

SOPHIE HANNAH

Brandschoon

De Fontein

Als je iemand vraagt naar een herinnering en ze vertellen je een verhaal, dan liegen ze.

Ik, op vijfjarige leeftijd, ineengedoken achter het poppenhuis, verstopt; bang dat de juf me zou vinden, ook al wist ik dat dat hoe dan ook zou gebeuren, en ik zette me al schrap – dat is een herinnering.

Dit is het verhaal dat ik ervan heb gemaakt: op mijn eerste dag op de basisschool was ik woedend op mijn moeder, omdat ze me achterliet op een plek die ik niet kende, bij wildvreemde mensen. Weglopen was geen optie, want ik was een braaf meisje – dat zeiden mijn ouders altijd – maar dit keer maakte ik zo veel bezwaar tegen wat ze mij aandeden dat ik besloot om mijn protest kenbaar te maken door me zo veel als ik durfde te onttrekken aan de klas van juffrouw Hill. Er stond een groot poppenhuis in een hoek van het klaslokaal, en toen niemand keek, verstopte ik me in de ruimte tussen het poppenhuis en de muur. Ik weet niet hoelang ik daar heb gezeten, luisterend naar de akelige geluiden die mijn klasgenootjes produceerden en juffrouw Hills pogingen om de orde te handhaven. Het was in elk geval zo lang dat ik me ongemakkelijk begon te voelen onder mijn bedrog. Ik kreeg spijt van mijn verstoptactie, maar als ik opeens tevoorschijn zou komen, deed ik hun zin, en zoiets lichtvaardigs was ik absoluut niet van plan. Ik wist dat iemand me uiteindelijk zou vinden, en dat mijn straf niet mild zou zijn, en ik werd steeds banger en onrustiger. Ik huilde zachtjes, opdat niemand me zou horen. Tegelijkertijd dacht ik: niets zeg-

gen, verroer je niet – er is nog best kans dat je hiermee wegkomt.

Toen ik hoorde dat juffrouw Hill tegen alle kinderen zei dat ze in kleermakerszit op de grond moesten gaan zitten zodat zij de lijst kon opnoemen, raakte ik in paniek. Op de een of andere manier, ook al was ik nog nooit naar school, of zelfs maar een crèche geweest, wist ik wat dat betekende: ze zou onze namen opnoemen, een voor een. Als ik de mijne hoorde noemen, zou ik ‘Ja, juffrouw Hill’ moeten zeggen. Waar ik ook zat, ik moest het zeggen. De mogelijkheid om me stil te houden kwam niet bij me op; dat zou een mate van bedrog en rebellie vergen waar ik niet aan wilde denken, laat staan dat ik me eraan wilde wagen. Toch kwam ik niet tevoorschijn. Ik ben altijd al een optimist geweest, en ik wilde pas opgeven als ik absoluut geen keus meer had. Misschien gebeurde er nog iets waardoor juffrouw Hill de namen niet kon oplezen, dacht ik. Misschien vloog er dadelijk wel een vogel de klas in, of werd een van mijn klasgenootjes plotseling zo ziek dat hij naar het ziekenhuis moest. Of misschien verzon ik binnen drie seconden wel een of ander geweldig plan – een fantastische manier om te ontsnappen aan de hachelijke situatie die ik voor mezelf had gecreëerd.

Dat gebeurde natuurlijk allemaal niet, en toen juffrouw Hill mijn naam riep, besloot ik dat een compromis hier de beste oplossing was. Ik zei niets, maar stak mijn hand op vanachter het poppenhuis zodat die duidelijk te zien was. Ik vond dat ik deed wat er van me werd verwacht – toegeven dat ik aanwezig was en verstandig mijn hand opsteken – maar toch was het nog altijd mogelijk dat niemand me zag, en dat ik een hele schooldag zou missen als beloning voor het feit dat ik me had gemeld. Dan zou ik de dag daarop precies hetzelfde doen. Dat was mijn fantasie; de werkelijkheid was dat juffrouw Hill mijn uitgestoken arm zag en eiste dat ik achter het poppenhuis vandaan kwam. Later vertelde ze aan mijn moeder wat ik had gedaan, en kreeg ik zowel op school als thuis straf. Wat voor straf dat was, kan ik me niet meer herinneren.

Hoeveel van dat verhaal is waar? Als ik moest gokken, zou ik zeggen het grootste deel. Misschien negentig procent. Hoeveel ik me

ervan herinner? Bijna niets. Twee emoties, meer niet: de mengeling van angst en opstandigheid die ik voelde toen ik achter dat poppenhuis zat, en de verschrikkelijke vernedering toen ik daarachter weg moest en de klas onder ogen moest komen. Iedereen wist dat ik een risico had genomen, en dat ik toen bang geworden was en me over had gegeven. Ik herinner me dat ik me schaamde bij die herinnering – een paar tellen na de gebeurtenis; een herinnering binnen een herinnering – voor mijn stomme halfslachtige actie van verstopt blijven en toch mijn hand opsteken. Ik was een aanstelster: te braaf om stout te kunnen zijn en te stout om braaf te zijn. Ik weet nog dat ik op dat moment liever een van mijn klasgenootjes was. Wie, dat maakte me niet uit, als ik mezelf maar niet hoefde te zijn. Ik weet zeker dat ik al die gevoelens heb gehad, hoewel ik op vijfjarige leeftijd nog niet de woordenschat had om ze te omschrijven.

