaa niet, jullie bekijken het maar!* De discussie mondt uit in de zoveelste ruzie waarvan ik me de volgende dag geen woord meer herinner. De dreiging door de belangrijkste mensen in mijn leven voorgoed in de steek te worden gelaten, hangt als het zwaard van Damocles boven mijn hoofd. Toch waag ik de stap. De belangrijkste uit mijn leven.

Want de alcohol heeft me na jaren van plezierig drinken, een gelukkig huwelijk en een prima job, aan de rand van de afgrond gebracht. Nog één duwtje en ik mieter voorgoed in het ravijn. Stiekem drinken, meer en meer gebruiken, de roes van alleen maar alcohol en de rest is bijzaak. Bakken met geld uitgeven, sociale contacten verwaarlozen, terugtrekken in een kamer met de gordijnen dicht, schulden, scheiding, anti-houding op het werk, fysiek steeds brakker, hulpeloos, machteloos en tenslotte stuurloos. De hel op aarde, verpakt in een fles. Die je uit woede leeg stukgoot. Nooit meer wil je drinken, maar een uur later volgt alweer de volgende slok. Wie helpt me? De verslaving verlamt mijn leven.

Terugdenkend realiseer ik me dat ik al mijn hele leven onder druk sta van het moeten presteren. Dag in, dag uit. Het op tijd afhebben van weer een lucratieve klus. De dood of de gladiolen, als ik maar slaag. Eerst succes, later tegenslag. Op de zaak en thuis. Spanning. Het ging overheersen. Nog meer stress. Een uitweg zoeken. In drank, in de roes. Kom ik hier nog uit?

'Al om vijf voor acht sta ik bijna iedere werkdag bij de Spar om bier of wijn te kopen'

'Na vier weken kom je hier herboren uit. Wil je nooit meer iets met die alcohol te maken hebben. Wij gaan je weer de oude maken, vriend.' De woorden van de directeur van de verslavingskliniek moeten mij opbeuren, maar zijn afsluitende zinnen tijdens het intakegesprek blijven me het meest bij: 'Ik zie je over drie dagen voor de opname. Drink je maar lekker tot die tijd een stuk in je kraag, daarna is het voorgoed afgelopen.' Gaat me dat lukken?

Op vrijdag begeleiden mijn dochter en zoon me naar de

verslavingskliniek. Mijn lieve ex-vrouw rijdt, ik zit gebroken achterin. Huilend. Dat de drank mede mijn relatie heeft kapotgemaakt, besef ik in momenten van nuchterheid vaker en vaker. Maar de roes overheerst nog. 'Je hebt twee Peters', zei ze onlangs. 'De lieve en de verschrikkelijke met drank op. Allebei ben jij ze. Kijk in de spiegel. Red je leven. Doe het voor jezelf en voor ons. Nu kan het nog!' Haar woorden bewaar ik tot op de dag van vandaag, nu vijftien maanden later...

Pluimage

Regen en wind markeren deze herfstvrijdag, de dag van de omslag in mijn leven. Verscholen in de bossen ligt mijn nieuwe thuis-voor-een-maand. Dik hek eromheen. Overall alarmen. Twee gebouwen diep weggedoken in een tuin die overgaat in het bos. Het ene gebouw herbergt 52 kamers waar verslaafden van allerlei pluimage verplicht alleen de nacht mogen doorbrengen. Niet langer. Het andere gebouw is de praktijkruimte. Hier word ik dag in, dag uit van zeven uur in de ochtend tot negen uur 's avonds onder handen genomen door verslavingsdeskundigen. In één-op-één-sessies of in groeps gesprekken. Een uur-tje sporten en eten is alles wat we aan vrije tijd hebben. Geen gsm, geen laptop, geen krant,

geen enkel contact met de buitenwereld. Alleen maar met zolang repeteren tot het besef doordringt dat je verslaafd bent. Want liegen zit ons, ook mij, in het bloed. Of je nou te veel als goed voor je is van drank, drugs, seks, gokken of eten houdt: je blijft het ontkennen.

Als de laatste druppel alcohol uit mijn bloed is, dan mag ik, twee dagen na binnenkomst van de detox, meteen het diepe in. En, gek of niet: ik krijg er zwaar zin in.

