

DIT IS NIET VOOR NIETS GEWEEST

Leesexemplaar

Julie
Wijckmans

Dit
is niet
voor niets
geweest

roman

P E L C K M A N S

Voor Roza

Leesexemplaar

Maandag 12 augustus 2024

Ik open mijn mailbox en zie het meteen: een antwoord van de uitgeverij. Onderwerp – *RE: Voorstel publicatie boek*

Mijn hart bonkt in mijn borstkas. Mijn vinger zweeft boven het touchpad. Dan open ik de e-mail. Ze zijn enthousiast, ze zien er potentieel in. Het staat er echt, in platte tekst, zonder uitroeptekens. En toch lees ik die ertussen. Ik lees de e-mail vijf keer opnieuw.

De woensdag erop heb ik mijn eerste afspraak in hun kantoor. Bij het openen van de lift sluit een blonde vrouw me meteen in haar armen en neemt me mee naar een vergaderzaal. Ze is warm, vriendelijk en enthousiast. Het voelt minder als een gesprek met mijn mogelijk toekomstige uitgever en meer als een ontmoeting met een vriendin. Ze praat over opbouw, spanningsbogen, vertelstandpunt en de keuze voor verleden of tegenwoordige tijd. Ik knik alsof ik weet wat ik doe.

Ik weet niet wat ik doe. Ik heb nog nooit een boek geschreven.

Terug in de lift voel ik het pas. De opluchting. De euforie. Dit is écht. Zodra de deuren sluiten, maak ik tientallen vreugdesprongetjes in de lucht. *‘What the fuck. O my god. Shiiiiiiiit.’*

De liftdeur schuift open op de gelijkvloerse verdieping. De gang licht op. Een oversized boksbal, een bordspel over de hele vloer, een lamp in de vorm van een bliksemschicht. Dit moment wil ik vastleggen. Ze geloven in mij.

‘Julie?’ hoor ik plotseling achter mij.

Ik draai me om en zie Mathieu staan. De ex die ik al bijna negen jaar niet heb gezien. Zijn stem is nauwelijks veranderd, mijn lijf herkent hem meteen. Niet als gevaar. Niet als thuis. Eerder als iets wat ooit vertrouwd was, maar nu vooral ver weg voelt.

Hij wijst naar mijn gsm. ‘Waarom neem je een foto van de gang?’

Ik lach een tikkeltje ongemakkelijk.

‘Ik ga een boek schrijven,’ zeg ik. ‘Ik had net mijn eerste meeting. En ik wilde het moment vastleggen.’

Ik hoor mezelf praten. Verklaren. Verantwoorden bijna. Ik leg uit waarom ik iets doe, iets wat ik vroeger op automatische piloot bij hem deed. Maar dat wil ik niet meer. Ik ben hem immers niets verschuldigd.

Buiten bel ik Abel, een van mijn beste vrienden. Ik vertel over de meeting: dat het echt goed zat, dat er hoogstwaarschijnlijk een boek komt. Dan pas: ‘Je raadt nooit wie ik net in de gang tegenkwam.’

‘Oei, geen idee. Lander?’

‘Nee, niet Lander. Mathieu.’

‘O, wow. Leeft die nog?’ zegt hij al lachend.

Ik vertel over de gang en imiteer Mathieu met een overdreven stem. We lachen.

Na het telefoongesprek blijf ik nog even op het voetpad staan. Alles voelt vreemd helder. Misschien was het geen gekke timing. Misschien was het geen toeval. Misschien was het een soort sluitstuk.

Het boek komt er. Dat weet ik wel zeker.

Dinsdag 16 april 2019

De warme lentezon valt op mijn huid. Maar, in mijn hoofd is het donker, koud en uitzichtloos. Het lijkt wel alsof ik ergens anders ben. Ik duw op de bel naast het bordje 'Groepspraktijk Alma'.

Drie weken eerder raadde mijn huisarts me therapie aan. Ze gaf me de folder van een groepspraktijk in de buurt. Online bekeek ik de foto's van de psychologen en contacteerde het gezicht dat me het meest aansprak.

De deur gaat open en een vrouw met krullend haar verschijnt. Helena, de psycholoog bij wie ik vandaag een eerste afspraak heb.

'Dag Julie, je mag nog even plaatsnemen in de wachtkamer. Ik kom je zo halen.'

Iets in haar zachte stem stelt me gerust. Ik schuifel naar binnen en laat me op de bank in de wachtkamer zakken. Telkens wanneer ik me verzet, kraakt de bank, waardoor ik me bewust word van de onrust die ik probeer te onderdrukken.

Wat moet ik verwachten van dit intakegesprek? Wat moet ik zeggen? Dat ik geen idee heb waarom ik hier ben? Dat ik geen idee heb wat ik moet doen?

Ik frunnik aan de rits van mijn jas.

Na een tijdje hoor ik mijn naam. Ik volg Helena naar binnen. Er staat een grote plant in de hoek en ik neem plaats tegenover haar. De afstand tussen ons is zo'n tweetal meter. Dichtbij genoeg om als een gewoon gesprek te voelen, ver genoeg om te beseffen dat dit geen alledaagse afspraak is.

De eerste twintig minuten stelt Helena zich voor en legt ze uit hoe de praktijk werkt. Ik zeg af en toe ‘oké’, maar hoor haar woorden nauwelijks. Ik denk na over wat ik straks moet zeggen.

‘Waar wil je beginnen?’ vraagt ze uiteindelijk.

Ik haal mijn schouders op. Ik weet het niet. Er is geen duidelijk begin. Mijn gedachten dwalen af naar de dagen op mijn werk, de chaos die ik probeerde te managen, het constante gevoel dat ik achterliep. Ik dacht altijd dat alles in orde zou komen als ik maar hard genoeg werkte. Moet ik vertellen dat ik vaak het gevoel had op automatische piloot te leven? Over de paniek die uit het niets kwam en me ’s nachts liet zweten? Over de vermoeidheid die als een loodzware jas om me heen hing?

‘Mijn huisarts heeft me doorgestuurd,’ zeg ik, terwijl ik een pluk van mijn bruine haren rond mijn vinger draai. ‘Burn-out.’ Ze knikt alsof ze het al weet.

Ik adem diep uit. ‘Het begon met een druk op mijn borst, gewoon aan mijn bureau, anderhalve maand geleden. Eerst was het vaag, dan werd het snel intenser. De grond leek onder mijn voeten te verdwijnen.’ Er rolt een traan over mijn wang.

‘Tranen zijn normaal,’ zegt Helena zacht. ‘Neem je tijd.’

