



'Ik was tenslotte altijd de sterke jongen van het schoolplein geweest.'

Hoe een voormalig strijder van de moedjahidien als verslavingsdeskundige in Eindhoven kwam te werken? Het leven van Khoshal Banai kent veel bizarre wendingen.

TEKST ANNELIES VAN DER WOUDE FOTO'S MERLIJN DOOMERNIK

# ‘Door judo werd ik weer mens’

## Les 1

### Ontwikkel jezelf

“In mijn herinnering had onze woonkamer veel weg van een klaslokaal, met een wereldkaart en een zwart geschilderde muur waarop we sommen oefenden.

We sliepen met alle kinderen onder één deken, ons luxe bezit was een radio. Mentale rijkdom zag mijn vader als de enige manier om verder te komen in het leven, iets wat hij ons allemaal heeft meegegeven en wat ik op mijn beurt stimuleer bij mijn kinderen.

Ik was zeven jaar toen in 1978 de communistische revolutie in Afghanistan begon, een periode van hoop en blijdschap voor mensen van arme, boerenkomaf, zoals onze stam. Rond die leeftijd begon ook mijn fascinatie met worstelen. Elke dag keek ik urenlang naar worstelaars bij een heel primitieve club in de buurt. Toen ik iets ouder werd, mocht ik soms vijf minuten meedoen in ruil voor het halen van een emmertje water.

Later werd ik lid en heb ik heel fanatiek getraind. Ik was er goed in en deed mee aan wedstrijden op hoog niveau, ik heb zelfs mee gedaan aan de Ahmaddjan cup.”

## Les 2

### Een groot ego hindert het denken

“De situatie in het land sloeg om in complete chaos toen de moedjahidien – de islamitische strijders – eind jaren zeventig in opstand kwamen. Hun doel was om de Russen (die in 1979 waren binnengevallen om hun invloed te waarborgen. red.) uit te schakelen, een missie die de westerse landen en islamitische bondgenoten materieel en financieel steunden. Ik zat op de middelbare school en werd aangemoedigd om me aan te sluiten bij de ‘revolutie’ en lid te worden van de communistische partij. In een klas van dertig kinderen waren er misschien tien lid, de rest niet. Die kinderen zeiden: ‘mijn vader luistert naar de BBC en die hoort iets anders’. En ’s avonds op school werden stiekem briefjes neergelegd met antipropaganda.

De spanning was overal voelbaar: bij klasgenoten onderling, bij de bakker, op straat. Aanvankelijk was ik vanwege ‘gelijkheid voor iedereen’ voorstander van het communisme, maar naarmate ik ouder werd, zag ik onder die gelijkheid ook veel mensen die misbruik maakten van hun positie. Ik vond dat zo hypocriet: mensen die zichzelf communist noemden, maar ondertus-

sen in een luxe auto reden. Gevoed door het gedrag van mensen om mij heen ging ik me verdiepen in de rebellen, in de religieuze strijders. En ik dacht: die zijn rechtvaardiger. Zo belandde ik van het ene uiterste in het andere. Als puber van zeventien redeneerde ik heel zwart-wit: als je niet voor de ene partij kiest, ben je voor de andere. Gedreven door idealisme, niet omdat ik gelovig ben – ik geloof niet – sloot ik me na de middelbare school aan bij de rebellen. Zo hoort het, dacht ik. En ik had een groot ego, misschien was het bewijsdrang die deze keuze verklaart. Ik was tenslotte altijd de sterke jongen van het schoolplein geweest.

Het waarom van die keuze snap ik nog steeds niet, maar ik heb het gedaan en ik kan het niet meer terugdraaien.

Ik kwam terecht in een ongeorganiseerd leger, zonder goed eten, in de bergen. Op de top van elke berg hadden we posten. En dat werd mijn leven: op de top van zo’n berg staan, in de sneeuw en kou.

In de winter reisden we heen en weer naar Pakistan, waar we in kampen bij Peshawar werden voorzien van wapens en op geheime locaties werden getraind – vaak door westerlingen. Ik kan me herinneren dat ik de Nederlandse minister Voorhoeve ben tegen gekomen, zonder toen te weten dat hij het was.

