

# Tijd

Hoe laat ik ook ga slapen, om half zeven word ik altijd wakker. Ook als dat volkomen onnodig is zoals op deze zondagochtend. Mijn biologische klok is ingesteld op het ritme van de loonslaaf en trekt zich niets aan van mijn vrije weekend. Mijn kat meldt zich op dat moment ook gelijk want die is al net zo gedrild. Knorrend springt hij op mijn bed, zoekt omslachtig een goede plek en ploft tegen me aan. Ik kroel zijn nek, hij knort nog harder, mijn ogen gaan open en de zijne juist tevreden dicht. Het warme gewicht waarmee hij zich neervlijt, neemt meer vrije ligruimte van mij af dan een nog slapende minnaar zou doen. Zuchtend staar ik naar het plafond. Waarom kan een mens het niet uitmaken met een kat en dan in het asiel gewoon een minnaar halen?

Ik doe mijn best om te genieten van het idee dat ik ongestraft een hele tijd in mijn bed zou kunnen blijven liggen. Het is mijn kinderloze weekend; ze zijn bij hun vader. Ik heb gisteren de rapportage die ik komende week bij de directie moet aanleveren al afgerond, dus ik ben helemaal bij met mijn werk. De dag ligt als een onbeschreven programmablad voor me. Ik kan alles doen wat ik wil en waarom zou ik dan niet gewoon lekker blijven liggen?

Ik sta op. Luiheid ken ik niet. Verveling evenmin. Altijd wat te doen en het liefst nu. Ik moet denken aan Blaise Pascal, een wis- en natuurkundige uit de zeventiende eeuw. Die ontdekte niet alleen maar hele slimme rekentrucs met kegels, zeshoeken en snijpunten. Hij zei ook dat al het leed der

mensen voortspruit uit het gegeven dat zij niet rustig een uur in hun kamer kunnen blijven zonder iets te doen. Altijd maar op zoek naar momenten van verstrooiing en afleiding.

Zo kun je het inderdaad zien. En dan ben ik geen haar beter. Al mediteer ik dan weer wel af en toe en op die manier bied ik de wereld wel enig tegenwicht op dit punt. Zou ik dan tegen Blaise zeggen.

Al met al ben ik zowel gezegend als vervloekt met een onuitputtelijke energievoorraad. En daardoor altijd weer op jacht naar genoeg prooi om te ontladen. Een overdosis levenskracht. Het gevoel dat er nog iets staat te gebeuren in mijn leven. Een vreemdsoortige opwindning alsof het beste nog moet komen. Ik weet het ook niet precies, maar ergens klopt er iets niet. Ik sta in een continue overdrive.

Het stormt te vaak in mij, bedenk ik me terwijl ik onder de douche sta. Ik weet soms niet waar ik het kwijt moet allemaal. Het is maar goed dat ze ooit in Griekenland het hardlopen hebben uitgevonden. Als ze daar op die berg die nieuwsbrief niet hadden moeten posten destijds, had ik nu nog vaker met mijn ziel onder mijn arm lopen stuiteren door het huis. Nu zijn mijn hardloopschoenen met grote regelmaat mijn redding. En die van mijn vier puberkinderen trouwens ook, want zo'n te scherp afgestelde moeder is echt niet altijd relaxed om je heen.

In het oog van de storm blijven, associeer ik verder terwijl ik mijn oksels deodoreer. Waar las ik dat laatst, vraag ik aan mijn spiegelbeeld met nat haar. Iets van in het oog van de storm, daar is het bladstil. Dus daar moet je zijn als het stormt in jezelf. De mentale place-to-be. Volgens mij was het bij schrijver Paul Wilson, de 'goeroe van de rust', ironisch genoeg. Of in dat boek met drieminutenmeditaties, dat kan ook. Mooi beeld voor bij je meditatiebeoefening. De aandachtige toeschouwer

zijn van je eigen gedachtencycloon. Je niet mee laten voeren die cirkelende windvlaag in, maar in het zuivere midden blijven waar het rustig en vredig is.