Ik neem een zakdoek uit de doos op tafel.

‘Op een dag kon ik de tranen op mijn werk niet meer tegenhouden. Alles kwam tegelijk: de druk, de ruis in mijn hoofd, de brok in mijn keel. Dus ben ik me gaan verstoppen bij de koffiehoek, die vlak bij mijn bureau was. Om naar de wc’s te gaan, had ik langs iedereen moeten lopen, dus dat was geen optie. Een collega is me toen komen zoeken. Ze vroeg wat er was, maar ik kon niet stoppen met huilen. Mijn chef heeft me toen naar huis gestuurd.’

Helena duwt met een vinger haar karamelkleurige bril dicht op haar neus en kijkt me aan. ‘Hoe voelde dat?’

‘Dubbel,’ zeg ik. ‘Aan de ene kant luchtte het op, aan de andere kant voelde het overdreven. Het was vrijdagmiddag, bijna weekend, ik kon echt nog wel een paar uur op mijn tanden bijten. Dus ik bleef. Maandag zat ik weer achter mijn bureau.’ Ik kijk naar de natte zakdoek in mijn hand en vertel verder. ‘Een vriendin gaf me het nummer van haar huisarts toen ik toegaf dat ik die week opnieuw was gaan werken. Ze vond dat ik niet zo koppig moest zijn en me thuis moest laten schrijven.’

‘Vond je dat koppig van jezelf?’ vraagt Helena.

‘Ik weet het niet. Ik vind dat mensen soms overdrijven. Mijn huisarts schreef me eerst twee weken thuis. Ik dacht dat ik gewoon een week slaap nodig had, dat alles dan weer in orde zou zijn. Maar de weken gingen voorbij en ik voelde me nog steeds niet oké.’ Mijn stem breekt. Ik neem een nieuwe zakdoek uit de doos.

Helena wacht even voordat ze weer spreekt. ‘Wat maakt het voor jou moeilijk om toe te geven dat het niet ging?’

Ik schud mijn hoofd. ‘Het voelde alsof ik de hele tijd tientallen tabbladen had openstaan in mijn hoofd. Ik begreep niet goed waar dat vandaan kwam. Het was druk op het werk, ja, maar het ging wel.’

Helena kijkt me aan. ‘Iets in je woorden klopt niet. Misschien zat je al veel meer over je grens dan je zelf doorhad.’

Iets in mij blijft vechten, weigert te luisteren. Ik hoop ergens dat het vanzelf overgaat, maar mijn lichaam werkt niet meer mee. Een snikkende ‘ja’ ontsnapt me.

Helena stelt me nog enkele vragen. Ik haal tussen vraag en antwoord drie nieuwe zakdoeken uit de doos.

Dan kijkt ze op de klok. ‘We gaan stilaan afronden. Is er nog iets wat je wilt toevoegen voor vandaag?’

Ik twijfel even, hoor mezelf dan zeggen: ‘Nee, het is oké.’

Ik slaap elf uur per nacht, maar dat maakt geen verschil. Mijn lichaam voelt zwaar. Dagen zijn niet te onderscheiden van elkaar, de vermoeidheid is een constante.

Op slechte dagen dwaal ik door mijn appartement – van de lichtblauwe sofa, via de houten stoel aan de eettafel naar mijn bed, dat vaak nog onopgemaakt is. In de lucht hangt de geur van pioenrozen en jasmijn, afkomstig van de geurstokjes op de vensterbank. Op slechte dagen merk ik die geur amper op. Op goede dagen vind ik er troost in. Op écht goede dagen ga ik naar Bruna, de koffiebar van Eva. Ze runt de zaak alleen, net buiten het drukke centrum.

Nog voor mijn crash was Bruna al mijn tweede thuis. Ik hielp mee met de opbouw van de bar, voegde eigenhandig de witte tegels in het vrouwentoilet en op zondagen sprong ik bij tijdens de middagrush, toen de zon op het terras begon te schijnen en het cliënteel sterk toenam.

Vandaag voelt als een goede dag. Een zachte ochtendzon die door de gordijnen van de slaapkamer schijnt, geen tranen bij het ontwaken. Ik neem de tram naar Bruna. De beslissing voelt klein, maar is groter dan ze lijkt.

Achter in de tram zitten een man en een vrouw. Hij telefoneert luid, zij kijkt zonder oortjes naar video's. Na de tweede video voel ik de irritatie toenemen. Terwijl de tram verder rijdt, probeer ik me af te sluiten. Zes haltes voor mijn bestemming stappen drie jongeren op. Ze roepen, lachen en duwen elkaar.

Mijn borstkas trekt zich samen. Elke ademhaling is een poging om lucht te vinden in een ruimte die plots te klein is geworden. Mijn linkervoet begint te wiebelen. Kunnen jullie

godverdomme even stil zijn, wil ik roepen. Mijn lichaam schreeuwt om een uitweg, ik kan dit niet.

Ik storm de eerstvolgende halte uit de tram. Zodra mijn voeten de stoep raken, schieten de tranen eruit. Mijn handen blijven trillen. Wat doe ik hier? Waarom kan ik niet gewoon rustig blijven? Dit is niet wie ik ben.

Ik loop. Eerst zonder richting, dan met een doel. Ik beslis te wandelen tot de koffiebar. Stap voor stap probeer ik mijn ademhaling onder controle te krijgen. Na tien minuten lijkt de greep rond mijn borst iets losser.

Aangekomen bij Bruna, open ik de deur. Het is rustig in de koffiebar. De betonnen gietvloer en metalen rekken geven de ruimte iets ruws, maar de geur van versgemalen koffie en de groene hangplanten aan het plafond verzachten dat meteen.

Eva kijkt op vanachter de toog, haar blonde haren zijn opgestoken in twee nonchalante dotjes. Haar groene ogen lichten op zodra ze me ziet. ‘Hey Jules, cappuccino?’

Ik wil antwoorden, maar mijn gezicht vertrekt.

‘O, schatje,’ zegt Eva liefkozend. Ze komt achter de toog vandaan, trekt me stevig in haar armen.

Ik ruik haar parfum – een vleugje vanille en bloemen – en snik tegen haar schouder. Ik probeer uit te leggen wat er is gebeurd, maar mijn stem stokt.

Eva wacht, zoals ze altijd doet. Ik herinner me hoe ze na de breuk met Mathieu meermaals een extra bord spaghetti op tafel zette en naar mij en mijn gebroken hart luisterde.

‘Kom even mee,’ zegt ze terwijl ze me naar buiten leidt.