Dat realiseerde ik me pas veel later, toen ik in Nederland in een asielzoekerscentrum zat.” ▶

---

### Les 3

## Een rechtvaardige oorlog bestaat niet

“Ook de rebellenleiders waren profiteurs. Tegen hun ondergeschikten zeiden ze ‘het is niet erg als je sterft, dat hoort bij mannen’. Zelf gingen ze niet naar het front. Het waren bepaalde types – minder bekwaam om na te denken – die vanuit een diepe religieuze overtuiging bleven vechten. Met hen voelde ik me niet verbonden. Ik streed naar mijn idee voor rechtvaardigheid, niet voor de islam. Maar de dagelijkse realiteit van de oorlog bestond uit schuilen voor raketaanvallen, schieten, lijken en graven. Ik heb verschrikkelijke dingen gezien en meegemaakt.

Om aan die dagelijkse ellende te ontsnappen begon ik drugs te gebruiken; dat deden veel jongens en mannen om mij heen. Ik vertrok voor een jaar naar Iran. Daar werkte ik illegaal in fabrieken en in de bouw en daar raakte ik echt verslaafd aan opium, iets waarvan ik me pas bewust werd toen ik hier in Nederland een baan kreeg in de verslavingszorg. Bij cliënten herken ik symptomen die ik precies zo had gehad: de zucht, de pijn. Daarom ben ik nog steeds ervaringsdeskundige. Mijn collega’s noemen me soms gekschend de ‘Afghaanse drugshond’.

Het leven in Iran was voor Afghaanse vluchtelingen mensonterend. In alle opzichten word je behandeld als tweederangs, je bent niets waard. Iran bood geen zicht op een betere toekomst. In 1992 ging ik terug naar Kaboel. Niet dat het daar beter was, integendeel: de burgeroorlog was uitbroken. Politieke en etnische groeperingen vochten tegen elkaar. Ik sloot me aan bij de rebellen, vanuit een gevoel er toe te doen. Bovendien wilde ik mijn familie zien.

Op een gegeven moment kreeg ik woorden met een oudere broer die vond dat ik moest ophouden met dat ‘rebellengedoe’. Maar ik was koppig. Ik deed van alles. Met vrienden vertrok ik voor een paar dagen naar Peshawar, om naar de bioscoop te gaan. De één had een kalasjnikov die hij wilde verkopen, de ander had wat geld verdiend met gokken. Zo ging het: we verveelden ons, steeds zochten we iets, een avontuur.

Bij toeval kwam ik eind 1993 via een boekhandelaar aan het telefoonnummer van mijn oudere broer die naar Amerika was vertrokken. We belden en hij gaf mij het advies: ‘Ga naar Rusland. De Berlijnse muur bestaat niet meer, de verhoudingen zijn anders.’ Als ik die boekhandelaar niet was tegengekomen en mijn broer niet had gebeld, was mijn leven heel anders gelopen. Ik heb

geluk gehad. Mijn broer zorgde voor een paar honderd dollar om een paspoort en visa te regelen. Met twintig dollar en een zakje vuile kleren vertrok ik begin 1994 met het vliegtuig naar Moskou. Ik werd daar heel erg ziek, ik dacht dat ik griep had, maar dat waren natuurlijk afkickverschijnselen. In Rusland kon ik niet aan drugs komen. Wel aan wodka. Ik werkte op een markt, maar verder kan ik me weinig herinneren van Moskou.

Na twee maanden ben ik met een vals Russisch paspoort via Duitsland uiteindelijk in Nederland terechtgekomen. Het laatste stuk van die reis bestond uit een lift van een Turkse man die mij afzette in Eindhoven, bij het asielzoekerscentrum. Dat was in 1994. Het was warm. En ik zag en voelde overal schoonheid.”

### Les 4

## Geef door wat jou kracht geeft

“Na veertig dagen werd ik overgeplaatst naar het AZC in Zeeland en naarmate ik meer rust kreeg, kwamen de trauma’s boven. In het tweede jaar kreeg ik echt symptomen van een manische depressie, ik kon niets meer onthouden. Als ik boodschappen had gedaan kon ik de weg niet terugvinden. Uit schaamte zei ik dat tegen niemand, maar ik heb toen wel de huisarts in het AZC geraadpleegd. Ik kreeg zware slaapmiddelen en antidepressiva.

Na drie jaar AZC kreeg ik een tijdelijke verblijfsvergunning, ik leed toen nog steeds aan depressies. In Leiden kon ik terecht bij een project voor asielzoekers. Een van de begeleiders vroeg me wat vroeger mijn hobby’s waren geweest. Ik vertelde hem dat ik ooit fanatiek had geworsteld. Hij stelde voor om eens bij de judoclub in Leiden te kijken.