Het probleem – datgene waardoor ik niet zeker van mijn herinnering kan zijn – is dat mijn verhaal over wat er toen gebeurde veertig jaar lang met mijn herinneringen aan de haal is gegaan, en dat het verhaal in feite voor die herinnering in de plaats is getreden. Werkelijke herinneringen zijn broze, fragmentarische verschijnselen, die zich gemakkelijk plat laten walsen door een verhaal dat staat als een huis en dat zorgvuldig is gecomponeerd opdat je het niet meer vergeet. Bijna direct nadat we een bepaalde ervaring hebben gehad, beslissen we wat deze ervaring volgens ons betekent, en dan bouwen we er een verhaal omheen waardoor het klopt. Voor dat verhaal maken we gebruik van alle mogelijke relevante herinneringen die we strategisch inzetten als kleurrijke brochures op de revers van een jas – en de herinneringen waar we niets aan hebben voor ons verhaal schuiven we terzijde.

Jarenlang heb ik een andere versie van mijn eersteschooldagverhaal verteld. In die versie kwam ik vanachter het poppenhuis tevoorschijn met een brutale glimlach en zei ik blakend van zelfvertrouwen: 'Wat? Ik deed helemaal niet net of ik er niet was. Ik heb mijn hand toch opgestoken? U hebt helemaal nooit gezegd dat ik niet achter het poppenhuis mocht zitten.' Maar op een dag betrapte ik me

halverwege die anekdote en dacht: is het wel echt zo gebeurd? Soms moeten we onze eindeloos herkauwde verhalen vernietigen om bij de werkelijke herinneringen te kunnen komen. Het heeft wel iets weg van eindeloze verflagen van een stenen muur branden. Onder al die verf vinden we de originele muur – gevlekt en verkleurd, en in slechte conditie omdat hij al die jaren niet heeft kunnen ademen.

Het gekke is dat beide versies van het verhaal – de versie waarin ik stoer en brutaal ben, en de versie waarin ik me vernederd voel – voelen als een herinnering, omdat ik ze allebei zo vaak heb verteld, zowel aan mezelf als aan andere mensen. Telkens als we onszelf een verhaal vertellen, raakt het dieper ingesleten in onze hersens, zodat het zich daar kan nestelen en bij elke herhaling nog echter lijkt.

Een werkelijke herinnering kan een vluchtig beeld van een rode jas zijn, of een citroenboom (waar, dat weet je niet), een sterk gevoel, de naam van iemand die je ooit kende – alleen de naam, meer niet. Echte herinneringen hebben geen begin, midden en eind. Er is geen spanningsboog, ze hebben geen duidelijke clou, en al helemaal geen moraal – niets om het publiek tevreden mee te houden, en met ‘publiek’ bedoel ik ook de verteller, die altijd de eerste toehoorder is van zijn of haar eigen verhaal.

Dit alles is ook van toepassing op de kerstdagen van 2003 en wat er gebeurde in Little Orchard, wat – zoals je inmiddels wel kunt raden – geen herinnering is maar een verhaal. Hopelijk is het een verhaal dat kan worden gebruikt om een aantal van de herinneringen die erin schuilgaan boven te halen, en misschien ook een paar van de herinneringen die aanvankelijk afgekeurd werden omdat ze niet pasten in de lijn van het verhaal en daarom het veld moesten ruimen. Bij wijze van experiment neem ik in elk geval voorlopig aan dat het verhaal van Little Orchard er een is waarin elk detail vals is.

Niets van dit alles is ooit gebeurd. Er is nooit iemand geweest die op de ochtend van eerste kerstdag wakker werd en ontdekte dat vier van haar familieleden waren verdwenen.

1

Dinsdag 30 november 2010

Kijk: er is niets bijzonders aan dit huis. Kijk maar naar de gaten tussen de bakstenen in de poort, waar het voegwerk is verdwenen. Kijk maar naar die lelijke kunststof kozijnen. Dit is geen plek waar wonderen gebeuren.

En – omdat ik zonder meer bereid ben om van tevoren al mijn deel van de schuld op me te nemen – zelf ben ik ook niets bijzonders. Ik ben ook geen plek waar wonderen gebeuren.

Dit kan niets worden. Dus ik moet niet teleurgesteld zijn als het inderdaad niets wordt.