Ze lijkt net zoveel vragen te hebben als ik. Ik was toch goed bezig? We gingen uit op vrijdagavonden, spraken af na het werk, aten samen, liepen rondjes in het stadspark. Wanneer is het dan misgegaan?

Mijn vader zit tegenover me, zijn vingers tikken tegen de menukaart. Normaal valt zijn weelderige bos grijs haar nonchalant rond zijn hoofd, maar vandaag is het bedekt. Afhankelijk van het hoofddeksel dat hij draagt, ziet mijn papa eruit als een hippe zestiger of als een ouderwetse man op leeftijd. Soms zet hij een opapet op – zo'n platte, Engelse pet met een ruitjespatroon – waardoor hij niet vijf, maar tien jaar ouder lijkt. Vandaag is het een donkerblauwe pet van Nike en oogt hij gelukkig vijf jaar jonger.

Maar de rimpels onder zijn ogen verraden zijn leeftijd: diep en verticaal, getekend door jaren van lachen, rouwen en zorgen. Hij kijkt me aan en ik voel meteen een afstand.

We zitten op de mezzanine van een lunchbar net om de hoek van mijn appartement. De ruimte ademt de charme van een Franse bistro: marmeren tafels, een grote spiegel aan de muur en zachte jazz op de achtergrond. Mijn vader zucht en schuift de menukaart heen en weer.

Hij vraagt waarom ik me zo slecht voel. Ik hoor de aarzeling in zijn stem. Het is een vraag die hij niet echt wil stellen, maar hij weet niet wat hij anders moet zeggen.

Ik zeg dat ik het niet weet. Dat mijn lichaam gewoon weigert mee te werken.

'Tja, ik heb veertig jaar gewerkt. Ik zal dan een sterke mens zijn, zeker?'

Ik kijk op van mijn glas water. De woorden blijven in de lucht hangen. Maakt het mij dan zwak? Omdat ik op mijn dertigste thuis werd geschreven?

Ik wil geloven dat hij het niet zo bedoelt, dat het een onhandige opmerking is. Toch steekt het.

Mijn papa is degene die om 6 uur 's morgens lasagne maakte zodat mijn zus en ik 's avonds vers gekookt eten hadden. Degene die met een lege shampooefles naar de supermarkt ging om zeker te zijn dat hij het juiste product meenam. Degene die me troostte bij liefdesverdriet en altijd voorstelde een eindje te rijden, omdat hij wist dat dat me zou kalmeren. 'Zoals vroeger, toen je als baby niet kon slapen, dan zette ik je in de Maxi-Cosi in de auto en reed met je rond tot je in slaap viel,' vertelde hij al meermaals.

Maar nu, hier, lijkt hij me niet te begrijpen. Ik voel zijn liefde, maar hij bereikt me niet in wat ik nu doormaak. En ik weet niet hoe ik de brug moet slaan tussen toen en nu.

Van bovenaf zie ik de inkomdeur beneden opengaan. Automatisch kijk ik. Een vrouw komt binnen en ik herken haar meteen: een collega van op het werk. Mijn maag trekt samen. Fuck, fuck, fuck, fuck.

Wanneer ze gaat zitten, blijft mijn blik op haar gericht. Mijn gedachten razen. Zit ze daar nog? Heeft ze al besteld? Heeft ze me gezien? Zou ze denken dat ik doe alsof? Dat ik niet kan werken, maar wel gezellig kan lunchen? Wat als ze morgen bij de koffieautomaat zegt: 'Zeg, nu moet je eens raden wie ik gisteren op mijn vrije dag tegenkwam!'

Papa vertelt ondertussen een verhaal over een vriend. Iets met een motor en een gebroken pink, geloof ik, maar ik registreer amper wat hij zegt. Mijn aandacht blijft bij de tafel beneden.

Een twintigtal minuten later komt de ober met ons eten aan. Toast met gegrilde pompoen voor mij. Flatbread met prosciutto voor papa. Ik pak mijn vork, maar mijn maag voelt zwaar.

Ik werp nog eens een blik naar beneden, maar ik zie mijn collega niet meer. Ik haal diep adem, prik in de pompoen, neem een hap die nauwelijks smaakt.

Helena zit tegenover me. Ik heb haar zonet verteld over het lawaai op de tram en hoe mijn hoofd en lichaam volledig blokkeerden.

‘Je vermogen om prikkels te relativieren, is verstoord,’ zegt ze. ‘Je systeem lijkt overbelast te zijn. Alles komt harder binnen dan normaal.’

Ik frons.

Helena leunt wat naar voren. ‘Bekijk het zo: wanneer een Compeed-plakker van een blaar valt, blijft een fragiel velletje over. Een wonde die nog niet genezen is. Dat is wat er met je hoofd gebeurt. Elke prikkel, hoe klein ook, doet pijn.’ Ze wacht even. ‘Je hebt rust nodig.’

Rust. Dat hoort niet bij mij.

‘Wat doet dat woord met je?’ vraagt ze.

Mijn papa’s woorden zinderen na. Veertig jaar gewerkt. Sterk. En ik? Ik ben na tien jaar werken stilgevallen. Wat zegt dat over mij?

‘Rust voelt als... falen,’ zeg ik uiteindelijk.

Helena’s blik blijft even hangen. ‘Misschien kunnen we vandaag samen kijken waar dat vandaan komt. Is dat oké voor jou?’

‘Ja,’ zeg ik.

Helena opent haar notitieboek. ‘Kun je iets vertellen over je leven voordat je crashte?’

Ik knik. ‘Op mijn werk voelde ik me al een tijdje niet meer gehoord. Ik had meermaals aangegeven dat het te veel was. De deadlines, de werkdruk. Ik werkte ’s avonds verder op de trein of met mijn laptop op schoot in de auto van een collega. ’s Middags at ik soms mijn lunch aan mijn computer.’

Helena luistert aandachtig.

‘Ik wist wel dat ik moe was,’ voeg ik eraan toe. ‘Hoofdpijn, slecht slapen, soms tranen zonder reden. Maar ik had geen tijd om erbij stil te staan. Dus ik beet door. Dat doe ik altijd.’

‘Dat zijn duidelijke signalen van overbelasting,’ zegt ze. ‘En hoe ging het op andere vlakken in je leven?’

Ik schraap mijn keel. ‘Ik woon alleen. Na de breuk met mijn ex ben ik op mezelf gaan wonen. Maar elke weekavond was volgepland en in het weekend sprak ik af met vrienden. Vrijdagavond gingen we uit en op zaterdag en zondag trokken we de stad in; naar de markt of een koffiebar. Dat deed me deugd en gaf me energie.’

