

WerkLust

Esmir van Wering

Voor Duurt

Esmir *van* Wering

WERK*Lust*



Meander

Elke overeenkomst met bestaande personen en locaties berust op louter toeval.



© 2012 Meander, Rijswijk
Tekst van Esmir van Wering
Omslag van Denise van Leeuwen
Alle rechten voorbehouden. Gedrukt in Nederland
NUR 343 / ISBN 978 90 5019 100 5

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt
door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook
zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

www.esmir.nl
www.facebook.com/Werklust

Inhoud

1	Stukgaan	7
2	Gevoel? Een gevoelig puntje	10
3	Gerechtigheid	14
4	Bijzondere standjes	18
5	Mixed feelings	21
6	Remember september	25
7	(K)oud en nieuw	29
8	Opgeruimd staat netjes	32
9	Vlinders	36
10	Lekker(e) kuren	39
11	Hijgen en puffen	43
12	Kinderen, een wens of musthave?	47
13	Ochtendstijfheid	52
14	Too hot to handle	58
15	Ctrl Alt Delete	61
16	Saturday Night Fever	64
17	De baas in huis	70
18	Van kwaad tot erger(nis)	73
19	Een (anti)stressmassage	77
20	Hap, slik, weg	80
21	Over de rooie	83
22	Game over	85
23	EHBO (eerste hulp bij opbranden)	89
24	Dames van plezier	92
25	Overgewichtige zaken	96
26	Generatiekloof	99
27	Oma	102
28	Rewind	105
29	Klaar voor de start... af(gang)!	111
30	Niet zomaar een maandag	116
31	Dubieus Dubai	120

32	Roze bril met donderwolken	125
33	Bliksemafleider	129
34	Zullen we nog even...?	133
35	Weet je dit morgen nog?	137
36	Ongemakkelijk	141
37	Valentijnsdate	145
38	Buikpijn	152
39	De naakte waarheid	155
	Toegift	156

1 *Stukgaan*

Razendsnel gris ik zijn telefoon uit de lader. Met trillende vingers naar de inbox. Dit is mijn kans. Misschien wel de enige! Opgejaagd zoek ik naar iets wat ik eigenlijk níét hoop te vinden. Het bewijs dat hij liegt. Dat mijn intuïtie klopt en ik met eigen ogen zie dat hij wél contact met haar heeft. Zijn ex, die hij onlangs weer tegen het modellenslanke lijf is gelopen.

Remco. Mijn kerel. Mijn eerste serieuze liefde, die nu met zijn verraderlijke lijf onder de douche staat. Mijn hart klopt misselijkmakend in mijn keel en mijn huid is koortsig klam, terwijl argwaan en achterdocht me op de hielen zitten. Wanhopig op zoek naar duidelijkheid.

Zijn mobiel werkt tergend langzaam, alsof dat onding het erom doet. Daar! Zijn berichten. Gauw naar beneden scrollen. Op de achtergrond stopt het geluid van kletterend water. Normaal gesproken is Remco er nooit onder vandaan te krijgen, maar nu is hij er in minder dan twee minuten al klaar mee. Zou hij doorhebben wat ik aan het doen ben?

Gefocust op de naam van dat onuitstaanbaar slanke takkewijf race ik door de ontvangen berichten. Ondertussen hoor ik dat Remco zich afdroogt. Snel en resoluut, zoals altijd. Elk moment kan hij binnenkomen, maar stoppen is geen optie. Niet nu ik de waarheid op het spoor ben.

Plotseling verschijnt haar naam in het scherm. Een hele reeks onder elkaar. Mijn lichaam verkramp. Met één hand leunend op de keukentafel – bij gebrek aan balans in mijzelf – open ik het bovenste bericht:

15.36 uur: 'Ik mis je! Wanneer zie ik je weer?'

Het scheelt weinig of ik moet kotsen. Pijlsnel schieten mijn vingers over het scherm. Ze lijken niet in verbinding te staan met de rest van mijn lichaam.

