

De meeste mensen veranderen meer van een halve liter jenever dan in hun hele leven. Dat is waar. Maar het is ook waar, dat de meeste mensen zo'n ontluisterende gebeurtenis gelukkig niet elke dag meemaken; dan ging het wel beter met Schiedamse maakindustrie. Eveneens zou er wel wat meer dan enkel een innovatieplatform nodig zijn om de nood te lenigen, mocht zoiets op dezelfde manier om zich heengrijpen als de ontluisterende gebeurtenis die u wél dagelijks overkomt:

Slapen

De projectleider, geliefd vanwege zijn cynische anekdotes bij de dorpspomp, op ruwe toon verteld. De goedlachse, bourgondische teamleider met de benaderbaarheid van een winkelmeisje. De keurige directiesecretaris met zijn Lacoste polo's en opgezette kraag, die geen woord teveel spreekt en nauwkeurig observeert. Unieke persoonlijkheden: individuen. Zo niet onder zeil. 's Nachts zijn ze een grauwe massa, een eenheidsworst. Van die diversiteit, hun persoonlijkheid, daarvan blijft helemaal niets over. Zo traag als ambtelijke molens werkt de hartslag, de ene arm zo slap als lauwe thee naast het bed en het lijf zo landerig in een houding gedrapeerd, dat een puber op het VMBO zijn leraar ermee tot razernij zou drijven. De enige activiteiten van betekenis zijn de oogbollen die REM'en en de spermatozoën die op driekwart van de nacht in het zicht van de eicel aan lager wal raken¹. De hogere levensvorm die homo sapiens wil heten, is bovendien niet de schoonste slaper. Nijlpaard of giraffe kunnen het staande, zonder haast; zowat met klasse. De mens daarentegen smakt en ronkt, draait en puft. Streling voor het oog noch lust voor het oor (of andersom).

Niet alleen het lichaam ligt er schijnbaar ongezond, vormeloos en zakkig bij, met de geest is het niet veel beter gesteld. U droomt, dat klinkt interessant en het lijkt heel wat, maar de inhoud van uw hersenpan is even ernstig de verkeerde richting ingeslagen, als de fokker die een poes tot *Pers* renoveert. Zwalkend als een dronkeman rijgt de hypothalamus herinneringen aan elkaar; rommelt amateuristisch met waarnemingen, aangereikt vanuit het limbische. Het been van uw vrouw op uw kuit wordt een aanval door een contra-spion, de staart van de poes een vrouwenborst en tussen de bedrijven door spreekt de OR-voorzitter u toe, want dat was een gebeurtenis die uw netvlies vandaag filmde. 't Is een zootje. We zijn allemaal gelijk tijdens het slapen -leuk voor intellectuelen van socialistische komaf- maar dan wel gelijkwaardig in onze collectieve, radeloze morsigheid. Het lijkt Koninginnedag wel.

Schijnbaar ongezond, brengt de wakkere lezer in herinnering. Maar Schijn Bedriegt. Want zo bedorven als het klinkt en oogt, zo vitaminerijk is het in werkelijkheid. Wéken kan het lichaam zonder voedsel, het beschikt over een buitengewoon groot aanpassend vermogen op dat punt. Alcohol is een sloper, maar 20 jaar kost het toch zeker. En Van Hard Werken Is Nog Niemand Doodgegaan. Maar gebrek aan slaap leidt ongelofelijk snel tot schade. Korte onthouding leidt tot gebrekkig functioneren, geheugenverlies, irritatie en agressie. Bij nog niet eens zo heel veel langere onthouding spreken we al van martelmethodes die tegen de menselijkheid ingaan en binnen verrassend weinig dagen extra volgen hallucinaties, mogelijk zelfs de dood.

1

Zal ik maar zeggen, de werking van de anticonceptiepil uitleggen, kost me meer woorden dan ik hier kwijt kan. Zonder wegopbrekingen kost het de zaadcel 10 uur. In de file, om 8:20, kijkt u vanaf nu met heel andere ogen naar uw buurvrouw en haar stoïcijnse Mona Lisa blik. Daaronder, aan nieuwsgierige blikken onttrokken, gebeurt iets moois, iets poëtisch.



Vrouwen slapen gemiddeld een half uur langer dan mannen, zo verklaart ons de wetenschap. Dat is niet zo fraai. Wilt u niet dat uw man gezond leeft? Kapittelt u hem niet regelmatig, over drank- en vetinname? Dan is het niet anders dan consequent, hem het probaatste slaapmiddel dat de mannelijke natuur kent genereus toe te dienen (grijpt in op het centrale zenuwstelsel. Effectief binnen het halve uur, vaak al na enkele minuten. In een groot aantal varianten en doseringen verkrijgbaar, vraag erom. Geen invloed op de rijvaardigheid; allergische reacties onbekend; geen contra-indicaties; verlavingsongevoelig en een te hoge dosering wordt eenvoudig door het lichaam afgebroken - strikt genomen *opgegeten*. Een onfeilbaar medicijn).

Zijn gezondheid, zijn geestelijke prestaties -wat heet- *zijn leven* hangt er vanaf!

Rhp-producties.nl