Ik ben hier niet omdat ik denk dat het helpt. Ik ben hier omdat ik er genoeg van heb een vriendelijke glimlach op te moeten zetten en blij verraste geluidjes te moeten maken als er weer eens iemand zegt hoe geweldig het voor hen heeft gewerkt. ‘Je zou eens hypnose moeten proberen,’ zegt iedereen die ik tegenkom, van mijn collega’s tot mijn tandarts, tot de ouders en leraren op de school van de meisjes. ‘Ik was ook echt heel sceptisch, en ik ging alleen maar omdat het mijn laatste redmiddel was, maar het leek wel magie – ik heb nooit meer een sigaret/glas wodka/roomsoes/pokerkaart aangeraakt.’

Het is mij opgevallen dat iedereen die een totaal onwaarschijnlijke oplossing voor een probleem oppert altijd benadrukt hoe cynisch en weinig overtuigd hij eerst was, voor hij het zelf probeerde. Niemand zegt ooit: ‘Ik was en ben echt zo’n wanhopige dwaas die overal in trapt. En gek genoeg werkte hypnotherapie ontzettend goed.’

Ik zit in mijn auto op Great Holling Road, voor het huis van Ginny Saxon, de hypnotherapeute die ik volkomen willekeurig heb uitgekozen. Althans, misschien niet helemaal willekeurig. Great Holling is het mooiste dorpje in de Culver Valley; als ik dan toch mijn geld verspil, dan maar liever ergens waar het er pittoresk uitziet. Er zijn maar weinig plekken zo idyllisch dat mensen er van de weeromstuit valse dingen over zeggen – plekken die worden omschreven als ‘achterlijk’ of ‘het barst er van de inteelt’ – maar in deze contreien is het bijna een cliché om een lange neus te maken naar de heerlijke beslotenheid van Great Holling door in plaats daarvan in een lawaaieriger, smeriger oord te gaan wonen waar, toevalligerwijs, ook veel goedkopere huizen staan. ‘Zelfs al kon ik het me veroorloven om in Great Holling te wonen, dan nog zou ik het nooit doen. Het is er gewoon te keurig.’ Ja, hoor. Dat zal best.

Maar goed, misschien moet ik maar eens wat beter van vertrouwen zijn. Er zijn zo veel mensen met geld die dat niet gebruiken om mooier te gaan wonen. Ik ken zelfs dwazen die hun zuurverdiende geld aan kwakzalvers geven en hun vragen om betoverd te worden, in de hoop dat bij het wakker worden al hun problemen zijn opgelost.

Ginny Saxons adres is bedrieglijk, net als haar tak van therapie. Ze woont helemaal niet in Great Holling. Ik ben onder valse voorwendselen helemaal hiernaartoe komen rijden – nog valser dan zo’n stomme placebobehandeling, bedoel ik. Ik had beter naar haar adres moeten kijken, dan had ik me gerealiseerd dat het niet klopte, die dubbele dorpsnaam – Great Holling Road 77, Great Holling, Silsford. Ik ben niet in Great Holling, maar op een provinciale weg die daar naartoe leidt. Aan de ene kant staan huizen, onder andere dat van Ginny Saxon, en aan de andere kant liggen bruin met grijze, modderig uitziende velden. Dit is landbouwgrond die zich als landelijk gebied voordoet. Op een van de velden staat een gebouw met een dak van metalen golfplaat. Het is het soort landschap dat me doet denken aan riooldrek, maar dat is niet fair van me, want ik ruik niets.

Je bent ook niet fair. Wat is er mis mee om eens een beetje open te staan voor dingen? Wie weet werkt het.

Ik kreun vanbinnen. De teleurstelling als deze poppenkast waar ik me dadelijk instort me helemaal niets zal brengen, gaat pijn doen – waarschijnlijk meer nog dan al het andere wat ik al heb geprobeerd en wat ook niet hielp. Hypnotherapie is immers voor iedereen een laatste redmiddel. Dus daarna houdt het op.

Ik kijk op de klok in mijn auto. Het is precies drie uur. Ik zou nu eigenlijk op de stoep moeten staan. Maar het is warm in mijn Renault Clio, met de verwarming aan, en buiten is het ijskoud. Geen sneeuw hier, zelfs niet van die sneeuw die niet blijft liggen, maar elke avond wordt er door de plaatselijke weervrouw sneeuw voorspeld, steeds een beetje opgewekter. De hele Culver Valley is in de greep van dit typisch Engelse weer – geïnspireerd door zowel leedvermaak als door de vriestemperatuur – ook wel bekend als ‘Dat het nog niet gesneeuwd heeft, wil nog niet zeggen dat het niet meer *gaat* sneeuwen’.

Ik tel tot drie, hoor ik mezelf in mijn hoofd zeggen met een lage, hypnotiserende stem, en dan stap je uit de auto, gaat dat huis aan de overkant binnen en doet een uur lang alsof je in trance bent. Vervolgens schrijf je een cheque van zeventig pond uit voor die charlatan. Makkie.

Ik haal mijn briefje met instructies uit mijn jaszak: Ginny’s adres. Ik controleer het, stop het terug – een uitsteltactiek waar ik verder niets bij win. Ik wist al dat ik aan het goede adres was.