In vijf groepen van acht mannen en vrouwen zal ik er een maand aan moeten geloven, nee: moeten gaan erkennen dat ik verslaafd ben. Zo tetteren de ervaringsdeskundigen het steeds in onze oren. Tot ook ik er bijkans horendol van word. In het proces van het 12-stappenplan is voor mij als alcoholist de eerste stap van levensbelang: wij erkennen dat we machteloos stonden tegenover onze verslaving en dat ons leven stuurloos was geworden.

Gepakt met drank op, zomaar even voor de grap met lichten uit rijden in de Westerscheldetunnel, woedend mijn familie achterlaten in het buitenland op een parkeerplaats omdat ze met mij achter het

stuur niet verder durfden te rijden, of met de zoveelste ruzie de avond ergens af te sluiten. Een hel! En maar denken dat je leuk bent met drank op. Iedereen drinkt immers, waarom ik dan niet? Bovendien ben ik beroepsmatig al jaren tijdens de lunch in goed gezelschap van stevige inneren, dus een glas meer of minder is in mijn geval nooit aan de orde. De vrijkeersval, het opkrabbelen der beurzen, aantrekkende economie of de zoveelste order die naar de knoppen is omdat de afnemers zich niet meer melden. Ik word er gek van. Iedereen. En dus drinken we ons succes of juist de tegenvallers weg. Steeds vaker overdag, tussen de wolvenkrabbers van de Randstad, of 's avonds in een anonieme kroeg.

Maar het drinkpatroon begint zich te verleggen. Ook naar thuis. Op de automatische piloot begin ik alcohol als koffie te drinken. Het maakt niet uit of dat al vroeg in de ochtend is, laat in de avond, of tussen wat slaap door midden in de nacht. Drank, drank, drank: altijd maar weer. Bij het tandenpoetsen is er al de

Lees verder op pagina TA2

Sky Radio Valentijnsconcert met James Morrison in Engeland

Luister en win tickets + een meet & greet



SkyRadio

101 FM

+ 2 hotelovernachtingen in Londen

WANNEER GAAT HET FOUT?

door ERIK MORSINK

„Iedereen kent wel iemand in zijn of haar buurt die zwaar afhankelijk is van alcohol“, vertelt een woordvoerder van het Nederlands instituut voor alcoholbeleid (STAP). Maar wanneer ben je nou alcoholist? „Als de beheersing volledig weg is. Als deze mensen beginnen te drinken, kunnen ze niet meer stoppen. Ze zijn vaak onvoorstelbaar vindig in het maskeren van hun verslaving. Bovendien leggen ze hun probleem veelal bij een ander neer. Deze hardcore verslaving sluipt er met de jaren in, waardoor er vaak zelfs andere persoonlijkheidskenmerken ontstaan. Vaak

zijn het normaal gesproken hele prettige, gedreven en hardwerkende mensen. Daarom zie je ook zo vaak dat de partner niet meteen de handdoek in de ring gooit. Men blijft hopen dat die oorspronkelijke persoon weer terugkeert, die letterlijk en figuurlijk door de alcohol is beneveld.“ „Tussen de 180.000 en 200.000 Nederlanders zijn zwaar verslaafd aan alcohol. Er zijn alleen al zestig soorten van lichamelijke klachten die je kunt krijgen door alcoholgebruik. Heel veel problemen zouden eerder worden aangepakt als de huisarts kritischer in zijn patiëntengesprek zou zijn. Zo'n 'tienminutenconsult' zoals vaak ge-

bruikelijk is, is natuurlijk belachelijk kort.“ Uit onderzoek uit 2007-2009 blijkt, dat op jaarbasis naar schatting 82.400 mensen van 18 tot en met 64 jaar voldoen aan de diagnose alcoholafhankelijkheid. Zo'n 395.600 mensen voldeden aan de diagnose 'alcoholmisbruik'. „Alcoholstoornissen komen vaker voor onder mannen dan vrouwen. „In 2009 stonden in Nederland 34.646 personen geregistreerd bij de (ambulante) verslavingszorg met als primaire problematiek alcoholgebruik. „Het absolute aantal cliënten met een primair alcoholprobleem in de (ambulante) verslaving

