

5

VRAGEN AAN

Dan Karaty

‘Ik zie nu pas wat genieten van het leven écht betekent’

De Amerikaanse tv-persoonlijkheid en choreograaf Dan Karaty (1979) werkte samen met wereldsterren en leidde voor velen een droomleven. Maar dat was vooral uiterlijke schijn, concludeert hij achteraf. Tweeëneenhalf jaar na het afkicken van alcohol is hij gelukkiger dan ooit. “Ik ben de vader en echtgenoot die ik wil zijn!”

TEKST: INGRID SPELT | BEELD: STEF NAGEL, FRANK RUITER/LUMEN



Dan Karaty slentert, gekleed in joggingbroek en T-shirt, de lobby van het hotel nabij Schiphol Airport binnen. Twee weken verblijft hij in Nederland voor lezingen en de promotie van zijn boek *If I'm being honest*, over zijn verslaving. Ook bij onze zuiderburen. Karaty reist al twaalf jaar tussen Amerika en Nederland voor tv-klussen. Wij ontdekten hem in Nederland als het goedlachse Amerikaanse jurylid in *So you think you can dance*, een spin-off van de succesvolle Amerikaanse versie. Karaty is geliefd om zijn ongezouten commentaar, nu in *Holland's got talent*. “We zijn alweer bezig met het opnemen van het veertiende seizoen.”

Als danser en choreograaf werkte hij als twintiger samen met wereldsterren als Britney Spears, Justin Timberlake, Pink, Kylie Minogue en Jessica Simpson, met wie hij een *fling* had. “Ik hield van mijn werk, het avontuurlijke, en al de mensen die ik ontmoette. Maar diep vanbinnen was het niet wat ik wilde, weet ik nu. Ik danste omdat ik er goed in was en er geld mee verdiende, maar het voelde nooit als een passie.”

Karaty reisde de wereld over en leidde een wild en avontuurlijk leven vol alcohol, drugs en feestjes. Hij dompelde zich onder in aandacht, geld en vrouwen. “Hoe meer succes ik had, hoe meer ik ging drinken. Eigenlijk heeft mijn puberteit een paar decennia geduurd; door mijn verslaving bleef ik emotioneel stilstaan. Ik kon er zolang mee weggkomen, omdat mijn werk er niet onder leed. En als je veel in hotels verblijft, kun je een verslaving makkelijk verbergen. Die hotelkamer was mijn veilige haven.”

De coronapandemie bleek voor hem

een zegen. Tijdens de lockdowns kon Karaty zijn verslaving thuis in Amerika niet langer verbergen. Aanvankelijk tegen zijn zin in geeft hij toe dat hij hulp nodig heeft. “Ik haatte mezelf en wist niet wie ik was en niet wie ik wilde zijn.”

Hij laat zich opnemen in een verslavingskliniek, en niet eentje voor de *rich and famous*. “Mijn kamer deelde ik met een dakloze heroïneverslaafde, en ik bleek precies hetzelfde te zijn als mijn kamergenoot. Tenslotte hebben verslaafden allemaal dezelfde problemen. Op het moment dat ik me dat realiseerde, was ik in shock. Ik dacht altijd dat ik nog een beetje anders was.”

1 Waarom wilde je de hele wereld jouw kwetsbare verhaal laten weten?

“Moeilijke momenten in mijn leven wil ik gebruiken als een bron van kracht. Van mijn verslaving – want verslaafd blijf je altijd ook al ben je clean – weglopen of deze verbergen heb ik lang genoeg gedaan. Ik hoef me niet langer te schamen. Als die verslaving een probleem voor een