Of het verkeerde.

Daar gaan we.

Terwijl ik in de richting van het huis loop, zie ik dat de auto die op de oprit geparkeerd staat niet leeg is. Er zit een vrouw in. Ze draagt een zwarte jas met een bontkraag, een rode sjaal en felrode lippenstift. Op haar schoot ligt een opengeslagen opschrijfboekje en ze heeft een pen in haar hand. Ze rookt een sigaret en heeft haar raampje opengedraaid, ondanks de temperatuur. Haar ongeschoende handen zijn vlekkerig van de kou. Roken en schrijven zijn

blijkbaar belangrijker voor haar dan haar comfort, denk ik als ik een paar wollen handschoenen naast het pakje Marlboro Lights op de stoel naast haar zie liggen. Ze kijkt op en glimlacht naar me, begroet me.

Ik besluit dat dit Ginny Saxon niet kan zijn, want op haar website staat roken genoemd als een van de dingen waar ze je van af kan helpen. Dus het zou een beetje een vreemde vorm van hulp zijn als ze zelf voor haar huis in haar auto zou gaan zitten met een peuk in haar mond, behalve als het een slim uitgedachte vorm van omgekeerde psychologie is. Dan zie ik iets wat ik vanaf de weg nog niet kon zien: een klein, vrijstaand houten gebouwtje in de achtertuin, met een bord waarop staat: GREAT HOLLING PRAKTIJK VOOR HYPNOTHERAPIE – GINNY SAXON GEDIPL. PSYCH. THER. GEDIPL. HYP. THER.

‘Daar gebeurt het allemaal,’ zegt de rookster, haar stem doordeesd van bitterheid. ‘In haar schuurtje. Vertrouwenwekkend, vind je ook niet?’

‘Het lijkt me aantrekkelijker dan daar in huis,’ zeg ik, moeiteloos overschakelend op mijn standje ‘vals-kreng-achter-in-de-schoolbus’ en biddend dat Ginny Saxon niet ineens achter me blijkt te staan en me betrap op het afkraken van haar huis. Waarom moet ik me zo nodig inlikken bij een wildvreemd stuk chagrijn? ‘Gelukkig heeft het geen kunststof kozijnen,’ voeg ik eraan toe, me bewust hoe absurd mijn gedrag is, maar niet bij machte er iets aan te veranderen.

De vrouw grijnst, en keert zich van me af alsof ze zich heeft bedacht en niet meer met me wil praten. Ze kijkt naar haar opschrijfboekje. Ik weet precies hoe ze zich voelt; het was beter geweest als we net hadden gedaan alsof we elkaar niet hadden gezien. We kunnen nog zo sarcastisch doen, maar we zijn hier allebei omdat we problemen hebben waar we zelf niet uitkomen, en dat weten we maar al te goed – van onszelf en van elkaar.

‘Ze is een uur uitgelopen. Mijn afspraak was om twee uur.’

Ik probeer te kijken alsof ik daar niet mee zit, maar weet niet of me dat lukt. Dat betekent dus dat... ik pas om vier uur bij Ginny

Saxon terechtkan, en ik moet al om tien over weg, om Dinah en Nonie op tijd op te pikken bij de schoolbus.

‘Maak je geen zorgen, je mag mijn afspraak wel hebben,’ zegt mijn nieuwe vriendin, en ze gooit haar peuk uit het raam. Als Dinah erbij was, zou ze zeggen: ‘Pak je rommel op, nu meteen, en gooi het eens netjes in de prullenbak.’ Het zou niet bij haar opkomen dat ze pas acht is, en dat ze niet in de positie is om iemand die vijf keer zou oud is als zij te commanderen. Ik neem me voor om de peuk straks op te pakken en in de dichtstbijzijnde kliko te gooien, als ik de kans krijg en het me lukt om het te doen zonder dat dat mens me ziet en het opvat als kritiek.

‘Vind je dat niet erg?’ vraag ik.

‘Anders zou ik het niet aanbieden,’ zegt ze, en ze klinkt een stuk vrolijker. Omdat ze nu niet meer hoeft? ‘Dan kom ik wel terug om vier uur, of...’ ze haalt haar schouders op – ‘...of niet.’

Ze doet haar raampje dicht, rijdt achteruit de oprit af, en zwaait naar me op een manier die me het gevoel geeft dat ik in het ootje ben genomen – een mengeling van spot en superioriteit, een gebaar dat lijkt te zeggen: ‘Jij liever dan ik, sukkel.’

‘Kom snel binnen, het is zo koud,’ zegt een stem achter me. Ik draai me om en zie een mollige vrouw met een mooi, rond gezicht en blond haar in een staart die ze zo nonchalant bijeengebonden heeft dat het meeste haar er alweer uit gezakt is. Ze draagt een olijfgroene rok van ribstof, zwarte enkellaarsjes met een zwarte panty en een crèmekleurige coltrui die te strak om haar middel zit en zo de aandacht trekt naar haar overgewicht. Ik schat haar tussen de veertig en de vijftig, eerste helft veertig.

