

DON DE JONG

SAMEN MET LYDIAN COPPUS

**HIER KLOPT
IETS NIET**

Waarom ik alles opgaf om mezelf te redden



Proloog

Er gaan de wildeste verhalen rond over waarom ik vorig jaar ben gestopt met YouTube. Iemand zei in een comment: 'Hij is kapotgegaan aan de drugs.' Ik zou ruzie hebben gehad met een drugsbaas. Een burn-out hebben. Voor makkelijk Snapchat-geld gaan. Depressief zijn. Diep in de crypto zitten. Ik zou dikke schulden hebben en met de verkeerde mensen in zee zijn gegaan. Bezorgde kijkers dachten dat ik suïcidaal was of zware gezondheidsproblemen had. Een kerel zei zelfs online dat ik doodging, waardoor ik door meerdere volgers op straat werd aangesproken.

Gelukkig is dit allemaal onzin.

Ik zou ook zijn gestopt omdat ik YouTube niet meer leuk vind. Als je dat denkt, ken je me echt niet. YouTube is mijn leven; ik vind filmen en editen nog steeds het leukste wat er is.

In dat laatste halfjaar voor mijn afscheidsvideo was ik aan het experimenteren met video's en concepten, maar de kijkers zagen heel goed dat er iets mis was. Ik kon het niet meer verbergen. Ik kreeg steeds meer berichtjes en comments dat ik mezelf niet was. Dat er iets niet klopte. We snappen het niet, Don.

Ze hadden gelijk. Ik wás mezelf ook niet. Er klopte iets niet. Al jaren niet.

2009

Ik ben 9, hartoperaties: 1, dag 303 met PTSS

De pacemaker heb je voor altijd

‘Heb ik dit voor altijd, mama?’

Ik sta in de keuken. Acht maanden geleden heb ik mijn pacemaker gekregen. Ik durf het eigenlijk niet te vragen, bang voor het antwoord. We praten nooit over de dood. Ik vis er wel naar, indirect. Ik draai eromheen met woorden, bang om het hardop te zeggen.

In mijn hoofd tollende vragen al maandenlang: waar ga je naartoe als je doodgaat? Bestaat God? Hoe kan er een God bestaan als hij kindjes ziek maakt? Word ik misschien nooit achttien? Kan ik dan nooit mijn rijbewijs halen? Geen profvoetballer worden? Nooit meer spelen? Ik durf niet te vragen wat ik eigenlijk denk: ga ik dóód?

Die woorden heb ik nooit hardop uitgesproken, in al die jaren en ziekenhuisbezoeken erna niet. Maar ik heb ze vaak gedacht: ik ga dood.

Ik zie mijn moeder aarzelen. Dan verzacht haar blik.
'Ja, schat,' zegt ze. 'De pacemaker heb je voor altijd.'

Ik weet niet wat ik had verwacht. Misschien dat ze zou zeggen: 'Nee joh, ben je gek. Over een paar jaar ben je er vanaf.' Maar nu ze het zo hardop zegt... Ik breek. Dikke tranen rollen over mijn wangen. Mijn benen houden me niet meer en ik zak tegen de koelkast naar beneden.

'Ik geloof dat ik dan nooit meer zo blij kan zijn als ik vroeger was.'

2024

Ik ben 25, hartoperaties: 3, dag 5804 met PTSS

De negativiteit mag nooit van mij winnen

De cilinder van de revolver draait rond. Russische roulette, zo voelt het. Alsof ik telkens de loop tegen m'n slaap zet en de trekker overhaal. De adrenaline die daarna als een schokgolf door mijn lijf gaat. Mijn bloed kookt. Al m'n zintuigen staan op scherp, klaar voor een dreiging die nooit komt. Zo voel ik me elke dag, elk moment, elke seconde. Al zestien jaar lang.

Ik weet dat mijn gevoel me nept, dat er niks aan de hand is – niet op dit moment – maar dat maakt het niet minder eng.

En dan is er nog dat andere gevoel: alsof iemand een vis-senkom op mijn hoofd heeft gezet. Alles is vervormd, geluiden klinken dof. Het is net of ik niet echt hier ben, alsof ik in een film zit of een droom. Het lijkt echt, maar voelt toch nep. Zelfs mijn eigen vingers als ik naar ze kijk.

Het is het contrast tussen dat continu ‘aan’ staan, de spanning in mijn lichaam en die rare sensatie alsof ik niet echt in het moment ben, wat zo beangstigend is.

In de brugklas, tijdens een van mijn moeilijkste periodes, heb ik een afspraak met mezelf gemaakt: de negativiteit mag nooit van mij winnen. Ik stop het diep weg. Als ik maar gewoon doelen zet, leuke dingen doe en mijn leven leid zoals ik wil, dan moet het toch een keer weggaan? Maar het voelt nu al een poos alsof ik dat gevecht aan het verliezen ben. Positiviteit en enthousiasme zijn niet meer genoeg. Het gaat niet goed en het lijkt met de dag erger te worden. Als dat al kan.

Gisteren was ik nog bezig met de videoplanning voor de komende weken, mijn nieuwe vorm van content: twee keer per week een video van tien minuten met allemaal leuke, spontane dingen. Maar vandaag doe ik mijn ogen open en ik weet direct: ik ga stoppen. Ineens is die kristalheldere gedachte er. Misschien leef ik al heel lang naar deze beslissing toe, maar het voelt abrupt.

