

INHOUDSOPGAVE

Woord vooraf	7
Rennen	13
Wandelen	27
Beleven	165
Koorddansen	235

Woord vooraf

EEN TIPJE VAN DE SLUIER

Met grote levensvragen op zak besluit ik mijn carrière gedag te zeggen, mijn huis te verlaten en de wijde wereld in te trekken op zoek naar antwoorden. Er is niets mis met mijn carrière, waarin ik snel gegroeid ben. Ik heb een leuke baan als facilitair manager bij een bedrijf in de reiswereld. Natuurlijk heb ik, net als iedereen, soms geen zin 's ochtends op te staan, maar het is intellectueel uitdagend werk en ik heb fijne collega's om me heen. Ik woon op een woonboot in een haven met uitzicht over het water en heb een gezellig sociaal leven. Maar ik heb vragen die me doen besluiten alles om te gooien in mijn leven. Mijn hele leven heeft er steeds een stemmetje aan me geknaagd. Is dit het nu? Is er een dieper doel of nut van het leven? Waarom zijn wij mensen toch zo onaardig tegen elkaar? Zijn er plekken te vinden waar we genereus kunnen delen wat we hebben en elkaar kunnen helpen als het nodig is? Is het mogelijk mijn leven te leiden zoals ik graag wil, zonder toe te geven aan de druk van de maatschappij van hoe het moet? Hoe wil ik dan graag mijn leven leiden?

Het is een hartstochtelijke zoektocht naar het antwoord op de vraag wat een zinvol bestaan is en die brengt me op onverwachte plekken en in onverwachte situaties.

Ik werd altijd al aangetrokken door kaalgeschoren koppen en ineens waren er heel veel kale hoofden om me heen toen mijn reis me naar een Vietnamees, boeddhistisch

klooster in Frankrijk bracht. Hoewel dat wat eronder zit niet helemaal mijn smaak is; als lange Nederlandse hou ik toch wel van stevige, lange mannen. En dit zijn vooral kleine Aziaatjes. Toch is er een die me opvalt. Een monnik met de naam Ananda, opgegroeid in Frankrijk en geboren in Laos, een klein land tussen Thailand en Vietnam.

De retraite in het klooster, die tien dagen zou duren, duurt langer en langer. Ik word geraakt door de dagelijkse mindfulnessoefening. Ofwel: het leven in aandacht en de leer en wijsheid van Thich Nhat Hanh, de spirituele leraar van het klooster. Ananda en ik worden vrienden. We hebben geanimeerde gesprekken en groeien dichter naar elkaar toe, totdat we ineens tot de ontdekking komen dat we meer om elkaar geven dan eigenlijk kan, in ieder geval in een klooster. We zijn verliefd, maar het is duidelijk voor Ananda dat hij zijn huidige weg en het celibataire leven van een monnik verder wil volgen. We nemen afstand en spreken niet meer met elkaar. Ongemakkelijk lopen we met een grote boog om elkaar heen op de dagen dat we elkaar zien.

Mijn plek blijft in het boeddhistische klooster. De dagelijkse oefening waar ik mijn hart aan verlies, verdiept zich. Zo zelfs dat ik uiteindelijk besluit non te worden en voortaan door het leven ga als zuster Cúc Nghiêm, altijd een kale kop groter dan de kleine zusters om me heen.

Maar ik heb nog steeds vragen: brengt het leven in het klooster de diepgang waar ik zo naar verlang? Ben ik eigenlijk wel geschikt voor een celibatair leven?

Net nadat ik non geworden ben, vinden Ananda en ik onze vriendschap terug. Er is weer ruimte om met elkaar te kletsen zonder dat een verliefdheid in de weg staat en dat is heel erg fijn. Maar terwijl ik enorm blij ben dat ik net non ben geworden, kampt hij intussen met grote twijfels over

zijn pad en zes weken later treedt hij uit. Ik verlies hem uit het oog totdat hij twee jaar later op bezoek is bij vrienden in de buurt, die regelmatig in het klooster op bezoek komen. Met een aantal broeders en zusters zoeken we hem op. Ananda heet geen Ananda meer, hij heeft zijn geboortenaam weer aangenomen en gaat nu weer door het leven als Santi. En: hij heeft haar! Ik had hem nog nooit met haar gezien. Hij heeft een shirt en een spijkerbroek aan en nu ben ik degene in een pij en met een kaal hoofd. Opnieuw hebben we die bijzondere connectie, waarbij we met elkaar praten alsof we elkaar gisteren nog gezien hebben. Bij het afscheid wisselen we e-mailadressen uit.