‘Wanneer gunde je jezelf rust?’ vraagt ze dan.

Ik recht mijn rug een beetje. ‘Eén avond per week bleef ik thuis. Dan nam ik een uitgebreid bad.’

Ik besef nu pas hoe weinig dat eigenlijk is.

‘Wanneer was de breuk met je ex juist?’

‘Meer dan twee jaar geleden ging ik uit elkaar met Mathieu,’ zeg ik. ‘Die volle agenda hielp toen om hem te vergeten.’

‘En die drukke levensstijl ben je blijven aanhouden,’ constateert Helena.

Ik kijk naar mijn handen terwijl ik toegeef dat ik die nooit heb aangepast.

‘Je hebt geleerd om je eigen boontjes te doppen,’ zegt ze. ‘Een drukke job, een eigen plek, een agenda zonder lege momenten. Dat heeft gewerkt. Tot het dat niet meer deed.’

Ik kijk op. Ik wil iets zeggen, maar er komt niets. In die stilte sijpelt het besef binnen.

Er was geen moment waarop ik crashte. Het was een langzaam instorten. Ik liep mezelf jarenlang voorbij, heb mezelf uitgeput en genegeerd.

‘Wat als stilstaan ook een optie is?’ vraagt Helena.

Ik slik. ‘Ik weet niet hoe,’ geef ik toe.

Helena glimlacht. ‘Dat is oké,’ zegt ze. ‘We gaan daar samen naar op zoek.’

Samen. Ik weet nog niet hoe het verder moet, maar het doet deugd dat ik dit niet helemaal alleen hoeft uit te zoeken.

* * *

Voor mijn voordeur ligt een verfrommelde krantpagina. In de rechterbovenhoek plakt een roze post-it: ‘Voor Jules <3.’ Mijn hart maakt een klein sprongetje – ik weet meteen van wie het is: Elisabeth.

We ontmoetten elkaar via een gemeenschappelijke vriendin. Toen ze op een gegeven moment op zoek was naar een nieuw appartement, vertelde ik haar dat er een leegstond in mijn gebouw. Een maand later trok ze in het appartement schuin onder mij in en over de jaren heen ontstonden er kleine rituelen tussen ons. Bij onweer kruipen we bij elkaar op de sofa – we zijn twee paniekvogels, maar samen zijn we iets minder bang. Om 4 uur zetten we wekkers om de bloedmaan te zien – nog half slapend, rillend in onze dikke truien op mijn balkon, staand naar een lege stad en een volle maan.

Soms ligt er een plak vers bananenbrood in mijn brievenbus. Dan weer staat ze onverwacht voor mijn deur: ‘Even de buitenlucht opsnuiven?’ Af en toe stuurt ze een emoji, gewoon om te laten weten dat ze er is.

Het was Elisabeth die me naar haar huisarts stuurde toen ik toegaf dat ik na die fatale vrijdag weer was gaan werken. Ze is ook degene die me opving na de lunch met mijn papa. Ze begrijpt de schaamte en het schuldgevoel, niet alleen omdat ze

me kent, maar omdat ze het herkent als een maatschappelijk probleem. Ze gebruikt haar stem en schreef er een column over in de krant. Haar rubriek beantwoordt ingestuurde lezersvragen en deze week luidt de kwestie: ‘Mijn collega is al zes weken thuis met een burn-out. Vorige week zag ik haar echter gezellig wandelen met een vriendin en een smoothie in de hand. Moet ik haar er zelf over aanspreken of stap ik beter meteen naar hr? En wij zullen maar werken.’

Ik lees de column. Eerst diagonaal, dan traag, woord per woord. Voor het eerst zie ik mijn eigen gevoelens op papier verwoord. Mijn ogen prikken en ik knipper. Er valt een traan op de post-it. Ik markeer enkele passages voordat ik de pagina in het midden van mijn koelkast hang, tussen een verzameling postkaarten en oude concerttickets.

‘Wist je dat zoveel mogelijk tijd in de openlucht doorbrengen een remedie voor een burn-out is, die zelfs door de meest ernstige artsen wordt aanbevolen? Dat wanneer je lichaam en geest het opgeven elke manier om die opnieuw te kickstarten een overwinning op jezelf is?’

‘Je collega kan er ook niets aan doen dat ze, naast medicatie, rust en therapie, “een leuke tijd proberen te hebben” voorgeschreven kreeg. Zou je je iets beter voelen als ik zeg dat ze het leeuwendeel van haar tijd vermoedelijk absoluut niet leuk vindt?’

‘Ik benijd dat je nog nooit op een dusdanige manier ziek bent geweest dat de simpele daad van een wandeling door de buurt al zo’n beproeving kan zijn dat je daar drie dagen van moet bekomen.’

Woensdag 15 mei 2019

Ik zit ondertussen al zo'n twee maanden thuis. Eind januari boekten Elisabeth en ik een vakantie naar Marokko. Elisabeth had ooit Marrakech bezocht en wilde meer van het land zien. Marokko stond al lang op mijn lijstje, en zo ontstond het plan om samen door het land te reizen. We zouden landen in Tanger en via Chefchaouen, Fez en Marrakech langs de kust naar Essaouira en Tamraght reizen – zes steden in twee weken, met lokale bussen en een trein. Een keuze die even onhandig als typisch is voor ons. Twee dutsen zonder rijbewijs.

De vertrekdatum komt dichterbij. Nog vier dagen om precies te zijn. Hoe dichterbij de vertrekdatum komt, hoe meer mijn hoofd als een flipperkast aanvoelt. Elke minuut kantelt mijn gemoed. Ik kreeg het niet over mijn hart om te annuleren. Misschien omdat ik dacht dat het me goed zou doen. Of omdat ik Elisabeth niet wilde teleurstellen. Ik voel me vooral schuldig dat ik niet kan werken, maar wél op vakantie vertrek. Eind januari leek reizen met lokale bussen een avontuurlijk plan. Nu voelt het als een onmogelijke opdracht en ben ik vooral bang.

Onze vlucht is om 6.30 uur. Mijn papa stelde een week geleden voor om Elisabeth en mij naar de luchthaven van Charleroi te brengen, dus staat hij nu om klokslag 2.45 uur beneden voor mijn appartement. Terwijl ik mijn handbagage over mijn schouder gooi en de voordeur op slot draai, voel ik mijn ademhaling hoog zitten.

Als we eenmaal aangekomen zijn bij de luchthaven, twijfel ik terwijl ik papa een knuffel geef. Aan de paspoortcontrole

overweeg ik om hem te bellen en hem te vragen of hij terug kan keren. Aan de gate twijfel ik opnieuw. Mijn handen trillen rond mijn paspoort. Ik voel me hier te fragiel voor.