Ik loop achter haar aan naar het houten gebouwtje, wat geen schuurtje is en dat ook duidelijk nooit is geweest. Het hout, zowel vanbuiten als vanbinnen, ziet er te nieuw uit – nergens zijn sporen waaruit blijkt dat hier ooit een modderige schoffel of een vettige grasmaaier heeft gestaan. De ene muur hangt van onder tot boven vol met ingelijste botanische prenten, en er staan bolronde, hemelsblauwe vazen met bloemen in drie van de vier hoeken. Een wit

vloerkleed met een brede blauwe rand bedekt de vloer voor het grootste deel. Aan de ene kant van het kleed staat een bordeauxrode draaistoel met bijpassend voetenbankje, en aan de andere kant een doorleefde bruinleren bank met daarnaast een klein tafeltje waar een hoge stapel boeken en tijdschriften over hypnotherapie op ligt.

Dat laatste detail irriteert me, net zoals het me irriteert als ik het bij de kapper moet doen met stapels tijdschriften over haar en verder niets. De symboliek ligt er te dik bovenop; het riekt naar hoe wanhopig graag ze hun professionele boodschap bij de klant door de strot wil duwen. Ik denk dan altijd: ja, ja, ik weet wat jij voor de kost doet. Daar ben ik hier immers voor. Is het nu echt nodig dat ik me louter in gedachten over haar onderdompel terwijl ik wacht tot een papperige tiener mijn hoofd in een wasbak komt rammen en kokend water over mijn schedel giet? Wat nu als ik iets wil lezen over de aandelenmarkt, of over moderne dans? Niet dat ik dat echt wil, maar dat is het punt niet.

Eerlijk is eerlijk, hypnotherapie is net iets interessanter dan gespleten punten (hoewel ik nooit twijfel over de geleverde prestatie als ik van mijn driemaandelijkse bezoekje aan Salon 32 kom, hoor).

‘Als je de boeken of tijdschriften wilt bekijken, ga je gang,’ zegt Ginny Saxon, enthousiaster dan nodig. Ze heeft wat ik een ‘media’-accent zou willen noemen – een accent dat nergens thuishoort, en dat me niets zegt over waar zij vandaan komt. Ik gok in elk geval niet uit de Culver Valley. ‘Je mag er zoveel lenen als je wilt, als je ze maar weer terugbrengt.’ Ofwel ze stopt heel veel moeite in haar act, of ze is echt een aardig mens. Ik hoop dat ze aardig is – in elk geval zo aardig dat ze me toch nog wil helpen als ze doorheeft dat ik dat niet ben.

Ik vind het doodvermoeiend om me beter voor te doen dan ik ben; om voortdurend gedrag te vertonen dat niet past bij mijn geestgesteldheid.

Ginny houdt een tijdschrift op met de titel: *Maandblad voor hypnotherapie*. Ik kan het moeilijk niet van haar aannemen. Het valt

open bij de nietjes in het midden, bij een artikel dat heet: ‘Hypnotherapeutische olfactorische conditionering, een onderzoek’. Wat had ik dan verwacht: een spannende foto van een slingerend zakhorloge?

‘Ga zitten,’ zegt Ginny, en ze wijst naar de draaistoel met de voetensteun. ‘Het spijt me dat je een uur hebt moeten wachten.’

‘Ik heb geen uur gewacht,’ zeg ik tegen haar. ‘Ik ben Amber Hewerdine. Mijn afspraak is nu. Die andere vrouw zei dat ik wel voor haar in de plaats mocht. Ze komt straks terug.’

Ginny glimlacht. ‘En wat zei ze daarna?’

O god, als ze maar niet ons hele gesprek heeft gehoord. Hoe dik zijn deze houten muren eigenlijk? Hoe hard klonken onze stemmen?

‘Ik heb niets gehoord, maak je geen zorgen. Ik ken haar niet zo goed, maar als ik haar zo inschat, denk ik dat ze nog wel wat meer heeft gezegd.’

Maak je geen zorgen? Wat bedoelt ze daarmee? Gisteravond vroeg ik aan Luke of hij dacht dat iemand zich alleen maar tot hypnotherapeut liet opleiden omdat hij het lekker vond om een ander gek te maken, en toen lachte hij me uit. ‘God zij degene genadig die dat ooit bij jou probeert,’ zei hij. Hij had geen idee hoe raak dat was.

‘Ze zei: “Of ik kom om vier uur, of niet”,’ vertel ik aan Ginny.

‘En nu voel jij je een sufferd dat je bent gebleven, of niet soms? Rustig maar. Zij is de sufferd. Ik denk niet dat ze nog terugkomt. Vorige week durfde ze ook al niet – toen had ze een intake geboekt, maar ze kwam niet opdagen. Ze had niet afgebeld, dus ik heb haar het volle bedrag in rekening gebracht.’