Ik kamp al een tijdje met twijfels en zes weken na de ontmoeting met Santi treed ik uit en sta ik weer op de stoep van mijn ouderlijk huis in Nederland, in een ons-kent-onsdorp. Ik had gehoopt dat ik alle antwoorden op mijn prangende vragen zou vinden, maar de weg gaat verder, het klooster voorbij. Santi en ik mailen en ik ga bij hem op bezoek in zijn woonplaats in Ierland, waar hij werkt op de helpdesk van een groot multimediatebedrijf. Na al die jaren mag in de vriendschap eindelijk een vonk overspringen om vervolgens in een hartstochtelijke vlam te veranderen. We beginnen een relatie. Gezamenlijk stellen we ons de vraag: Wat nu? Is het genoeg om samen te zijn met een baan die niet interessant is? Kunnen we wennen aan een stedelijk leven in Dublin, terwijl we jarenlang in de golvende heuvels en prachtige natuur van het Franse platteland gewoond hebben?

Het klinkt misschien romantisch hoe een ex-monnik en een ex-non elkaar uiteindelijk vinden, maar de realiteit is ook dat we nog geen sinaasappelkistje hebben om op te zitten. We gaan een dagje uit en rijden de Ierse heuvels in,

waar we een prachtig meer vinden. Er is niemand en we springen naakt het ijskoude water in. Terwijl we in het zonnetje opdrogen op een grote steen praten we over wat onze wensen en dromen zijn, zonder dat we ons meteen druk maken over het gebrek aan financiën. Is het mogelijk een plek te vinden in de natuur, omgeven door stilte, waar we een leven kunnen opbouwen? Een plek die we kunnen delen met andere mensen die op bezoek willen komen, maar die ook ruimte geeft aan onze innerlijke kluzenaar en waar we momenten van stilte kunnen inbouwen? Een plek waar we kunnen experimenteren met tuinieren en waar we onze passie voor permacultuur in kwijt kunnen? Waar we iets aan de aarde kunnen toevoegen in plaats van er alleen maar aan te onttrekken?

Een aantal jaar geleden begon bij mij het verlangen te kriebelen om dit verhaal op papier te zetten. Het ging met horten en stoten en het heeft geholpen een paar laatste emoties die nog wat pijn deden een plekje te geven. Daarnaast is het fijn dat schrijven je gedachten vertraagt, waardoor onderwerpen en thema's duidelijker worden. Wat je nu leest, is mijn persoonlijke verhaal – een verslag van hoe ik omga met de valkuilen en lessen die een steeds verdere verstillings met zich meebrengen. Zo kom ik uit bij de vier thema's in mijn leven en in mijn verhaal. Ik neem je mee van 'rennen' naar 'wandelen' en tot besluit gaan we 'beleven'. Daarnaast heb ik soms het gevoel alsof ik door de jaren heen heb leren koorddans. Het koord is mijn balans. Soms kletter ik er genadeloos vanaf, maar het lukt me ook wel eens heel aardig te blijven dansen.

Rennen

GROTE VRAGEN

Als kind stel ik mezelf veel grote levensvragen. Met verbazing kijk ik om me heen naar de hardheid van kinderen tegen elkaar, waar ik mezelf natuurlijk ook wel eens schuldig aan maak: 'Je mag alleen met ons spelen als je snoep gaat halen.' Op een dag wil de hele klas niet meer tegen me praten omdat ik een jas van konijnenbont draag en het populairste meisje besluit dat dat niet kan. Natuurlijk loopt ze er het jaar erna zelf ook mee. We spelen legertje met een groep kinderen, maar beginnen de buurtkinderen dusdanig te terroriseren ('Je mag erdoor als je je dertig keer opdrukt.') dat de leraar moet ingrijpen.