zorg is tussen 2001 en 2007 met 54 procent toegenomen. Tussen 2007 en 2009 bleef het aantal cliënten ongeveer op hetzelfde niveau. „Per 100.000 inwoners van 15 jaar en ouder steeg het aantal primaire alcoholcliënten van 173 in 2001 naar 255 in 2009. „Het aandeel van alcohol in alle verzoeken om hulp bij de ambulante verslavingszorg varieerde van 1994 tot 2000 tussen de 37 en 40 procent. Daarna is een duidelijke stijging te zien van 41 procent in 2001 naar 47 procent in 2005. Tussen 2007 en 2009 stabiliseerde dit aandeel op 47 tot 48 procent.

Bron: Trimbos Instituut



FOTO: RIAS IMMINK

Van corruptie beschuldigde Buma-baas JOCHEM GERRITS slaat terug

OP TELEVISIE voor een miljoenenpubliek neergezet worden als corrupte bestuurder. Als misdadiger. Een storm van negatieve mediapublicaties over je heen krijgen. Onderwerp zijn van verontwaardigde, op hoge toon uitgesproken Kamervragen en vervolgens de staatssecretaris van Justitie horen zeggen dat er snel een strafrechtelijk onderzoek naar jouw praktijken moet plaatsvinden. Het overkwam Jochem Gerrits allemaal. Maar wat nu als blijkt dat de beschuldigen volledig zijn verzonden en de bewezen gemanipuleerd. Kortom, als een reputatie met opzet om zeep is geholpen. Wie gedraagt zich dan eigenlijk misdadig?



• Volgens Jochem Gerrits is er sprake van een vooropgezet plan om de auteursrechtenorganisatie Buma een hak te zetten, waarbij zijn eigen reputatie als bestuurder het moest ontgelden. „Omdat het weblog GeenStijl, waaruit PowNews is voortgekomen, al een paar jaar op voet van oorlog leeft met Buma. Een andere reden kan ik werkelijk niet bedenken.“

FOTO: ALDO ALLESSIE

'Gesprek verknipt en geplakt'

Muziekuitgever sleept PowNews voor rechter en overweegt forse schadeclaim

door BART MOS

HILVERSUM, zaterdag Hier zit hij dan, de bestuurder die eind vorig jaar met de staart tussen de benen vertrok bij auteursrechtenorganisatie Buma. Nieuwsprogramma PowNews 'ontmaskerde' Jochem Gerrits (44) op 30 november als iemand die bereid was zijn bestuursfunctie bij Buma te misbruiken in ruil voor 300.000 euro. „Deze man is in en in corrupt“, hamerde presentator Dominique Weesie er op de bekende PowNews-manier in bij zijn op schandalen beluste kijkers.

Zelf dacht hij eerst nog dat zijn zakenpartner bij muziekuitgeverij High Fashion Music een flauwe grap met hem uithaalde. „Die avond keek ik geen televisie, maar mijn collega had PowNews gezien en belde me geschrokken op: 'Zet gauw de televisie aan, Jochem. Je wordt beschuldigd van corruptie!' Ik moest eerst heel hard lachen en zei nog: 'Wat, niet eens van moord?' Maar hij bleef maar volhouden dat hij het meende. Aangezien het programma inmiddels was afgelopen, bekeek ik het de volgende dag via Uitzending Gemist. Mijn mond viel

open van verbazing.“

Nog nauwelijks bekomen van de eerste schrik kreeg Gerrits diezelfde dag al te maken met het volgende hoofdstuk in de wereld van het snelle nieuws. Kranten in binnen- en buitenland namen het smakelijke corruptieverhaal van PowNews over. Tenslotte komt het in Nederland niet zo vaak voor dat een bestuurder zo overduidelijk geld vraagt voor het ritstelen van gunsten. En dat ook nog eens als 'heterodaadje' in beeld gebracht! Kamervragen werden gesteld. En een diepgaand onderzoek van het openbaar

ministerie werd aangekondigd door staatssecretaris Teeven (Justitie).