Mag zij dit soort dingen wel tegen mij zeggen? Is dat niet onprofessioneel? Gaat ze mij straks ook afzeiken bij haar volgende cliënt?

‘Vertel eens waarom je hier bent?’ Ginny ritst haar laarsjes los, schopt ze uit en trekt haar benen onder zich op de leren bank. Moet ik me daardoor soms minder geremd voelen? Dan werkt dat dus niet. Ik ken dat mens net. Ze mag zich weleens wat professioneler opstellen. Wat zou ze voor een tweede afspraak aantrekken – een hemdje en een onderbroek?

Het doet er niet toe; er komt geen tweede afspraak.

‘Ik lijd aan slapeloosheid,’ zeg ik tegen haar. ‘Echte slapeloosheid.’

‘De vraag dringt zich op: wat is dan onechte slapeloosheid?’

‘Iemand die moeite heeft om in slaap te komen, maar die wel acht uur aan een stuk kan slapen als dat eenmaal is gebeurd. Of iemand die meteen in slaap valt, maar te vroeg wakker wordt – om vier uur in plaats van zeven uur. Alle mensen die zeggen: “O, ik slaap nooit” en die dan ’s nachts twee of drie keer wakker blijken te worden omdat ze moeten plassen – die hebben geen slaapproblemen, die hebben iets aan hun blaas.’

‘Mensen die het over “slapeloosheid” hebben maar die eigenlijk “licht slapen”?’ oppert Ginny. ‘Die wakker worden van het minste geluidje? Of die alleen in slaap kunnen komen met knoertharde muziek op hun oortelefoon, of met de radio aan?’

Ik knik en probeer niet onder de indruk te lijken van het feit dat zij kennelijk precies weet aan welke types ik zo’n hekel heb. ‘Dat zijn de ergste. Iedereen die zegt: “Ik kan alleen slapen als” en dan met een vereiste komt – dat is geen slapeloosheid. Want als aan het vereiste is voldaan, kunnen ze prima slapen.’

‘Heb je een hekel aan mensen die goed kunnen slapen?’ vraagt Ginny.

‘Niet als ze er rond voor uitkomen.’ Ik ben misschien te uitgeput om aardig te kunnen doen, maar ik vind mezelf wel nog altijd heel redelijk. ‘Waar ik de pest aan heb zijn mensen die doen alsof ze een probleem hebben terwijl dat helemaal niet zo is.’

‘De mensen die zeggen: “Ik? Ik slaap altijd als een blok – je kunt een kanon naast me afschieten” – die zijn wel oké?’

Probeert ze me soms te klem te zetten? Ik heb zin om te liegen, maar wat heeft dat voor zin? Dat mens hoeft me niet te mogen. Ze is verplicht me te helpen, of ze mij nu aardig vindt of niet. Daar betaal ik voor. ‘Nee, die vind ik ongehoord zelfingenomen,’ zeg ik.

‘En als het nu echt zo is – dat ze *echt* als een blok slapen – wat moeten ze dan zeggen?’

Als ze nog één keer het woord blok in haar mond neemt, stap ik

op. ‘Je kunt op allerlei manieren zeggen dat je goed slaapt,’ antwoord ik, en mijn tranen komen griezelig dichtbij. ‘Ze zouden kunnen zeggen: “Nee, ik heb geen moeite met slapen”, en dan kunnen ze vertellen dat ze wel allerlei andere problemen hebben. Iedereen heeft wel wat, toch?’

‘Absoluut,’ zegt Ginny met een blik alsof ze zich nog nooit in haar leven ook maar ergens zorgen om heeft gemaakt. Ik staar langs haar uit de twee grote ramen achter de leren bank. Haar tuin is een lange, smalle strook groen. Aan het eind ervan zie ik een klein bruin stukje hek, met daarachter weilanden die er groener en veelbelovender uitzien dan wat ik aan de overkant heb gezien. Als ik hier woonde, zou ik bang zijn dat een projectontwikkelaar dat land opkocht en het volpropte met huizen.

‘Vertel eens over je slaapprobleem,’ zegt Ginny. ‘Na die inleiding verwacht ik een horrorverhaal. Onder de armléuning van je stoel zit een houten hendeltje, voor als je wilt liggen.’

Dat wil ik niet, maar ik trek er toch aan en leg mijn voeten op de voetenbank, zodat ik bijna horizontaal lig. Het is gemakkelijker als ik haar gezicht niet kan zien; dan kan ik net doen alsof ik tegen een opgenomen stem praat.

‘Vertel. Ben jij de allerergste slapeloze ter wereld?’

Drijft ze de spot met me? En ik ben niet eens in trance. Wanneer gaat ze daar eens mee beginnen? We hebben minder dan een uur te gaan.

‘Nee,’ zeg ik stijfjes. ‘Ik ben minder erg dan mensen die echt nooit slapen. Ik slaap ’s nachts steeds korte stukjes. Een kwartier, twintig minuten. En altijd ’s avonds voor de televisie. Dat is meestal het grootste deel van mijn slaap, tussen halfnegen en halftien – een vol uur, als ik mazzel heb.’