Door de jaren heen blijven de vragen bij me en ze worden alleen maar sterker: Waarom zijn wij mensen zo gemeen tegen elkaar? Waarom zijn zoveel mensen arm en anderen juist enorm rijk? Waarom zijn we de aarde naar zijn grootje aan het helpen? Wat is het nut en de zin van het leven? Vooral deze laatste twee vragen blijven plakken als kauwgom in mijn haar. Gedurende mijn middelbareschooltijd kom ik terecht op een scholengemeenschap waar niet zoveel groepjes zijn. Het is meer een enkele stroom, waar het belangrijk is je te conformeren aan het collectief. Zodra je er iets anders uitziet, krijg je de hele dag opmerkingen. Zoals wanneer ik blij naar school ga op mijn nieuwe bergschoenen. Deze bergschoenen zijn geweldig comfortabel. Telkens als ik naar het volgende lokaal moet lopen, krijg ik

de ene na de andere opmerking over mijn grote voeten die extra benadrukt worden door mijn gloednieuwe schoenen. Thuisgekomen barst ik in huilen uit en ik trek ze natuurlijk nooit meer aan. Ik voel me niet sterk genoeg om tegen de stroom in te gaan. Het is gemakkelijker mee te lopen op onzichtbare gympjes van het juiste merk, ondanks het feit dat ik me hier ongelukkig bij voel. Mijn stiefvader, die dezelfde schoenmaat heeft als ik, draagt de bergschoenen zonder problemen af. Zo kan er in ieder geval iemand blij met deze schoenen rondlopen zonder allerlei vervelende opmerkingen te krijgen.

Mijn levensvragen over het ‘verplichte’ meelopen met de massa geven me een groeiend gevoel van verstikking. Ik word een kameleon en ontwikkel een fijngevoeligheid over hoe ik mij het beste kan aanpassen aan de situatie of omgeving, zodat ik geaccepteerd word. Tegelijkertijd lijkt het alsof er steeds minder ruimte ontstaat voor wie ik ben. Ik onderdruk alles wat te maken heeft met creativiteit en vrijdenkendheid, en hou me doof voor wat mijn hart me te vertellen heeft. Ik ben vooral bezig me te gedragen zoals ik denk dat het moet. Daarnaast is er een andere grote schaduw in mijn gedachten: we zijn met zo’n grote snelheid de natuur aan het verwoesten dat ik bang ben dat het slecht zal aflopen, dat we het als mensheid niet redden op aarde. Tussen mijn twaalfde en achttiende zorgt deze angst voor ettelijke grote huilbuien aan de eettafel waar ik tegenover mijn ouders snotter dat het voor mij allemaal niet hoeft – dit leven. Dat ik er net zo lief niet ben, omdat er toch geen enkel nut is in het leven. Het waren misschien maar een paar huilbuien, maar vanbinnen ging er gedurende deze periode geen dag voorbij zonder de gedachte aan de zinloosheid van mijn bestaan.

Zover als ik kan zien in mijn stamboom bestaat mijn familie al jaren uit zelfstandig ondernemers. Al in 1650 vind je aan vaders kant boomkwekers en het beroep wordt jarenlang doorgegeven, van vader op zoon. Mijn opa was seringenkweker. Mijn vader en moeder krijgen mijn vier jaar oudere zus Esther wanneer ze net negentien en twintig zijn. De avonduren gebruikt mijn vader om te studeren – hij leert Frans, Engels, Duits, Noors en Spaans – en voor het bijhouden van een administratie. Hij wil meer en gaat werken op de bloemenveiling in Aalsmeer waar hij uiteindelijk zijn eigen bloemenexportbedrijf krijgt. Esther en ik lopen al van jongs af aan met emmers vol bloemen uit het bedrijf van pap langs de deuren in de buurt en verdienen zo een zakcentje bij.

Mijn ouders scheiden als ik elf jaar oud ben en trouwen beiden vrij snel erna opnieuw. Het gaat allemaal zo harmonieus mogelijk, hoewel ze ongetwijfeld wel eens verdriet en boosheid inslikken, zodat Esther en ik het niet zullen zien. Maar voor ons geen weekendbezoekjes en vreselijke ruzies. Mijn vader en zijn vrouw Conny wonen op fietsafstand en we mogen erheen wanneer we willen, en verjaardagen vieren we gewoon met alle ouders. Esther en ik blijven in het huis waar we opgegroeid zijn met mijn moeder en onze stiefvader Paul, die ons in zijn hart sluit en goed voor ons zorgt. Mijn moeder verwezenlijkt een hartenwens en start een luxe cadeauboetiek. Paul is directeur van een vleesbedrijf en maakt lange dagen.

We krijgen er een klein halfzusje bij van mijn vader en Conny. Een klein blond meisje, Femke, dat sprekend op Esther lijkt. Als verlegen veertienjarige pas ik af en toe op. We lachen nu nog wel eens om mijn onhandigheid met kleine