20.48 uur: *'Lekker dat je toch kon komen. Smaakt naar méér...!'*

In de badkamer is het nu stil. Heb ik tijd voor nog een bericht?

10.51 uur: *'Schatje, ik wil eigenlijk niet dat je haar nog naakt ziet.'*

Wát?! Waar bemoeit dat klerewijf zich mee!

Op dat moment loopt Remco de badkamer uit. Vlug druk ik op de rode knop en leg het 'dodelijke wapen' terug waar het lag, in de oplader.

Hij komt de woonkamer binnen met een handdoek losjes om zijn heupen geslagen. Het display van de telefoon brandt nog. Semisubtiel ga ik ervoor staan. Ga uit! Ga uit! *Please*, ga uit!, schreeuw ik vanbinnen.

Kijkend naar de handdoek en de bobbel van zijn kruis denk ik: het is zeker ook verboden om hém nog naakt te zien.

Mijn vent in bed met dat verrotte Twijgje. De lul. Koelbloedig bedriegen. Kapot ga ik, maar ik laat niks merken. Ik kan het niet. Nu nog niet. Met brandende ogen kijk ik naar Remco en zie de vleesgeworden leugen. Mijn eerste grote liefde. En meteen ook mijn eerste grote bedrieger. Nooit eerder heb ik me zo onbelangrijk en leeg gevoeld.

Het was al duidelijk dat het probleem tussen Remco en mij net iets verder ging dan een kortstondige communicatiestoring tussen een man en een vrouw. We waren namelijk allebei smoorverliefd op hém. Het ging altijd om zín vrienden, zín boot en zín werk. Ik kookte, maakte schoon en liep volgzzaam achter hem en zijn planning aan. Er moest inderdaad iets veranderen, maar deze wending had ik niet voor ogen. Ingeruild voel ik me. Weggemofeld. En zonder pardon bij het grofvuil gezet.

★ ★ ★

Tja, niet echt een gezellige 'pageturner', mijn leven op dit moment. Meer dan een diep, eenzaam, zwart gat is het niet.

Overdag doe ik wat er van een onderwijzeres wordt verwacht, maar na sluitingstijd stromen de tranen over mijn wangen en weet ik niet hoe snel ik ongezien bij de auto moet komen. De enige ruimte die echt van mij is en veiligheid biedt. Alleen daar durf ik te huilen tot ik schor ben.

De 'Drie Dwaze Dagen' van de Bijenkorf, oftewel mijn persoonlijke 'wespennest', zijn kennelijk begonnen. Aan mij zit een labeltje met de tekst: *Niet goed genoeg? Geld terug! Ziet u ergens een dunner exemplaar, dan betalen wij u het verschil terug.*

2 *Gevoel? Een gevoelig puntje*

Hoeveel klappen moet ik nog incasseren? Hoeveel kan ik nog aan? Remco biecht op dat het vreemdgaan al een paar maanden speelt. Geen overspel, geen slippertje, maar een affaire!

Schuldbewust vertelt hij over zijn ex, bonenstaak Twijgje. Hoe hij haar weer was tegengekomen en hoe vertrouwd het voelde. Hij was er niet op uit om vreemd te gaan, maar het gebeurde toch. Bijna zonder dat hij er erg in had. Inmiddels een keer of acht!

Remco voelt zich er vreselijk schuldig over en hij beseft hoeveel verdriet het me doet. 'Daarom wil ik het uitmaken...' zegt hij zachtjes, starend naar de grond.

Ik slaak een zucht van verlichting. Het is niet niks wat hij me geflikt heeft, maar samen komen we hier wel uit. Op zijn gezicht is duidelijk af te lezen dat hij het moeilijk heeft. Ondanks alles houd ik van deze man.

Als ik hem wil knuffelen om te zeggen dat het goed komt, is hij me voor: 'Hallo, ik zeg dus dat ik het wil uitmaken met je!'

Mijn lichaam schiet in hetzelfde vacuüm als tijdens het lezen van zijn sms'jes. Wat wil hij met mij? Glazig kijk ik hem aan.