Met bloeddorloopen ogen – „het slapen gaat me de laatste tijd slecht af“ – doet de muziekuitgever voor het eerst zijn verhaal. Het is een schokkend relaas.

„Al weken durf ik mijn eigen naam niet meer in te typen op Google. De laatste keer dat ik het deed, verschenen er duizenden vermeldingen over mijn vermeende corruptie. Dat trek ik gewoon niet“, vertelt Gerrits in het met gouden en platina platen behangen Hilversumskantoor van zijn muziekuitgeverij, waar de telefoon sinds het schandaal is opgehouden met rinkelen. Bestaande klanten zijn weggegaan, nieuwe opdrachten blijven uit: wie wil er nou

nog zaken doen met een corrupte ex-bestuurder van Buma?

De bewuste uitzending van PowNews op 30 november ging gepaard met een openbaar telefoongesprek tussen uitgever Gerrits en Rob Storm, een Rotterdamse boekhouder die als adviseur optreedt namens componist Melchior Rietveld. Deze componist heeft in het verleden een muziekstuk gemaakt, dat inmiddels zonder zijn toestemming op vele duizenden dvd's met speelfilms terecht is gekomen. Storm vraagt Gerrits in het telefoongesprek

'Ik leek precies het tegenovergestelde te zeggen van wat ik in werkelijkheid had verteld'

of deze een mogelijkheid ziet om alsnog de auteursrechten van Rietveld te incasseren bij de producenten van de bewuste dvd's.

„Ik herkende het telefoongesprek wel, want dat

PowNews: 'We moesten knippen'

In een reactie op de verwijten van Gerrits laat PowNews-presentator Dominique Weesie weten dat het bewuste telefoongesprek in de uitzending niet gemanipuleerd is om de Buma-bestaander in een kwaad daglicht te stellen. „Voor onze uitzending van achttien minuten moesten we gewoonweg knippen in het originele gesprek. Maar ik vind dat ook in de ingekorte versie volstrekt duidelijk blijft wat hij allemaal heeft geroepen.“ Rob Storm wilde gisteren niet reageren op vragen over het verknipte telefoongesprek en ook niet over het 'televisiecontract' dat hij zou hebben afgesloten. „Daar ga ik telefonisch niet met u over praten. Ik weet helemaal niet of u wel bent wie u zegt dat u bent.“

had ik een heel rare conversatie gevonden, maar de inhoud tijdens de uitzending leek totaal niet overeen te komen met het gesprek dat ik in mijn geheugen had.“ In het uitgezonden telefoongesprek suggereert de Buma-bestaander dat hij in ruil voor een derde van de opbrengst – volgens Storm ten minste een miljoen euro – best bereid is om zijn macht als bestuurder binnen de auteursrechtenorganisatie in te zetten.

„Tijdens de uitzending lijkt ik mijn bestuursfunctie bij Buma te willen combineren met mijn zakelijke op-

dracht voor Rietveld, terwijl ik in het telefoongesprek juist nadrukkelijk had uitgelegd dat ik die twee zaken strikt gescheiden houd. De opname bleek op een mees terlijke manier verknipt en geplakt, zodat ik precies het tegenovergestelde leek te zeggen van wat ik in werkelijkheid aan Storm had verteld.“

Opzette

Aanvankelijk dacht Gerrits dat al snel zou blijken dat er sprake was van een vleien opzette van PowNews. „Iedereen die ook maar een

beëtte verstand heeft van de muziekindustrie, weet dat het geschetste scenario onmogelijk is. Het bestuur van Buma houdt zich helemaal niet met individuele zaken bezig. Bovendien bepaal ik de hoogte van een vergoeding uit auteursrechten niet zelf. De verdeling tussen auteur, componist en uitgever is al in 1920 door Buma vastgelegd, op basis van de auteurswet. Dat is iets wat overigens zowel componist Rietveld als PowNews heel goed weten, aangezien beiden zelf óók actief zijn als muziekuitgever en daardoor in dezelfde verdeelsleutel inkomsten krijgen.“