‘Iemand die echt nooit slaapt, zou doodgaan,’ zegt Ginny. Dat brengt me van mijn stuk, tot het tot me doordringt dat ze het heeft over de slapelozen die ik net noemde, degenen die er minder goed vanaf komen dan ik.

‘Mensen gaan inderdaad dood,’ antwoord ik. ‘Mensen met FFI.’

Ik voel dat ze wacht tot ik verderga.

‘Fatale Familiale Insomnia. Het is een erfelijke aandoening. Niet bepaald een gezellige ziekte. Totale slapeloosheid, paniekaanvallen, fobieën, hallucinaties, krankzinnigheid, dood.’

‘Ga verder.’

Is dat mens soms niet goed snik? ‘Dat was het,’ zeg ik. ‘De dood is het laatste puntje op de agenda. Daarna gebeurt er meestal niet zo veel meer. Wat een opluchting zou moeten zijn, als ze niet te dood waren om het te kunnen waarderen.’ Als ze niet lacht, besluit ik het nog iets donkerder neer te zetten. ‘Voor sommige mensen met FFI is het natuurlijk wel een hele troost dat de rest van hun familie ook doodgaat.’ Ik luister of ze reageert. Al klonk er maar een kort grinnikje, dan zou ik al meer fiducia in haar hebben. Heeft ze genoeg vertrouwen in zichzelf en in haar kunde om mij mijn grapje te gunnen? Alleen een wanhopige therapeut zou uithalen bij zo’n overduidelijk onnozele opmerking aan het begin van de behandeling.

‘Wil je graag dat jouw familie doodgaat?’

Voorspelbaar teleurstellend. Teleurstellend voorspelbaar.

‘Nee. Dat zei ik niet.’

‘Heb je altijd al moeite gehad met slapen?’

Ik vind het niet prettig dat ze zo snel en soepel overgaat op een ander onderwerp. ‘Nee.’

‘Wanneer is het begonnen?’

‘Anderhalf jaar geleden.’ Ik zou haar de precieze datum kunnen geven.

‘Weet je ook *waarom* het is begonnen? Waarom je niet kunt slapen?’

‘Stress. Thuis en op het werk.’ Ik stel het zo breed mogelijk voor, in de hoop dat ze me niet naar meer details vraagt.

‘Als er een goede fee was die de oorzaken van die stress zou wegtoveren – wat zou er dan gebeuren, denk je, wat jouw slaap betreft?’

Is dit een strikvraag? ‘Dan zou ik prima slapen,’ zeg ik. ‘Vroeger sliep ik altijd goed.’

‘Mooi. Dus de oorzaken van jouw slapeloosheid zijn extern en niet intern. Het is dus niet zo dat *jij*, Amber Hewerdine, niet kunt slapen vanwege iets *binnen in jou*. Jij kunt niet slapen omdat er in jouw huidige levenssituatie iets is wat jou onder ondraaglijke druk zet. Ieder ander zou er ook moeite mee hebben als hij in jouw schoenen stond. Klopt dat?’

‘Ik denk het wel.’

‘Dat is beter. Dat is het soort slapeloosheid dat je moet hebben.’ Ik hoor haar stralen. Hoe kan dat? ‘Er is dus niets mis met *jou*. Jouw reactie is volkomen normaal en begrijpelijk. Kun je de situatie veranderen om zo de oorzaak van de stress te elimineren?’

‘Nee. Luister, niet om het een of ander, maar... denk je niet dat die gedachte allang bij me opgekomen was? Al die nachten dat ik wakker heb gelegen, heb liggen piekeren over wat er allemaal mis is...’ *Niet emotioneel worden. Zie dit als een zakelijke afspraak – en jij bent de ontevreden klant.* ‘Ik kan de bronnen van stress niet uit mijn leven bannen. *Ze zijn* mijn leven. Ik hoopte dat hypnotherapie misschien...’ Ik kan niet zeggen wat ik wil zeggen. Het zou te belachelijk klinken als ik het onder woorden bracht.

‘Je hoopt dat je je brein kunt misleiden,’ vat Ginny het samen. ‘Jij weet, net als je brein, dat er alle reden is om bezorgd te zijn, maar je hoopt dat je met hypnose je brein zo om de tuin kunt leiden dat het denkt dat er niets aan de hand is.’ Nu weet ik zeker dat ze me in de maling neemt.

‘Als je dat zo’n bespottelijk idee vindt, waarom heb je dit vak dan gekozen?’ zeg ik kortaf.

Ze zegt iets wat klinkt als: ‘Laten we de Boomschudder maar eens proberen.’

‘Wat?’

Ik klink waarschijnlijk bang, want Ginny zegt: ‘Vertrouw me. Het is maar een oefening.’