'Amber, moet ik het soms spellen?' zegt hij met hervonden krachten. 'Ik maak het uit. Met jou!'

Koel en berekenend gaat Remco door en meldt dat hij in ons zorgvuldig uitgekozen koophuis aan het water wil blijven wonen. Hij moet immers binnen vijftien minuten op zijn werk kunnen zijn. De gezamenlijke spullen kunnen we verdelen, mijn auto mag ik houden. De genadeslag komt als hij aangeeft dat hij met haar op vakantie wil. Onze vakantie! Met onze boot naar ons vaste stekkie in Frankrijk. Waar we de eerste twee weken van de zomervakantie heen zouden gaan. Het is niet te bevatten en doet zo'n pijn dat ik denk dat ik gek word...

De dagen daarna draaien Remco en ik om elkaar heen. Hij doet fanatiek zijn best om zichzelf voortdurend met kleding te bedekken. Zelfs in bed. Als tegenreactie banjer ik expres zo veel mogelijk poedelnaakt in zijn blikveld. Om hem uit te dagen en dwars te zitten, maar vooral in de hoop dat Remco spijt krijgt. Me vasthoudt, net als vroeger. Maar het enige wat hij doet, is geïrriteerd zijn gezicht afwenden.

Remco is nog zelden thuis. Onze verbondenheid ebt weg en het tij is niet te keren. Hoe graag ik het ook anders zou willen. Dat het min of meer uit is, grijpt me naar de keel. Ik, lekkerbek nummer één, krijg werkelijk niets meer door mijn strot. Door niet te eten stompt m'n gevoel af en dat verlicht heel even de loodzware steen in mijn maag. Tijdens het ontbijt staar ik naar een ontblote banaan die eerder lijkt op een vette naaktslak dan op een gezond tussendoortje. Niet bij machte om mijn tanden erin te zetten.

Als Remco terug is van zijn vakantie met haar, ben ik zo goed als ingepakt en is het de hoogste tijd om te vertrekken. Weg uit deze uitzichtloze situatie. In de slaapkamer stop ik kleding in een verhuisdoos. Opnieuw heb ik geen idee waar Remco uithangt. Soms is hij even thuis, maar meestal alleen voor schone kleren, om zijn was te doen en post op te halen. Zelden blijft hij slapen. We stemmen onze programma's niet meer op elkaar af, waardoor ik zeeën van tijd overhoud. Normaal gesproken zou ik daar blij mee zijn, maar nu niet. Totaal niet.

Tussen onze verzameling schoenen – Remco doet niet onder voor een vrouw – valt mijn oog op de videocamera. Hoe is die daar verzeild geraakt?

Hunkerend naar vertrouwde beelden van ons samen start ik de tape die erin zit. Het is een van de vele vakanties in Frankrijk. Meteen herken ik het heldere Meer van Annecy. De boot. Een shot van de omgeving. De gezellige terrasjes. Zijn blote bovenlijf. Heimwee borrelt omhoog. Welk jaar is dit eigenlijk? Het beeld

verspringt en dan zie ik... Twijgje! Mijn adem stukt en het lijkt of er een kartelmes ruw in mijn hart wordt gestoken. In shock kijk ik verder. Geen idee waarom, maar ik kan mijn ogen er niet van afhouden. Twijgje kijkt recht in de camera. Ze is gebruind en pijnlijk slank in bikini. Dan komt Remco ernaast staan. Hij kietelt haar. Ze lachen en een lange zoen volgt, met tong en al.

De vakantie die Remco en ik gepland hadden, maar die niet doorging. Niet voor mij. Starend naar het kleine schermpje beginnen mijn ogen te branden. Remco draait de camera naar zichzelf en zegt trots: 'Dezelfde boot. Hetzelfde Frankrijk. Ander meisje. Tadaáá...'