Ik besluit bij mezelf dat dit een mooie gedachte is om de dag en een nieuw pak yoghurt mee te openen. Met volle aandacht aan het ontbijt nu. Helemaal Zen.

Ik neem waar hoe ik de sappige peer in stukjes snijd. Volgens giet ik de yoghurt uit dat nieuwe pak eroverheen. Biodynamische yoghurt.

Want alleen biodynamische koeien hebben hun hoorns nog. Reguliere koeien niet. En ik heb iets met koeienhoorns sinds ik ooit een lezing bijwoonde over het belang en de functie ervan voor de koe. In onze intensieve veehouderij zullen al die hoorns zo dicht bij elkaar best lastig zijn, maar in de natuur bestaat nu eenmaal niets zonder zin. Hoorns hebben te maken met oriëntatie, stofwisseling en vruchtbaarheid en dat lijkt me toch allemaal geen kattenpis. Ze schijnen zelfs warm te worden tijdens het grazen en ik stel me zo voor dat dat vast een heel lekker gevoel is. Ze horen bij de ware aard, de essentie van de koe. Een koe met hoorns is gewoon meer koe. Omfietsyoghurt, kortom.

Ik concentreer me opnieuw. Ik hoor het tokkelende geluid van de krokante muesli die in het stenen kommetje valt. Ik houd dan juist weer niet van bio-muesli, die vind ik te melig. Ik heb liever de krokante van de Jumbo. Veel goedkoper ook. Mij kunnen ze niet op enige consistentie betrappen in mijn eetpatroon en leefstijl.

Nu richt ik mijn aandacht onverdeeld op de lepel die al deze heerlijkheden door elkaar roert. Ik ga aan tafel zitten en probeer iedere hap volledig te proeven, geheel en al in het moment te zijn, zoals dat zo mooi heet. Ik word er steeds beter in, al houd ik het nog steeds niet erg lang vol. Ergens

halverwege het bakje betrap ik mezelf op de gedachte dat ik me er nu al op verheug, dat ik straks ook nog koffie ga zetten. Ik ben deze ochtend in een te goede bui om mijn aandacht alsmaar bij het hier-en-nu te houden.

De man op wie ik op dit moment verliefd ben en die de aanleiding is voor mijn zonnige en tegelijkertijd onrustige humeur, vond mijn koffie ook zo lekker toen hij voor de eerste keer bij me op visite kwam. Ik heb dan ook een geweldig apparaat. Een waar je van die hele bonen in gooit die dan met veel gevoel voor geur per kopje gemalen worden. De crèmelaag op de koffie ziet er net zo perfect uit als George Clooney zelf. Maar bij George op de Nespresso-koffie kost je minstens 35 cent per kopje. Zo kletste ik tegen hem aan toen hij bij me was die zondagochtend.

Hij was een van de vele internetafspraken die ik inmiddels heb gehad sinds mijn scheiding, een jaar of acht geleden. Het was een van de weinige keren dat ik gelijk een gevoel van herkenning had tijdens dat heikele moment: die eerste seconden dat je iemand na het voorafgaande mailcontact in het echt ziet. Het was voor het eerst dat de man in kwestie er net zo uitzag als ik me vooraf had voorgesteld. En het was me eerder nog niet overkomen dat ik tijdens de eerste date zelfs al een pietsje verliefd werd. Een primeur in allerlei opzichten. We zeiden elkaar na drie uur koffie en drie boterhammetjes gedag met drie zoenen en de belofte elkaar natuurlijk nog eens te zien.

Toen hij wegreed, zakte ik door mijn weke knieën op de keukenvloer en heb ik een half uur gehuild met uitzicht op de oven, het broodrooster en de allesbinder. Zo blij was ik. Dit zou hem worden.