Maar de ontmaskering van zijn belagers, waar Gerrits op hoopte, bleef uit. „Iedereen ging met het verhaal aan de haal, terwijl er werkelijk niets van klopte. Zo werd beweerd dat ik contact had gezocht met componist Rietveld, terwijl die man juist mij had benaderd.“ Ook bleek volgens Gerrits, dat Rietveld en Storm precies dezelfde vraag al eerder hadden neergelegd bij een collega-uitgever. „Daar had het duo Rietveld-Storm al bedreigd naar de televisie te stappen als de zaak niet naar hun wensen werd opgelost. 'De tv-contracten liggen al klaar', zou Storm tijdens die collega-uitgever geroepen hebben.“

Er lijkt volgens Gerrits sprake van een vooropgezet plan om de auteursrechtenorganisatie Buma een hak te zetten, waarbij zijn eigen reputatie als bestuurder het moest ontgelden. „Gewoon omdat het kan en omdat het weblog GeenStijl, waaruit PowNews is voortgekomen, al een paar jaar op voet van oorlog leeft met Buma. Een andere reden kan ik werkelijk niet bedenken“, verzucht de uitgever.

Gerrits hoopt inmiddels dat staatssecretaris Teeven het aangekondigde strafrechtelijk onderzoek doorzet. „Ik wil dat deze affaire door justitie tot op de bodem wordt uitgezocht. Alleen op die manier kan ik mij van alle blaam zuiveren. Want mijn vertrouwen in de Nederlandse rechtsstaat heeft weliswaar een deuk opgelopen, ik ga ervan uit dat de waarheid het altijd zal winnen van de leugen.“

De geplagde muziekuitgever sleept PowNews bovendien volgende week voor de rechter. Hij eist dat het programma de beschuldigingen aan zijn adres intrekt. Ook overweegt hij een forse schadeclaim in te dienen.

*De naam van de auteur en de personen in dit verhaal zijn om privacyredenen fictief.

'In de sneeuw verstop ik vier blikken bier'

Vervolg van pagina TA1

zucht naar alcohol, zwetend tijdens het scheren, al om vijf voor acht sta ik bijna iedere werkdag voor de ingang van de Spar om drank te kopen. Bier of wijn, dat maakt niet uit. Lekker voor onderweg in de auto, van Purmerend naar Den Haag. Om mijn omgeving in het ongewisse te laten, stop ik nog wel eens een fles in de binnenzak van mijn driedelig grijs of grijp ik in de schuur bij het legen van de afvalbak snel twee, drie, vier blikjes bier. Als ik mijn twee labradors uitlaat, stop ik snel twee halve liters bier in mijn jaszak. Mijn burens reageren wat vreemd als ik ze niet groot. Weet ik veel: ik smacht alleen maar naar alcohol. Eenmaal verstop ik zelfs vier blikken bier onder een pak sneeuw in de tuin van de burens. Als ik drie uur later mijn honden weer uitlaat, vind ik ze met moeite terug omdat de sneeuw is bevroren.

Mijn counselor in de kliniek is een harde. Scheldt me nogal eens uit. Om de schandelijke wijze waarop ik mijn gezin tekort heb gedaan. Hij kan het weten, want net als zijn collega's is hij vertrouwd met de verslaving. De meeste hier werkzame counse-

lors hebben een verslavingsverleden en passen hun expertise nu op ons toe. Ze zaten zelfs tot onder de brug van de zwerfbruggen van Hoog Catharijne in Utrecht. Maar ook zij overwonnen zichzelf.

Mijn counselor laat me 'schadebrieven' schrijven. Maar op een dag sta ik oog in oog met mijn kinderen en ex. De familiedag wordt er een om nooit te vergeten. Kei- en keihard zijn de aanvallen van het thuisfront op mij en mijn medeverslaafden. Wat wij ze hebben aangedaan. Dat ze ons verketteren, maar nog zo verschrikkelijk veel van ons houden. 'Ja pap, ook van jou. Dankzij ons zit je hier. Je laatste strohalm. Ik heb je rekeningen betaald, laat de honden uit en heb alle drank de deur uitgedaan', zegt mijn dochter met tranen in haar ogen. Ik houd het niet langer droog. Door het diepste stof moet ik. Tot op de bodem!