Met het laatste beetje zelfrespect pak ik mezelf en de rest van de spullen bij elkaar. Weg ben ik. Alle bijwerkingen van een stukgelopen relatie zijn op mij van toepassing: uitzichtloos, nutteloos, levenloos, ho-pe-loos!

★ ★ ★

Via via kan ik tijdelijk terecht in een deels gemeubileerde studio op de Eerste Helmersstraat. In roze topje rijd ik met een piepend en krakend bestelbusje heen en weer tussen mijn ex-huis en de nieuwe kamer. Aangemoedigd door het gefluit van bouwvakkers, wat me toch een beetje kracht geeft. De bestemming van mijn zomervakantie is veranderd van 'Côte d'Annecy' in 'Côte du Balcon' in Amsterdam. Voor mij een tot nu toe grote, onbekende stad, maar op dit moment het enige alternatief.

De inboedel is verdeeld. En zolang ik me aan de lijst houd, komt er geen extra gedoe. En dat is gunstig, want ik ben gedoe moe. Het enige waarnaar ik verlang – buiten een relatie met Remco – is mijn kop in het zand te steken. Loslaten is toelaten, maar ik kan het niet. Elke vezel in mijn lichaam smeekt vurig om terug te gaan. Dag en nacht! Ga terug. Ga in godsnaam terug!

Door het verdriet vast te houden lijkt het alsof ik Remco nog een beetje 'heb'. Echt, ik ben bereid om mijn verdere leven in zijn schaduw door te brengen, als ik hem maar niet hoeft kwijt te raken. Door zijn afwezigheid is het alsof er een lichaamsdeel van mijn lijf is gerukt.

Kortom, mijn leven staat nog steeds helemaal in het teken van Remco. Misschien zelfs wel meer dan toen we nog echt samen waren en een huis, bed en samenlevingscontract deelden.

Godzijdank is er één piepklein lichtpuntje in deze allesomvattende duisternis: mijn zusje Valerie!

3 *Gerechtigheid*

Sinds de breuk met Remco ben ik in rap tempo veranderd. Er is niets meer over van het sprankelende, net iets te dikke meisje en de soms best lekkere chick die ik was. Over de verdwenen kilo's maak ik me geen zorgen, maar voor de rest weet ik niet wie ik ben. Veel verder dan 'emotioneel incontinent' kom ik niet. Door de amputatie van Remco is bij mij alle prik uit de cola verdwenen. Een lege huls ben ik, waar je niets aan hebt. Een patiënt zonder medicatie. Een plantje zonder water. Leven zonder liefde. Compleet incompleet. Kortom, de natte droom van elke psycholoog!

Beslissingen nemen lukt niet meer. Kaas of appelstroop? Ik zou het werkelijk niet weten. Het ontbreekt me aan energie. De gedachte aan aankleden haalt het laatste beetje puf uit mijn lijf dat nodig is om daadwerkelijk op te staan. En ik zal toch echt een keer mijn haren moeten wassen. Maar daaraan denkend is een paniekaanval bijna niet te onderdrukken.

Inmiddels heb ik spijt dat ik niet de moeite heb genomen om het merkje uit al zijn statusverhogende Hugo Boss-overhemden te knippen, toen het nog kon. Dat ik die vreselijke vakantiefilm van hem en graatmagere Twijgje niet ritueel heb verbrand. Of met onze huissleutel haar onuitstaanbare naam stevig in de lak van zijn zorgvuldig gepoetste Volvo heb gekrast.

Ik deed het niet, omdat ik hoopte – nee, zeker wist – dat het wel weer goed zou komen tussen ons.

Alleen met mijn twee jaar jongere zusje Valerie blijf ik overeind. Zij is mijn houvast. En godzijdank woont ze ook in Amsterdam! Als een fruitvliegje blijf ik krampachtig in haar buurt. Zo lang mogelijk. Bij haar huil ik uit. Kan ik eindelijk hetzelfde treurige verhaal

vertellen, zonder dat ze me afkapt of veroordeelt. Oneindige kopjes thee en flessen wijn gaan erdoor. Met haar humor beurt ze me steeds weer op. Het maakt de band tussen ons onsterfelijk.