De enige manier om hieruit te komen, is door de negativiteit te confronteren. Ik ga die strijd tussen het goede van het leven en deze verlamdende angst voor eens en altijd uitvechten.

Ik weet niet hoe lang het gaat duren, maar mijn gevoel zegt dat ik hier zo drie jaar zoet mee kan zijn. Dat betekent dat ik alles moet loslaten. Ik heb Focus Drink, de onderneming waarvan ik sinds 2021 mede-eigenaar ben, al geïnformeerd dat ik wil stoppen, net als Duke Design, het andere bedrijf waar ik in zit.

Ik kan geen ballast gebruiken, al mijn energie moet naar het herstel gaan. Elke maand ben ik twaalfduizend euro kwijt aan lasten, verzekeringen, belasting en andere zaken. Als ik dat jaren moet volhouden terwijl ik niet meer werk, dan gaat al mijn spaargeld eraan. Dat rekensommetje is snel gemaakt. De auto's, de huizen, ze moeten in de verkoop of zijn al weg. Ik moet het op safe spelen.

En zelfs dat is niet genoeg.

Ik zal ook de stekker uit YouTube moeten trekken, zo ver heen ben ik. Godverdomme, wat doet het pijn. Ik wil dit niet, maar ik weet dat het moet. En dan moet ik dus ook nog een afscheidsvideo gaan maken. Wat ga ik zeggen?

Tot nu toe weten alleen mijn hechte vaste kring en de mensen met wie ik zakelijk ben verbonden, dat ik ga stoppen. Okke, mijn neef die voor me werkt, schrok zich kapot, maar ook mijn maat Roy 'Royalistiq' Beszelsen, de andere jongens van Focus Drink, mijn ouders, opa en oma.

Om de schijn op te houden, meer voor mezelf dan voor de kijkers, upload ik nog drie video's. YouTube blijft mijn passie. Zelfs nu ik op de bodem van een diepe put zit, haal ik plezier uit het editen. Lachend herbeleef ik op mijn kamer de leukste momenten van de afgelopen weken. Eronder zit verdriet.

Dit moet ik dus allemaal opgeven.

2024

Ik ben 25, hartoperaties: 3, dag 5819 met PTSS

Het was goud. En nu is het voorbij



Het is 30 juli, vijf uur 's middags. De afscheidsvideo staat online.

‘In deze keuze volg ik mijn intuïtie, mijn gevoel,’ zeg ik in de video. ‘Wat ik wel weet, is dat ik het weer heel extreem en radicaal ga aanpakken. Zo ben ik gewoon als persoon. Ik laat mijn oude leven achter om een nieuw leven te beginnen.’

Wat zullen mijn kijkers denken? Ik ben ze zo dankbaar voor de tijd die ik heb gehad. Ze hebben geen idee hoe dankbaar. En ik weet dat deze video maar de halve waarheid is. Wat ik zeg klopt wel, maar het is maar een klein stukje van een groter geheel. Ja, ik ben nu vijfentwintig jaar en niet meer de Don van vijf jaar geleden, maar er is ook een deel dat ik verborgen houd. En dat voelt kut.

‘Dit is gewoon mijn hele leven, mijn hele lifestyle.’ Ik zie

mezelf worstelen in de video, vechtend tegen het verdriet.
'Het was weergaloos, echt waar, magistraal.'

Het was goud. En nu is het voorbij.

Ik zit in mijn eentje in mijn huis in Roelofarendsveen, tussen de zoi van een vorig leven, want over een maand moet ik ook hier weg. De afgelopen vierentwintig uur voelen als een blur. Ik heb de video gisteren opgenomen en direct geëdit. Ik wist dat ik snel door deze zure appel heen moest, anders zou het me niet lukken.

De knop omzetten is zo heftig, dat ik niet weet wat ik met mezelf aan moet. Ik zit op de bank met mijn hoofd in mijn handen, leunend op mijn bovenbenen. Eén brok ellende. Even later spring ik op en zet ik een blij nummer snoeihard aan. Ik voel me opgelucht, dan weer verdrietig, dan weer hoopvol. Ik loop een beetje verdwaald rond door mijn huis, ga zitten, haal diep adem, sta weer op, loop de deur uit, wandel een rondje, kom weer terug, neem het zoveelste bakkie koffie, ga zitten, sta weer op. Ik heb geen behoefte aan gezelschap. Dit moet ik alleen doen.

Ik ben blij dat ik deze keuze heb gemaakt.

Niets doen is sowieso falen.

Dat ik nu deze stap zet, geeft me ook vertrouwen.

Nu kan ik aan mezelf gaan werken.

Maar mijn comfortzone is wel weg.

En het is wel YouTube.

Fuck, dat is mijn ziel en zaligheid.

Maar het is ook goed. Het moet.

Maar ik ga het zó missen.

En zo blijven mijn gedachten rondgaan. Ondertussen

raast de altijd aanwezige stress als een orkaan door mijn lijf. Ik kan niet eens tv-kijken, mijn ogen doen te veel pijn. De spanning in mijn lichaam is bijna niet te doen. Geluiden zijn te hard, lichten te fel. De enige afleiding die ik had, dat wat me altijd in het moment hield, heb ik niet meer. Gaat dit ooit over?