Met dezelfde twijfel komen we aan in Tanger. Alleen is er nu geen weg meer terug. Wanneer we bij de bagageband wachten op onze twee zwarte koffers, besluiten Elisabeth en ik om een taxi naar het busstation te nemen. Daar aangekomen is er net een bus naar Chefchaouen vertrokken. De volgende is om 10 uur, we moeten een halfuur wachten. Fuck.

Het is ramadan en rond het busstation is het rustig. Enkele mannen staan aan de ingang van het station, op het terras van het koffiehuis ernaast is slechts één tafel bezet.

We zetten ons neer. De zon staat al hoog aan de hemel en brandt op mijn gezicht. Elisabeth draait haar halflange, koperkleurige haren in een staart en zet haar zonnebril op.

Mijn trui en longslieve gaan snel uit, en ik zit in mijn T-shirt wanneer onze muntthee wordt geserveerd: elk een dienblad met een metalen theepot, een hoog glas en een suikerklont van vier centimeter.

‘Zoveel suiker doe ik niet in mijn thee, hoor,’ zegt Elisabeth, terwijl ze met een lepeltje tegen de klont tikt.

Ik laat zonder aarzelen de volledige suikerklont in mijn glas vallen. Ik kan wel wat extra energie gebruiken.

‘Is het nog steeds oké voor jou om tijdens onze bus- en treinritten niet te praten?’ vraagt ze.

‘Ja hoor, dat hadden we afgesproken.’

‘Dat weet ik, maar ik check liever. Ik heb af en toe tijd alleen nodig en daarvoor zijn de busritten handig.’

‘Dat is helemaal oké,’ zeg ik. ‘Ik ben nog heel moe, dus die momenten van stilte ga ik nodig hebben. Thuis zijn prikkels vermoeiend, dus ik verwacht dat het hier niet anders is.’

‘Je lichaam heeft veel recuperatietijd nodig,’ zegt Elisabeth terwijl ze haar hand op mijn arm legt.

Recuperatietijd. Mijn lichaam loopt precies achter op een manier die ik met geen vakantie kan inhalen.

Ik neem een laatste slok van de muntthee. Onder aan het glas ligt een siroop van gesmolten suiker. Ik lepel hem naar binnen. Elisabeth kijkt me verrast aan en lacht.

Dan rijdt de bus naar Chefchaouen het terrein op. We verzamelen onze spullen en wandelen naar het perron. De buschauffeur werpt een snelle blik op onze tickets, we laden onze koffers in het ruim en stappen op. Wanneer de bus vertrekt, blijft de tweede deur in het midden openstaan.

‘*Air conditionné*’, lacht een man ons toe, terwijl hij naar de wind wijst die via de deuropening naar binnen waait. Ik lach mee, meer had ik niet nodig.

Ik laat mijn blik rusten op de bergen die langzaam aan de horizon verschijnen. Ik steek mijn oortjes in en selecteer zonder veel na te denken een van mijn afspeellijsten. Na een paar nummers hoor ik ‘Numbers’ van Daughter.

I feel numb

I feel numb in this kingdom

You'd better make me better

You'd better, you'd better, you'd better

You'd better make me

Me better, me better

You'd better make me better

Door de woorden besef ik hoe broos ik ben. Mijn lijf voelt als nat papier – klaar om te scheuren. En dat is precies wat gebeurt. Ik draai mijn gezicht naar het raam, weg van Elisabeth en veeg snel met mijn hand langs mijn gezicht. Maar het stopt niet, de tranen blijven komen.

Naast me klappt Elisabeth haar boek dicht. ‘O, Jules! Wat is er?’

‘Ik zat gewoon te luisteren naar Daughter en plots...’

‘O, Daughter,’ onderbreekt ze me. ‘Jules, dat is om problemen vragen. Dat is triestige muziek,’ zegt ze met een glimlach. Haar groenbruine ogen kijken me zacht aan.

‘Dat begon te spelen en de tekst deed me denken aan mijn laatste sessie bij Helena, aan het werk, mijn collega’s, de breuk met Mathieu,’ snik ik.

‘Jules, je denkt aan alles tegelijkertijd. Dan is het logisch dat je het gevoel hebt dat je verzuipt.’

‘Ja, het voelde ineens als heel veel. Mijn hoofd werd een groot vraagteken.’

‘Niet alles op één hoop gooien, stap per stap,’ adviseert ze.

‘Oké,’ antwoord ik, hopend dat dit de oplossing is. De rest van de rit is het stil tussen ons.

Tegen de middag rijdt de bus het centrum van Chefchaouen binnen, een stad bekend om haar blauw geschilderde huizen. We checken in bij het hotel. De gevel heeft een indigoblaauwe kleur en er hangen planten met roze bloemen naast de deur.

Azraf, de eigenaar, neemt onze koffers aan en begeleidt ons naar onze kamer.

Nadat we ons wat opgefrist hebben en iets anders hebben aangetrokken, verlaten we de kamer. We wandelen langs Azraf, die ons tegenhoudt en zegt dat we zeker naar de waterval Ras El Ma moeten gaan.

‘*Shukran*,’ zegt Elisabeth.

‘*Ramadan mubarak*,’ voeg ik er nog aan toe, wetende dat de ramadan vanmorgen is begonnen.

Azraf glimlacht. Zijn ogen schitteren.

Elisabeth en ik besluiten om Azrafs raad op te volgen en wandelen naar de watervallen. Onderweg tussen Tanger en Chefchaouen hadden Elisabeth en ik afgesproken dat ik me zou bezighouden met de wandelroutes. Iets om me op te concentreren, een taak die houvast biedt met alle prikkels om me heen. Zij zou het praten met en vragen stellen aan anderen op zich nemen – iets waar ze van nature goed in is. Met mijn verwarde hoofd kom ik soms al amper uit mijn woorden in het Nederlands, laat staan in een andere taal.

De waterval ligt aan de rand van de medina, verstopt tussen bomen. Tussen twee paviljoenen met rode daken ligt een betonnen platform, waarover het water van de watervallen zacht stroomt. Op het platform staan oranje plastic stoelen, waarvan de poten een drietal centimeter in het water staan. Elisabeth en ik dalen via de trap af naar twee vrije stoelen, met onze sandalen in de hand. De grond is glad. Ik glijd bijna uit en daarna schuifelen we voorzichtig met kleine pasjes naar de stoelen.

Het koele bergwater stroomt over onze voeten en glanst in de zon, als vloeibaar zilver. Voor ons kronkelt de stroom verder, tussen de rotsen door, weg van het platform.