Ze moet het maar doen met mijn zwijgzaamheid, zonder verder nog tegen haar in te gaan. Vertrouwen is een te kostbaar goed om van een vreemde te verlangen.

‘Doe je ogen maar dicht – dat maakt het gemakkelijker.’

Daar zou ik maar niet op rekenen.

‘Het zal je misschien opluchten dat je bijna niet hoeft te praten. Je moet vooral luisteren en herinneringen boven laten komen.’

Dat klinkt makkelijk zat. Hoewel ‘bijna niet’ suggereert dat ik op een gegeven moment toch iets moet zeggen. Wat dan? Ik ben graag voorbereid.

Als Ginny weer iets zegt, barst ik bijna in lachen uit. Haar stem klinkt trager, lager, trance-achtiger. Het lijkt net de hypnoseparodie die ik in mijn hoofd had: *Je valt in een diepe, diepe slaap*. Dat is niet helemaal wat Ginny zegt, maar het scheelt niet veel. ‘En nu wil ik je vragen om je te concentreren op je ademhaling,’ zegt ze op gedragen toon. ‘En op het puntje van je kruin. Laat het maar... ontspannen.’

Waarom doet ze dit? Ze snapt toch zeker zelf ook wel dat dit een cliché is? Waarom praat ze niet normaal, dat is toch veel beter?

‘En dan je voorhoofd... laat het ontspannen. En omlaag naar je neus... je ademt langzaam en diep, rustig en zachtjes, laat je neus maar ontspannen. En nu je mond, je lippen... laat ze maar ontspannen.’

En dat stukje tussen mijn neus en mijn lippen, hoe dat ook maar mag heten? Wat nu als dat stijf van de stress staat? Dan heeft ze dat mooi gemist.

Dit is hopeloos. Ik kan er niets van, gehypnotiseerd worden. Ik wist het wel.

Ginny is inmiddels bij mijn schouders. ‘Voel hoe ze zakken en ontspannen, en hoe alle spanning wegvloeit. Haal langzaam en diep adem, rustig en zachtjes, en laat alle stress en spanning gaan. En dan door naar je borst, je longen – laat *die* ontspannen. Er bestaat niet zoiets als een hypnosegevoel, alleen een gevoel van totale rust en totale ontspanning.’

O nee? Waar betaal ik dan die zeventig pond voor? Als ik me alleen maar hoeft te ontspannen, kan ik dat net zo goed in mijn eentje thuis doen.

Nee, verbeter ik mezelf. Dat kon je niet. Kun je niet.

‘Volmaakte rust... en volmaakte ontspanning. En door naar je buik... laat die ontspannen.’

Septum. Nee, dat is dat stukje tussen je neusgaten. Ik heb ooit wel geweten hoe dat deukje tussen je neus en je bovenlip heet. Wist je dat de pezen achter in je nek een 11 vormen als je je schrap zet tegen de dood? Ik weet bijna zeker dat dat niet opgaat voor het... filtertrum, zo heet het. Nu ik die naam weer weet, zie ik een beeld voor me van Luke die het triomfantelijk mededeelt. *Een pubquiz. Het soort vragen dat hij altijd weet, en ik bijna nooit.*

Ik dwing mezelf om op Ginny’s zeurende stem te letten. Is ze inmiddels al bij mijn tenen? Ik heb niet geluisterd. Ze zou tijd kunnen besparen door allerlei lichaamsdelen tegelijk te doen, en om het hele lichaam in één keer op te dragen zich te ontspannen. Ik probeer om regelmatig adem te halen en om mijn ongeduld buiten de deur te houden.

‘Sommige mensen voelen zich nu heel erg licht, alsof ze zo weg kunnen zweven,’ zegt ze. ‘Maar je kunt ook een heel zwaar gevoel in je ledematen voelen, alsof je niet zou kunnen bewegen al zou je het willen.’

Ze klinkt als een presentator van een kinderprogramma die een bijpassend ‘licht’ en ‘zwaar’ stemmetje opzet. Heeft ze weleens geëxperimenteerd met een wat meer volwassen stijl? Dat vraag ik me ook vaak af bij de acteurs op Radio 4: waarom zegt niemand eens tegen hen dat die nepstemmetjes niet werken?

‘En er zijn ook mensen die een tinteling in hun vingers voelen. Maar allemaal voelen ze zich heerlijk kalm, prettig en ontspannen.’

Mijn vingers tintelen heel erg. Zelfs al voor ze dat zei. Ben ik dan toch onder hypnose? Ik voel me totaal niet ontspannen, hoewel ik me wel meer bewust ben van de gonzende neuroses in mijn hoofd dan eerst. Ik ben er meer op gefocust. Het is alsof ik ermee opgesloten zit in een donkere doos, eentje die wegdrijft van de rest van de wereld. Is dat goed? Ik zou niet weten waarom.

‘En nu, terwijl je langzaam en diep, rustig en zachtjes blijft doorademen, wil ik graag dat je je de allermooiste trap ter wereld voorstelt.’