Geen seconde durf ik alleen te zijn – en dat gebeurt gelukkig ook nauwelijks. Het ene vriendinnetje vertrekt pas als het andere vriendinnetje binnenkomt. Maar vroeg of laat hebben al mijn vriendinnen én die van mijn zusje het helemaal met mij gehad en dan sta ik er écht alleen voor. Is zo'n patroon te doorbreken met een tegenbeweging?

Na weer een week van geforceerd toezicht neem ik een rigoureuze besluit. In een poging de eenzame sluipmoordenaar in mij te killen, wil ik geen contact met de buitenwereld: vanaf vrijdagochtend tot en met maandagochtend. Niemand om me heen. Alleen ik. Thuis. 'Amber, zou je dat nou wel doen?' vraagt Valerie bezorgd.

'Ja, ik denk van wel. Ik heb echt het gevoel dat dit nodig is. Dat ik hierdoorheen moet breken.'

'Beloof je geen gekke dingen te doen?'

'Nee joh, ik ga alleen een beetje voor me uit staren. En als ik het echt niet meer trek, weet ik je te vinden, oké? Geen zorgen!'

Helaas is het makkelijker bedacht en gezegd dan gedaan. Elk uur slaat de paniek minimaal één keer toe. Doelloos dolend door de kamer met brandende, opgezwollen ogen. Me geen raad wetend met mezelf en de eenzaamheid. Om de tien minuten sta ik met de telefoon in mijn hand om Valerie te bellen.

Daarbij lijkt ik wel een reptiel. Het ene moment heb ik het warm en het andere moment sta ik te rillen van de kou. Maar volgens de thermometer is er geen sprake van koorts, zelfs geen verhoging.

In het helderste moment van mijn eenzame opsluiting vat ik het plan op om op zoek te gaan naar een nieuwe hobby. Als afleiding voor het lijden. Iets waar ik mijn tanden flink in kan zetten. Iets wat niet gerelateerd is aan Remco of andere mannen. Maar wat? Mijn dagboek, schiet het door me heen.

De laatste keer dat ik erin schreef, is bijna anderhalf jaar geleden.

Toen ging het over de gesprekken die Remco en ik hadden over kinderen. Om dit terug te lezen is confronterend en hard. Het was mijn kindervens, want hij wilde niet.

Alles wat er komt, is goed, neem ik me voor. Om te voorkomen dat ik halverwege alinea één al tegen een *writer's block* aanloop.

Het is uit. Geen time-out, maar écht klaar. Over en sluiten met Remco. Het ene moment weet ik dat het zo is en verga ik van pijn, verdriet en frustratie. Maar het andere moment is het alsof 't niet gebeurd is en dat het weer goed komt. Wat ik het moeilijkste vind, is...

Ruw word ik uit mijn eerste, fragiele poging tot positieve actie verstoord als mijn mobiel gaat.

'Rém!' prevel ik met schorre stem, terwijl ik vol ongeloof naar het schermpje staar.

'Je mag niet opnemen', klinkt het streng in mijn hoofd. 'Maar misschien wil hij je terug', piept mijn bloedende hart. Als hij voor de derde keer belt, neem ik gulzig op: 'Hey hallo!'

'Zeg, heb jij de strijkplank en bout soms meegenomen? Ik heb een strak overhemd nodig', zegt hij zonder hoofd en hart. Remco heeft geen greintje inlevingsvermogen. Nooit gehad eigenlijk.

Maar dan neemt het gesprek een andere wending: 'Weet je eigenlijk wel wat jouw vertrek mij heeft aangedaan?' hoor ik zijn vertrouwde stem zeggen. Mijn oren beginnen te suizen. Zou mijn schatje dan ein-de-lijk tot inkeer zijn gekomen? Onmiddellijk vergeef ik hem de verloren tijd, zijn vergissing met Twiggje en de periode van intens verdriet. Hoopvol en klaar voor mijn comeback wacht ik af...