‘Hoe mooi is deze plek?’ kirt Elisabeth enthousiast.

‘Dit is heerlijk,’ zeg ik, terwijl ik achter ons een kraampje opmerk. Een man verkoopt vers sinaasappelsap. ‘Wil je eentje?’

‘Goed idee!’ zegt Elisabeth.

Wanneer ik terugkeer met twee frisse bekers, gekoeld door het bergwater, heeft Elisabeth haar pet opgezet, met daarop ‘Ik wil naar huis’ geborduurd. Ik gniffel.

't Is ook wel een beetje hoe ik me voel. Het schuldgevoel omdat ik op vakantie ben, blijft sterk aanwezig, al voelt het ook wel goed om hier te zijn. Ik denk terug aan de woorden uit Elisabeths column. 'Je collega kan er ook niets aan doen dat ze, naast medicatie, rust en therapie, "een leuke tijd proberen te hebben" voorgeschreven heeft gekregen.' Dat is Chefchaouen voor mij. Het is hier rustig, de tijd vertraagt bijna vanzelf.

Op de vierde dag komen we na een busrit van vier uur aan in Fez. De eigenaar van de riad begroet ons aan de deur en gaat ons voor naar de kamer. De vloer is bekleed met mozaïektegels, boven het tweepersoonsbed hangt een kleurrijk tapijt. Hij laat weten dat er vanavond een iftar plaatsvindt op het dakterras, samen met de andere gasten.

Zodra hij de deur achter zich dichttrekt, kijkt Elisabeth me aan. 'Het lijkt me fijn om een iftar in Marokko mee te doen. Zullen we alvast het dakterras gaan bekijken?'

'Prima,' antwoord ik, terwijl mijn maag ineenkrimpt.

Op de trap naar het dakterras raap ik mijn moed bij elkaar. 'Elisabeth... ik weet niet of ik dat wel kan.' Ik slik een traan in. 'De normale Julie zou daar enorm naar uitkijken, maar...'

Ze stopt en draait zich naar me om. 'Jij bént nog altijd normaal, Jules. Je hoofd zit vol, dat is alles.'

Ik knik, maar zeg niets.

'We hoeven daar niet heen, hè,' vervolgt ze. 'We kunnen evengoed gewoon samen iets eten in het centrum. Niets hoeft, alles mag. Forceer jezelf vooral niet.'

'Oké,' zeg ik, dankbaar dat ik niet hoeft uit te leggen hoe moeilijk zelfs een sociaal moment kan voelen.

Op onze kamer zoeken we een restaurant in de buurt op.

Aan het einde van de avond voel ik al meteen dat Fez meer van me vraagt dan Chefchaouen. Meer geluid, meer mensen.

De volgende ochtend trekken we naar de soek, een grote openluchtmarkt in het hart van de medina. Tientallen kraampjes met kruiden, Marokkaanse *babouches*, vers fruit en groenten.

We wandelen door de smalle straten, onze schouders botsen af en toe tegen die van voorbijgangers. Mijn ogen dwalen van kleur naar kleur, van geur naar geur. Dan blijf ik plots stilstaan.

‘Zie je iets moois?’ vraagt Elisabeth, die bijna tegen me aanloopt.

Ik wijs naar een kraampje met sieraden. Tussen de ringen en armbanden ligt een parelketting met kralen in rood, blauw en goud. ‘Mijn mama had zo’n ketting,’ zeg ik.

Ik wandel het kraampje binnen en zie meer bekende spullen. Leren handtassen. Houten dozen met ingegraveerde patronen in goudverf. Een ivoeren beeldje van een olifant. Mijn mama groeide op in Marokko, ons huis stond vroeger vol met dit soort spullen.

Elisabeth weet dat ik mijn mama niet meer zie. Ze staat dicht bij me, haar hand zoekt de mijne.

‘Ik weet niet waarom dit zo binnenkomt.’ Ik veeg een traan weg met de rug van mijn hand. ‘Sorry.’

‘Nee, Jules. Niet sorry zeggen. Dit is veel. Je wordt geconfronteerd met iets onverwachts.’

Mijn blik blijft hangen op het olifantje.

‘Zullen we ergens iets drinken?’ stelt Elisabeth voor. ‘Even weg uit de drukte?’

‘Ja, dat is goed.’

Co-Star – 28 mei 2019

You are not broken.

Leesexemplaar

Onze trein van 11.40 uur naar Marrakech staat al klaar op het perron. We maken het ons comfortabel voor een rit van meer dan zes uur. We hebben *msemen*, Marokkaanse amandelkoekjes, bananen en twee flessen water meegenomen. Ik dut half in, Elisabeth leest.

Aan het station van Meknès stroomt de trein vol met mensen en al snel zitten we opeengepakt als sardientjes. Tassen tegen onze knieën en ellebogen in de lucht.

Rond 14.35 uur houdt de trein halt aan het volgende station. Ik kijk op en zie het bord. Rabat. Niet opnieuw.

‘Hier heeft mijn mama gewoond,’ zeg ik tegen Elisabeth.

Ik wist niet dat de trein langs de hoofdstad reed, maar het stelt me vreemd genoeg gerust. Door het raam zie ik het perron, het strakke stationsgebouw, palmbomen in de achtergrond, mensen die wachten, mensen die zich haasten. Ik probeer me voor te stellen hoe zij hier ooit haar leven leidde, voor ik bestond. Geen tranen deze keer, wel verwondering en ontroering.

Wanneer we Marrakech binnenrijden en uit de trein stappen, slaat de warmte meteen op onze huid: stoffig, droog, een beetje verstikkend. Het is 31 graden, maar het voelt als een oven van 180 graden.

We boekten last minute een hotel, bewust aan de rand van de stad, weg van de chaos. Een tikkeltje chiquer dan onze andere verblijven, maar door de locatie verrassend betaalbaar. En eerlijk? Die rust en stilte zijn zo welkom. We genieten met volle teugen van de zachte handdoeken en van de geur van jasmijn die ’s avonds over ons terras hangt.

We plannen dagelijks een uitstap. We bezoeken LRNCE, de interieurwinkel van een Belgische ontwerper, dwalen door Jardin Majorelle, slenteren door de botanische tuin. De drukte die we hadden verwacht, blijft uit. Door de ramadan is het beroemde Djemaa el Fna rustig, het plein oogt haast verlaten.

‘Je hebt geluk,’ zegt Elisabeth terwijl ze om zich heen kijkt. ‘Mijn eerste ervaring met het plein was zo overweldigend. Normaal is het hier zó bruisend.’