De leraar daar, Ad Polan, was een heel aardige man, bij hem begon ik met judo. Mijn bewegingen en worsteltechnieken waren voor hem heel fascinerend. Heb je ooit eerder gejudood?, vroeg hij. Hij was heel enthousast en via de judoschool kwam ik in contact met aardige mensen, hoger opgeleiden. En van daaruit kwam een gevoel van erkenning en het gevoel: ik besta nog. Als ik niets om handen had, keek ik uit interesse naar de judolessen van kinderen. Sinds mijn eigen kinderen op judo zitten, ga ik als coache vaak mee naar jeugdwedstrijden. Iets wat mij zoveel stevigheid heeft gegeven, wil ik ook bij mijn kinderen stimuleren.

Er kwam ritme in mijn leven. Anderhalf jaar lang trainde ik twee keer per week. En ik werkte aan mijn conditie door te zwemmen en hard te lopen. Ik werd weer mens, op eigen kracht. Ik kon de medicijnen afbouwen. In die periode leerde ik mijn vrouw kennen. Heel traditioneel heb ik haar hand gevraagd en in 1999 zijn we getrouwd. We woonden toen al samen, in Eindhoven, waar we ook begonnen met het inburgeringstraject. Ik kwam in een versneld lerende klas terecht en mocht bij de Fontys Hogeschool deelnemen aan een project voor hoogopgeleide allochtonen. Bij de intake werd mij van alles gevraagd: een beetje sociologie, wereldkennis, kennis van de mens, van alles.”

### Les 5

## Doe de dingen in het hier en nu

“Ik wist veel, want zelfs in de moeilijkste perioden in Afghanistan is lezen altijd een grote hobby van mij geweest. Een voorwaarde om bij Fontys te worden toegelaten, was dat je had gestudeerd. Gelukkig namen ze mij aan op grond van mijn capaciteiten en enthousiasme. Ik mocht in twee jaar de verkorte opleiding voor maatschappelijk werker doen en daarna kon ik tijdelijk aan het werk als hulpverlener bij het meldpunt Huiselijk Geweld. Daarna werkte ik twee jaar in de dag- en nachtopvang van verslavingszorg Novadic Kentron en vanuit die baan ben ik begonnen bij de afdeling voor dubbeldiagnostiek van de GGZ voor mensen met psychische problemen en verslaving.

Iemand uit Afghanistan? En die komt hier werken als verpleegkundige? In eerste instantie reageerde het team verbaasd. Maar ik kon hier meteen mijn ei kwijt, met de cliënten had ik vanaf het begin zo makkelijk contact dat mijn collega’s er bijna van schrokken. Cliënten voelen dat ik geen rol of houding aanneem. Dat trekt, ze komen vaak naar mij.

Mijn team was gewend alles te evalueren en analyseren, maar dat deed ik niet, nog steeds niet. Ik heb door judo geleerd zonder paniek aanwezig te zijn, waar ik ook ben. Het gaat om beheersing en inschatting van situaties, van mensen.

Je kunt je leven niet voorspellen. Zoals mijn collega’s over de toekomst praten, over pensioenopbouw en dat soort zaken, dat is niks voor mij. Ik doe de dingen in het hier en nu, dat is mijn succesfactor.” ■



‘Zoals mijn collega’s over de toekomst praten, over pensioenopbouw en dat soort zaken, dat is niks voor mij.’



*Dat ik verlaafd was, realiseerde ik me pas in Nederland*

### **Khoshal Banai**

Khoshal Banai is geboren in Afghanistan, in een buitenwijk van de hoofdstad Kaboel. Hij is de middelste uit een gezin van elf kinderen. Op de dag dat hij naar school ging kreeg hij een ‘geboorteakte’: een papiertje waarop stond dat hij vier jaar was en geboren in het jaar 1342 volgens de Afgaanse jaarkalender. Hij schat dat hij nu 41 of 42 jaar is. Zijn puberteit stond in het teken van chaos en oorlog. Op zijn 17de sloot hij zich aan bij de moedjahedien. Via omzwervingen kwam hij in 1994 in Eindhoven terecht en vroeg asiel aan. Hij kreeg een verblijfsvergunning en vond zichzelf uiteindelijk weer terug dankzij judo. Hij deed de verkorte hbo-opleiding maatschappelijk werk en werkt sinds 2008 jaar als hulpverlener bij de GGzE, op de afdeling voor dubbel-diagnostiek. Khoshal woont met zijn vrouw en drie zoontjes in Eindhoven. In zijn vrije tijd is hij judocoach.