'Omdat jij de wasmachine mee had genomen en ik een nieuwe moest, stond ineens het hele huis onder water! Een lek in de afvoer', hoor ik hem zeggen.

'De houten vloer trok krom', gaat hij nietsontziend verder. 'Hij

moest er zelfs gedeeltelijk uitgehaald worden. Nu zit ik al dágen met een halfopen keukenvloer en torenhoge rekeningen!’

Het is alsof ik zojuist een verdoovingsspuit heb gekregen. Bevend zoek ik een hoek van de bank op. Dit trek ik niet meer. Wíl dit niet meer. Hij heeft te veel macht over me. Meer dan ik zelf heb. Remco zegt dat hij achter de strijkplank aan gaat – die nooit ergens anders heeft gestaan dan naast de droger – en hangt op.

Met een kussen tussen mijn opgetrokken benen sluit ik mijn ogen. Het plaatje van de kromgetrokken keukenvloer verschijnt in beeld. De plekken waar de vloer omhoogsteekt en waar sommige stukken verwijderd zijn. Een lelijke betonnen vloer. Echt iets voor hem! Remco heeft de grootst mogelijke hekel aan rotzooi, tegen het smetvreziger aan.

Wat erg voor hem, gaan mijn gedachten automatisch.

Maar dan zie ik het nog een keer. Het water, de planken, de enorme ravage.

Als in slow motion dringt het tot me door. Er verschijnt een voorzichtig, genoeglijk glimlachje op mijn gezicht. Het eerste sinds wéken. Dit is niet zielig. Dit is gerechtigheid!

★ ★ ★

Ik word wakker van de kou. Ben tot op het bot bevroren. Buiten schijnt de zon fel, maar het raakt me niet. Stijf en stram hijs ik mezelf uit de bank. Dat Remco zich maximaal opvreet over de troep en chaos in zijn huis, maakt me hongerig. Sinds lange tijd heb ik zowaar zin in iets lekkers. De opbrengst uit de keukenkastjes is een klein blikje maïs en een blikje cornedbeef dat nog net niet over de datum is. In de vriezer liggen doperwten, een restje brood en ijsblokjes. Na het losbikken van een boterham leg ik deze op een bord in het zonlicht om te ontdooien. Met een beetje bakboter, een uitje en wat kruiden maak ik even later de ‘clubsandwich’ helemaal af.

4 *Bijzondere standjes*

In een poging om me beter te voelen, waag ik me aan iets nieuws. Bikram Yoga. Deze yoga bevordert kracht, uithoudingsvermogen, evenwicht en flexibiliteit. Vooral dat evenwicht lijkt me wel wat, want ik ben behoorlijk uit balans de laatste tijd.

De les wordt gegeven in een verwarmde ruimte van veertig graden. Klinkt goed, maar als je de zaal binnengaat, is het net een sauna. Zorgvuldig zoek ik een vrije plek, ga net als de andere vroege vogels op een matje liggen en wacht af.

Het scheelde weinig of ik sliep. De ruimte die ik net nog had, is inmiddels verdwenen. Als een lapjesdeken is de vloer bedekt met matjes en handdoeken. Om claustrofobisch van te worden. Dan staat iedereen tegelijk op alsof een onzichtbare dirigent een teken geeft. Ik volg. Een magere man met baard komt binnen.

Dat is vast onze 'juf', denk ik lacherig.

'Namasté', klinkt het binnensmonds door de zaal.

Via de spiegelwand zijn de minuscuul kleine broekjes en topjes van lotgenoten te zien. Vergeleken met hen ben ik totaal overdressed én oversized, ondanks de door Remco kwijtgeraakte verdrietkilo's. Tussen deze geroutineerde yogi's heb ik verreweg de meeste stof en het meeste vet aan mijn lijf. De een is nog dunner en gespierder dan de ander. Als ik er na een paar lesjes ook zo uitzie, kom ik hier graag terug. De bebaarde man kijkt me aan en zegt: 'Welkom, leuk dat je er bent.'