‘Geluk bij een ongeluk, zeker?’ glimlach ik.

De daguitstappen combineren we met lange middagen aan het zwembad van het hotel. En gelukkig voor ons lijken we daar de enige gasten. Ons favoriete gezelschap blijkt Esmeralda, de waterschildpad van het hotel. Meestal verstopt ze zich tussen de cactussen, maar met wat geduld komt ze dichterbij. We lezen urenlang, liggen onder de parasols en plonsen in het zwembad. Telkens opnieuw. De dagen glijden voorbij met vingers vol zonne crème, zweet in onze knieholtes en gelach dat blijft hangen in de middagzon.

Enkele dagen later bevinden we ons op een bus die door de bergen slingert, richting Essaouira. Haarspeldbocht na haarspeldbocht volgt. Mijn maag protesteert, maar het uitzicht is het meer dan waard.

‘Wees blij dat je het grootste deel hebt geslapen,’ zeg ik wanneer de bus aankomt in het busstation. ‘Je was anders héél misselijk geworden in de bochtjes. Het leek soms alsof we in een helikopter zaten in plaats van in een bus.’

‘Alleen van die gedachte voel ik me al misselijk worden,’ lacht Elisabeth.

Wandelend door de stad adem ik de zeelucht in. Fris, zout. Vrienden hadden ons verteld hoe fijn deze stad was, dus we keken uit naar drie ontspannen dagen aan zee. Maar al na een eerste wandeling door de straten, de haven en de soeks kijken we elkaar vragend aan.

‘Is er een deel dat we nog niet gezien hebben?’ vraagt Elisabeth.

‘Misschien. Zou dit het zijn?’ antwoord ik teleurgesteld.

Misschien is de magie er wel, maar niet voor ons. Of toch niet vandaag. Na het sprookjesachtige blauw van Chefchaouen, de mysterieuze steegjes van Fez en de gezellige chaos in Marrakech lijkt Essaouira een beetje gewoon. We proberen het nog met een wandeling langs de stadsmuren en een bezoek aan de vismarkt, maar het verandert ons gevoel niet.

‘We hebben eigenlijk alles gezien,’ beslist Elisabeth. ‘Misschien kunnen we onze geplande surfles in Tamraght verplaatsen en hier al doen? Er is strand, er is zee en ik heb al een paar surfscholen gespot.’

‘Prima plan,’ zeg ik met hernieuwd enthousiasme.

De volgende dag wandelen we over het strand naar de surf-school. Soufian, onze surfinstructeur, verwelkomt ons en reikt ons twee wetsuits aan.

Als we ons eenmaal in de pakken hebben gewurmd, lopen we met de surfplanken naar het water. Voor we de zee ingaan, leert Soufian ons de basisbewegingen: peddelen en de pop-up, waarbij je rechtop gaat staan op je plank. Dan stuurt hij ons het water in. De zee ligt er verlaten bij. Alleen wij twee.

Het is mijn allereerste keer. En toch sta ik bij de eerste poging ineens rechtop.

‘*Go Jules!*’ roept Elisabeth luid achter me.

Ik probeer in evenwicht te blijven, mijn armen wat wankel.

Er volgen veel pogingen, van vallen en opnieuw beginnen, maar elke keer trekken we strijdvaardig weer de zee in. Na een tijdje fluit Soufian ons terug naar het strand.

‘Shit, die twee uur zijn voorbijgevlogen,’ zegt Elisabeth.

‘Zeg dat wel,’ stem ik in.

Maar dan blijkt dat we nog maar een uur bezig zijn. Soufian wil ons wat extra tips geven.

‘Kennen jullie het logo van Chanel?’ vraagt hij. ‘Wel, in die vorm moet je peddelen,’ zegt hij terwijl hij met zijn linkerhand een omgekeerde C maakt, om vervolgens met zijn rechterhand een C te gebaren. Samen het logo van Chanel.

We lachen, knikken en duiken opnieuw het water in.

Na de les staan Elisabeth en ik in een houten omkleedhokje van de surfschool. We worstelen nog meer dan daarnet met onze wetsuits. Het lijkt wel een tweede huid die we proberen af te pellen. Ik trek het laatste stuk wetsuit over de rechtervoet van Elisabeth en we schieten allebei in de lach.

Mijn wenkbrauwen, mijn haar, mijn lippen zitten vol zout. Ik sluit mijn ogen en adem diep in en uit. ‘Mijn hoofd voelt alsof iemand het heeft uitgewrongen,’ zeg ik. Ik open mijn ogen, Elisabeth wringt net haar haren uit.

‘Echt volledig leeg, hè?’ zegt ze. ‘Alleen je plank en de golven. Niets anders.’

Ik leun tegen de houten muur. ‘Kunnen we dit elke dag doen?’ vraag ik, half serieus.

Elisabeth lacht. ‘Als jij telkens mijn wetsuit uittrekt, dan wel.’

We nemen afscheid van de zee, van onze dagelijkse duik en van de zon die elke avond net iets later ondergaat. Op onze laatste ochtend stelt Elisabeth voor om een taxi te boeken voor de lange rit naar Marrakech, vanaf waar we terug naar België vliegen. Ik

verkiest opnieuw de bus. Rumoerig en stoffig, maar ik weet wat ik kan verwachten.

In de bus dringt het tot me door dat het bijna voorbij is. Ik voel een lichte onrust. Ik kijk naar Elisabeth, die naast me in slaap is gevallen, haar hoofd tegen het raam.

En ik weet: morgen moet ik opnieuw beginnen. Daar. Thuis. Alleen.

* * *

Intussen ben ik een week terug van Marokko. Zodra de was gedaan was en de souvenirs op hun plek lagen, kwam de stilte hard binnen. Geen Elisabeth die naast me zat te giechelen. Geen dagen met plannen. Geen ritme dat vanzelf op me afkwam. Alleen mijn eigen adem in een veel te stille kamer. Ik wist plots niet meer wat ik voordien eigenlijk met mijn tijd deed en hoe ik die nu weer moest vullen.

‘Ik merkte dat je wat rustiger binnenkwam dan vorige keer,’ zegt Helena. ‘Hoe is het met je?’

Ik haal mijn schouders op. Ik weet vaag wat ik de voorbije dagen heb gedaan, maar met wie, waar en wanneer, dat is weg.

‘Je vertelde vorige keer over de breuk met Mathieu en hoe je toen je agenda volplande. Zou je het oké vinden om vandaag wat dieper in te gaan op jullie relatie?’

Iets in mijn borst trekt samen.

‘Hoe kijk je vandaag terug op die relatie?’ vraagt ze.

