

22 oktober 2003

Beste Jan,

Vorige week was het een jaar geleden dat ik zo verstandig was om je te bellen en je te vragen of je mij kon helpen met mijn – op dat moment voor mij – volkomen onbegrijpelijke probleem.

Van de één op de andere dag durfde ik niet meer op de snelweg te rijden. Ik snapte er niets van en dacht werkelijk dat ik de enige was. Ik kende niemand die zonder angst wel in de grote stad kon rijden maar het eenvoudige rijden op een snelweg niet meer kon/durfde.

Je stelde mij tijdens dit telefoongesprek al snel gerust door vele symptomen te noemen die zich bij mij openbaarden en vertelde me voorts (bijna lollig) dat ik op een wachttijd van 3 tot 4 maanden moest rekenen. Zoveel mensen zaten immers in hetzelfde ellendige schuitje als ik. Zelfs een taxichauffeur, die voorheen niets anders deed dan autorijden, was op een dag vleugellam, zo vertelde je mij.

Op 16 januari 2003 heb ik je opnieuw gebeld, heb je eraan herinnerd dat er drie maanden voorbij waren en hoe lang ik nog moest wachten op mijn eerste les. Twee weken later volgde mijn intake bij jou, leerde ik je kennen als een vriendelijke, begripvolle en bovenal rustige geduldige man. Na dat gesprek mocht ik, als ik dat wilde, alvast een stukje rijden op die gevreesde snelweg en dat wilde ik graag maar ik stapte met 100 kilo lood in mijn schoenen in de auto. Wat kreeg ik last van mijn angsten. Hyperen, zweten, hartslag op hol, doodsbang was ik en jij bleef er maar opvallend stoïcijns onder en zei: "Er gebeurt niets hoor, dit is mijn auto en er komt geen krasje op want ik hou dat wel in de gaten, bovendien is deze auto nieuw."

Na 9 of 10 lessen was ik al bijna van mijn probleem verlost en op 20 februari 2003 reed ik na liefst 11 maanden weer met de auto naar mijn werk in Amsterdam. Geen bus meer, geen trein meer en bovenal geen ergernis meer over dat openbaar vervoer en de rottige verbinding. Ik was weer een vrij mens en kon gaan en staan wanneer ik wilde. Wat een verademing. Ik kon zelfs genieten van de file.

En nu, beste Jan, zijn we alweer in oktober 2003 beland en heb ik al heel wat kilometers weggereden. Ik ben nog niet helemaal vrij van momenten van angst maar dat is niet erg want als ik last krijg, laat ik het toe en pas op die momenten de "trucs" toe die je mij hebt geleerd. Veelal gaat de spanning/angst van zelf weer weg of blijft latent aanwezig, maar controleerbaar. Het belemmert mij in ieder geval niet in mijn autorijden. En daarvoor, mijn beste Jan ben ik je nog elke dag zo ontzettend dankbaar!

Je hebt mij er indertijd van overtuigd dat ik één van de weinig mannen was die zich niet schaamde voor deze zogenaamde snelwegfobie en in de loop der tijd heb ik dat bevestigd gekregen. Ik ken inmiddels 6 personen die exact dezelfde problemen hebben. Als ik ze uitleg waarom nu juist angst op een snelweg, snappen ze het in elk geval een beetje. Of dat echter voldoende is om de stap te nemen om jou te bellen, weet ik niet. Ik hoop het.

Los van mijn behoefte om je te laten weten hoe het met mij gaat en mijn dankbaarheid te betuigen, wil ik graag iets betekenen voor die mensen die overwegen om jouw hulp in te schakelen maar het (nog) niet zeker weten of het (nog) niet durven. Stuur die mensen gerust een kopie van deze brief en ze mogen me bellen op het telefoonnummer ~~020 222 2222~~

Jan, het gaat je goed, een hartelijke groet en wie weet tot ziens.



Michaël.