Ik knik. Dan richt hij zich tot de zaal: 'Luister goed naar je lichaam. Vandaag is een andere dag dan gisteren. Als dit een van je eerste keren is, bouw het dan rustig op. De anderhalf uur uitzitten is al een prestatie op zich.'

Om mij heen vouwen mensen zich moeiteloos dubbel of bijna binnenstebuiten. Het ziet er heel ontspannen uit, maar als ik het-

zelfde probeer, krijgen sommige lichaamsdelen al gauw te weinig zuurstof en vers bloed. Van nature ben ik lenig, maar de korte broek geeft voor geen meter mee. Op mijn bezwete huid voelt de katoenen stof als een stugge zeemleren lap.

Door yoga hoopte ik mijn gedachten rustig op een rijtje te kunnen zetten. Dat ik nieuwe inzichten zou krijgen of een nog te ontdekken kracht zou voelen. Maar het enige waar ik aan kan denken, is hoe ik mijn lichaam in de juiste hoek krijg.

De behaarde juf kijkt me aan en zegt: ‘Bij deze oefening kun jij beter de liftende beweging maken in plaats van de draai.’

Als ik hem niet-begrijpend aankijk, zegt hij: ‘Je bent toch zwanger?’ In een reflex knik ik, maar wil het liefst de zaal uit rennen. Deze goedbedoelde belediging is, in combinatie met de intens mufte geur van mensen en te weinig zuurstof, te veel om te verdragen. Maar ik heb domweg de energie niet om uit de les te stappen. Dus in plaats van een ingewikkelde, liftende beweging te maken ga ik op het yogamatje liggen met gesloten ogen.

Een paar oefeningen later besef ik dat er al bijna een uur voorbij is. En met die kick til ik mijn rechterbeen gestrekt naar achteren en mijn armen naar voren, als een kurkentrekker die op één been balanceert. En even daarna betrap ik mezelf erop dat ik het plafond vanuit een wel heel aparte invalshoek bekijk. Geen idee dat dit mogelijk was, laat staan dat *ik* ertoe in staat ben.

Na negentig minuten is de les afgelopen. De leraar zegt dat iedereen nog even mag blijven liggen, maar voor mij is dat geen kwestie van mogen. Ik weet niet of het me ooit nog lukt om op te staan en blijf in comateuze toestand liggen. Al mijn lichaamsvocht en goeie bedoelingen zijn in de handdoek getrokken. Bewegen of nadenken is onmogelijk. Is mijn doel toch nog bereikt. Heel zen. In de kleedkamer stuit ik op een nieuwe uitdaging. De korte broek die zich vastzuigt aan mijn huid losspellen en de al net

zo flexibele skinny jeans aanhijsen. Bij de minste of geringste beweging begint het zweten opnieuw. Dat wordt de volgende keer gewoon een slobberjoggingbroek. Want wie de eerste les heeft overleefd, krijgt de tweede gratis. En dat laat ik me als oer-Hollandse geen twee keer zeggen. Al betekent het dat ik ondersteboven met mijn linkervoet achter mijn rechteroor moet krabben.

Je wordt er sterker, soepeler en evenwichtiger van. En in mijn geval ook een beetje zwanger.

‘Namasté.’

★ ★ ★

Ook de tweede les begint baardmans over mijn zogenaamde zwangerschap. Dit keer raakt hij zelfs mijn buik even aan. Hem zeggen dat hij het mis heeft en me eigenlijk diep beledigt en kwetst, durf ik niet. Dus praat ik maar met hem mee en vertel dat ik *het* af en toe al voel schoppen. In plaats van de confrontatie aan te gaan vermijd ik dit soort situaties liever. En dat geldt vanaf nu ook voor de yogajuf. Hoe gezond zijn lessen ook zijn.

Voortaan fiets ik liever naar de sportschool om op een stepapparaat gedachteloos naar de televisie te staren. Dat is zen genoeg voor mij. ‘Namasté, olé!’