Ik aarzel even. ‘Ik dacht lang dat die relatie normaal was,’ begin ik. ‘Niet per se ideaal, maar ook niet uitzonderlijk moeilijk. Pas achteraf besef ik hoe heftig die eigenlijk was.’

Helena duwt haar bril dicht op haar neus.

‘Ik herinner me een feestje waar ik naartoe was geweest met vriendinnen. Mathieu ging die avond ook uit, maar naar ergens anders. En toch liep ik om 3 uur ’s nachts naar huis, alsof mijn leven ervan afhing. Ik had geen idee waar hij was, of hij al thuis zou zijn. Maar als hij onderweg zou zijn, dan wilde ik er eerder zijn. Alles om eventuele commentaar te vermijden.’

‘Gebeurde dat vaker?’

‘In het begin niet. Toen was het, uhm... anders. Of ik zag het niet.’ Ik friemel aan mijn mouw. ‘Maar het laatste jaar maakte hij wel opmerkingen. Ik mocht niet uit met lippenstift, want hij dacht dat ik dat deed voor de aandacht van andere mannen. Hij had ook commentaar op de diepte van een décolleté, terwijl ik met dat topje ook ging werken, zonder dat iemand daar ooit iets over zei.’ Ik voel hoe mijn kaak zich aanspant. ‘We gingen ooit samen naar Fuerteventura. Hij verveelde zich en probeerde me te overhalen om twee dagen vroeger naar huis te keren. Hij beloofde dat we thuis nog twee gezellige dagen samen zouden hebben, dus ik stemde in. Maar de eerste dag regende het pijpenstelen en de tweede dag zat hij weer achter zijn computer.’ Ik zucht. ‘Ik heb lang spijt gehad dat ik niet gewoon gebleven ben. Alles was geregeld en betaald. Maar ik was bang dat hij dan kwaad zou zijn.’

‘Het klinkt alsof je je daar een beetje in hebt verloren. Voel ik dat goed aan?’ vraagt Helena.

‘Ik denk het wel. Ik paste me aan, liep voortdurend op eieren.’

Helena knikt als signaal dat ik verder mag gaan.

‘Hij kon op maandag zeggen dat het gedaan was tussen ons en op dinsdag beweren dat ik de vrouw van zijn leven was. Alles draaide om zijn stemming. Als hij geen zin had in een familiefeest, ging ik alleen en verzon ik een smoesje waarom hij er niet bij was. Hij was er ook van overtuigd dat ik hem bedroog. Ik

heb het nooit met zekerheid geweten, maar na onze breuk vertelden vrienden dat het juist andersom was. Nu, begrijp me niet verkeerd, er waren ook mooie momenten. Maar het laatste jaar van die relatie was altijd hetzelfde: hij mocht alles en ik niets. Alles moest gaan zoals hij het wilde. En ik...'

'... onderging het,' vult Helena aan. 'Het klinkt alsof je hem vaak voorop hebt gezet en je jezelf ergens onderweg bent kwijtgeraakt.'

Ik voelde soms wel dat er iets mis was, maar nu pas begrijp ik wat dat betekende. Het dringt tot me door: ik was mezelf niet meer tegen het einde van die relatie.

Dan vraagt ze zacht: 'Wanneer begon het te wringen, denk je?'

Ik denk na. 'Op vakantie,' zeg ik dan. 'Ik had al maanden gevraagd of we nog eens samen weg konden gaan, want dat was al een tijdje niet meer gebeurd.'

Ik voel pijn wanneer ik dat hardop zeg. Dat ik er zo in geloofde. Dat ik dacht dat samen weggaan, ergens anders zijn, zou helpen.

'We trokken naar Berlijn. En daar gaf hij meerdere keren opmerkingen over de plekken die ik had uitgekozen. Cafés die te druk waren of die hij niet gezellig vond. Straten die hij niet leuk vond. Op een bepaald moment was ik het beu. Ik zei dat ik zijn commentaar niet fijn vond en dat als hij zo bleef doen, hij maar naar links moest gaan en ik naar rechts. Ik meende het niet.' Ik haal diep adem. 'Tegen mijn verwachting in wandelde hij daadwerkelijk weg. Naar links. Zonder om te kijken. Ik heb toen een hele dag alleen door Berlijn gewandeld. Eerst huilend. Daarna belde ik mijn zus over wat er was gebeurd. En toen ben ik beginnen te wandelen met muziek in mijn oren. Dat voelde fijn, ik voelde me vrij.' Ik glimlach flauwtjes. 'Ik hoorde hem de hele dag niet en stuurde zelf ook niets. Tot hij me 's avonds rond

18 uur sms'te met de vraag wat ik ging eten. We hebben onze ruzie toen kort uitgepraat in de hotelkamer en zijn om hamburgers gegaan.'

Mijn lichaam herinnert zich hoe het toen was. Hoe ik daar zat: verstijfd, angstig, stil. Bang dat één verkeerd woord alles weer zou doen ontploffen.

'De volgende ochtend werd ik wakker en zat hij te werken op zijn laptop. Ik zei toen dat als hij altijd commentaar mocht geven, ik ook mocht zeggen dat ik het niet fijn vond dat hij zat te werken op de enige vakantie die we samen hadden.' Ik slik. 'Hij is boos geworden. Ik ben toen gevlucht richting de badkamer. Ik heb in de douche gehuild als een klein kind. Tussen de tranen door heb ik een klik gemaakt: het is genoeg geweest, ik ben op. Ik kan niet meer, ik wil niet meer. We zijn in Berlijn uit elkaar gegaan in plaats van verliefder terug te keren.'

'Je hebt lang moeten volhouden. Veel moeten dragen,' zegt ze. 'Dank je om dat te delen.'

Ik voel me terugkeren naar het hier en nu.

'Het lijkt me niet gek dat je na zo'n periode een drukke levensstijl bent gaan opzoeken.'

'Misschien wel, ja,' zeg ik. 'Alleen wonen was moeilijk in het begin. De vier muren kwamen snel op me af. Ik moest mezelf opnieuw leren kennen. Plannen, afspreken, doorgaan: ik dacht dat het hielp. En misschien was dat ook zo. Voor even. Maar ik ben blijven doorgaan, ook toen het misschien niet meer nodig was. Ik dacht lang dat ik gefaald had in die relatie. Nu zie ik dat ik te lang heb volgehouden. Te lang mezelf heb weggecijferd.'

'Misschien,' zegt Helena, 'is dit het begin van weer thuiskomen bij jezelf.'

Ik glimlach.

Maar wat als ik de weg niet meer vind?