We werken hard aan ons herstel. Niet alleen ik. Ook mijn lotgenoten zoals de bankdirecteur, advocaat, jazzgitarist, de BN'er die ons iedere avond op tv vermaakt en hier lekker anoniem is, en de gezagvoerder op een grote Jumbo. 'Weet je dat ik een keer mijn TomTom in de cockpit heb aangezet toen we moesten uitwijzen naar Zestienhoven? Zo kom

je er ook, want ik had een aardige slok op', zegt hij.

De man van de tv roept daarna bij de open haard: 'Als je voor ieder programma een paar snuiven moet nemen terwijl je net je ontbijt op hebt, dan is er dus iets goed mis met je, hé!' Al maanden doet hij nu nuchter heel leuk op de buis. 'Nooit meer die rotzooi', riep hij onlangs op een feest. Een jaar later, in nuchterheid, schrik ik me te pletter als ik hoor dat een ander zich heeft verhanden. Ze vertoefde met mij in de kliniek, in een andere groep. In de avonduren schoof zij ook aan voor een spelletje Scrabble, Mens Erger je Niet of sjoelen. Maar zij redde het dus niet.

Seksverslaafd

We hebben het over een lotgenoot in de kliniek. Die seksverslaafd is. Mislidde zijn vrouw door in hotelkamers de ene na de andere betaalde date te charteren. Hij blijft ontkennen, maar als op de familiedag zijn wederhelft huilend ter aarde stort en hem keihard confronteert met condooms, servetten met parfumlucht en onbekende oorbellen in zijn auto is er geen weg meer terug. We lachen erom en vergeten voor het gemak onze eigen verslaafde stomiteiten.

Vier weken verplicht in de kliniek blijven is geen must. Je bent vrij om te gaan als het je niet aanstaat. Ik merk dat verschillende lotgenoten het niet aankunnen en tussentijds hun koffer pakken. Op weg naar het noodlot? Zij kunnen hun verslaving niet langer onderdrukken en nemen in Grono de eerste de beste bus naar de buurtsuper om drank te kopen, onderweg naar huis. Hun dood tegemoet?

Sommigen van ons moeten een vervolgtraject in, in klinieken ver over de grens. Om daar verder en vaak ook langer in herstel te zijn. Een van mijn fellows vertrekt naar Maleisië. Op Schiphol gaat ze het vliegtuig niet in. Ze heeft zich in een uur tijd helemaal verloos gedronken en mag niet aan boord. Wanhopig keert ze terug in de kliniek. Een dag later bij het vallen van de avond probeert ze zich van het leven te beroven door aan het hek te gaan hangen. Op de valreep is redding nabij. Een andere verslaafde wordt tegengehouden om van de balustrade te springen.

Ik zal altijd alcoholist blijven, zo wordt mij verzekerd. Ik was verslaafd, maar leef nu in nuchterheid. Al een maand hier in het oosten des lands. Al sinds eind 2010 ben ik nu, vijftien maanden later, zonder een dag drank een

ander mens. Ik heb mijn koers verlegd. Mijn alcoholprincipes overboord gezet en mijn leven 180 graden omgegooid. Ik mediteer, doe mijn dagelijkse sport, wandel met mijn hond, bezoek drie keer per week een AA-meting voor anonieme alcoholisten, lotgenoten die elkaar hun verhaal vertellen en zo de moed vinden om nuchter verder te leven. Ondertussen heb ik mijn werk weer opgepakt en lijkt het of ik renderder als nooit tevoren. Mijn leven is het belangrijkste en niet dat van een ander, wat ik zo vaak dacht. Waar ik ook zo vaak over struikelde en in meeding tot dat roes of coma erop volgden.

Mijn kinderen houden weer van me. Goedmaken kan ik het niet, maar wel het hen zo aange-naam mogelijk maken. Met kerst en oud en nieuw was ik met mijn ex samen. Of we gaan gewoon gezellig eens in de week samen uit eten. Wat is het leven dan een feest. Een feest zonder drank. Ik zal altijd verslaafd blijven, maar ik heb het erkend en ben nu nuchter. Eindelijk vrij. Ieder eerste glas is te veel, omdat tien er te weinig zijn.