ander is, dan is dat zo. Voordat ik me liet opnemen in een afkickkliniek was ik zo'n leugenaar, intussen had ik liegen tot kunst verheven. Zou ik blijven liegen na mijn ontslag, en een smoes verzinnen waarom ik niet meer drink, dan was de kans groter dat ik terug zou vallen in mijn oude gedrag. Ik had nog helemaal niet bedacht dat ik een boek en een podcast wilde maken over mijn verslaving, maar ik merkte dat ik anderen kon helpen met mijn verhaal. Ik krijg ook zoveel reacties op social media van mensen die tegen dezelfde problemen aanlopen. Een verslaving sluipt erin; op mijn 14de begon ik met drinken. Mijn broers en zussen deden het ook, en het was zo gewoon. Met mijn ouders sprak ik er nooit over. We hebben een goede band maar voeren geen diepe gesprekken. Natuurlijk zijn ze blij dat ik clean ben, maar als ik nog had gedronken, waren ze er ook voor mij geweest. Mijn ouders hebben mij nooit veroordeeld, maakten er niet te veel woorden aan vuil en daarom hou ik ook zoveel van ze. Tegenwoordig praten we wel vaker over dit onderwerp, omdat mijn broer en zus, net als ik, zijn afgekickt. Verslaving zit in de familie. Het is fijn om een ander te kunnen helpen met mijn verhaal. Als ik tegenwoordig 's ochtends wakker word, voel ik me fantastisch. Ik ben trots op mezelf en voel me niet langer leeg en eenzaam. Ik realiseer me hoe bevoorrecht ik ben en zie nu pas wat genieten van het leven écht betekent. Ik kijk uit naar mijn toekomst!”

‘Moeilijke momenten in mijn leven wil ik gebruiken als een bron van kracht’

2 Wanneer dacht je: en nu gooi ik mijn leven radicaal om?

“Miljoenen keren heb ik geprobeerd te stoppen, maar altijd om de verkeerde redenen. Bijvoorbeeld om weer een tijdje van het gezeur van Natasha af te zijn. Dan lukte het een aantal weken of maanden en viel ik weer terug. Alcohol zat altijd in mijn hoofd; ik had het nodig om plezier te hebben en te ontspannen. De doorslag dat ik toch écht iets moest doen, was het moment dat mijn zoontje werd opgenomen in het ziekenhuis. Aan het einde van de middag voelde ik alleen maar de druk om naar huis te gaan zodat ik kon drinken. Ik h d bij h m moeten blijven. Nadat ik wakker werd op de bank voor de tv met een glas wijn in m'n hand kon ik alleen maar denken: waar ben ik in godsnaam beland? Was dit nu de keuze die ik maakte? Opnieuw dronk ik het nare gevoel weg en zonderde me meer en meer af. Ondanks dit besef duurde het nog jaren voordat ik naar een kliniek stapte. Maar ik accepteerde wel wie ik was: een alcoholist. Eentje die nog niet in de goot lag en het leven voor elkaar had. Ik trainde dagelijks, zorgde financieel voor mijn gezin, had een goede band met mijn familie, een mooie auto en een fijn huis. Door mijn

schaamte ben ik zo lang in mijn verslaving blijven hangen. Pas tijdens de coronapandemie ondernam ik stappen; ik kon er niet langer onderuit. Regelmatig had ik black-outs en door het gebruik last van een angststoornis. ‘Het enige wat ons kapot kan maken is jouw alcoholgebruik,’ zei Natasha steeds vaker. Ik voelde me ook zo schuldig naar mijn kinderen. Zij zijn de reden geweest dat ik me uiteindelijk door Natasha liet afzetten bij de kliniek. De beste zet ooit. Hoewel ik op dat moment dacht dat zonder alcohol mijn leven afgelopen was.”

3 Je hebt een behoorlijk lange lijst met veroveringen. Wie is de schuldige: de alcohol? Of ben je zo'n charmeur?

“Oeps... Als ik heel eerlijk ben had ik ook zonder alcohol al die vrouwen veroverd. Ik zou w l willen dat ik meer rekening met hun gevoelens had gehouden. Na een onenightstand of een aantal dates ging ik weer door naar de volgende. Ik was altijd op zoek naar nog mooiere en interessantere vrouwen. Zoals ik ook meer geld, mooiere auto's en kleding najaagde. Ik voel me daar achteraf wel schuldig om. Ja, ze hadden ook nee kunnen zeggen, maar ik wist precies hoe ik vrouwen moest manipuleren. Ik kon ze alles laten geloven. Weet je, misschien geloofde ik zelf ook wel dat ik op slag verliefd was. De volgende ochtend dacht ik er alleen ►

anders over. Niet eerlijk... De ontmoeting met Natasha voelde anders. Ik viel als een blok voor haar. Ze is prachtig, heeft een geweldige lach, gevoel voor humor en is zorgzaam. Met haar had ik meteen een diepe connectie. Ik wist dat zij geen schamel was en ik met haar kinderen zou willen.”

4

Acteur Hugh Grant vroeg jou eens of je gelukkig was met het leven dat je leidde. Destijds dacht je er nauwelijks over na. En als ik het nu vraag?

“Niemand had mij ooit gevraagd of ik gelukkig was. Ik had zelfs nog nooit een diepzinnig gesprek gevoerd. Hugh gaf zichzelf bloot én stelde mij lastige levensvragen. Ik stond nooit stil bij wat voor mij, en de mensen om mij heen, goed was. Ik leidde wat dat betreft een oppervlakkig leven en kwam simpelweg mijn dag door. Nu pas heb ik het gevoel dat ik ook écht iets te zeggen heb. Door *If I'm being honest* heb ik een doel in mijn leven gevonden, en dat voelt zo goed. Nu ik clean ben, heb ik ruimte om te groeien als mens. Dus ja, ik ben gelukkig

en misschien wel voor het eerst in mijn leven. Ik voel me een ander persoon en zie de wereld om mij heen.”

5

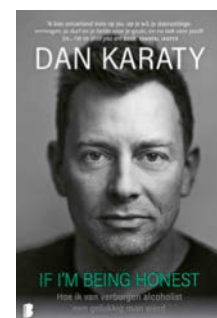
Zonder jouw vrouw Natasha en kinderen Quinn en Daniel had je het niet gered. Hoe is jullie relatie veranderd?

“Natasha heeft altijd achter me gestaan, maar als ik niet naar een kliniek was gegaan, had ik haar uiteindelijk wel verloren. Nu ik tweeëneenhalf jaar niet meer drink, ben ik een betere vader en echtgenoot geworden. Ik ben de vader en echtgenoot die ik wil zijn en voel werkelijke connectie. Voor mijn gevoel ben ik mijn kinderen en Natasha nog zoveel verschuldigd. Ik heb vooral Natasha pijn gedaan en gemanipuleerd in onze relatie. Die periode kan ik nooit meer goedmaken. Bovendien heb ik veel van mijn kinderen gemist. Ik was fysiek overal bij, maar geestelijk niet. Daar heb ik spijt van. Door clean te blijven, laat ik zien hoeveel zij voor mij betekenen. Elke dag weer. Door mijn alcoholmisbruik frustreerde ik de groei in de relatie met Natasha, en

dan krijg je problemen. De tijd zal het verleden helen. Nu ben ik emotioneel beschikbaar. Ik weet wie ik ben zonder drank: liever, geduldiger en relaxter. Ik wil met mijn geliefden in verbinding staan; ik ben niet langer een afwezige vader en echtgenoot. Nog steeds heb ik behoefte aan tijd voor mezelf, alleen niet langer om te drinken. Ik lees een boek of mediteer. Ik ben blij dat ik wakker ben geschud en alles uit het leven haal.” ■

IF I'M BEING HONEST

Dan Karaty (Wyckhoff, Amerika, 1976) is een Amerikaanse tv-persoonlijkheid, danser, choreograaf, producer en acteur. Hij deed de choreografie voor wereldsterren en was jurylid en choreograaf in *So you think you can dance* in Amerika en de spin-offs in Australië en Canada; in Nederland en België zat hij in de jury. Karaty speelde in de filmtrilogie *Soof* en is jurylid in *Holland's got talent*. Hij schreef onlangs zijn debuut *If I'm being*



honest en heeft een gelijknamige podcast. Karaty is getrouwd en heeft een dochter en een zoon.



‘Nu ik clean ben, heb ik ruimte om te groeien als mens’