

---

# Rubens Schone vertelt, 2014

---



Editie 2014

door Ingrid Jansen

---

*Creative Commons: CC-BY-SA*

Waar te beginnen? .....	4
Ruzie om een fles wijn .....	6
Niet te bevatten: Rosetta, Philae en Komeet #67P .....	8
Op een bankje .....	11
Schaarse stilte .....	12
Ansichtkaarten .....	14
Naar 't Spoorwegmuseum.....	16
Vakantie .....	19
Diogenes en hebben .....	20
Stukke koffie en cups.....	22
Kunstmatige hersens en denkende auto's .....	24
Levende sterren .....	26
Samen koffie halen .....	28
Peren en sweeties .....	30
Fietsmuizenissen.....	31
Gedoe op de Grote Markt .....	35
Elke dag een astronomisch plaatje .....	37
Een huwelijksbootje vaart langs .....	39
Gatsie wat stinkt dat eigenlijk.....	40
Vies weer! Of niet?.....	42
Smoothies .....	43
Je rug is eigenlijk best belangrijk.....	44
Zin in de lente .....	46

Zeuren over broekzakken .....	47
Niet echt, net echt.....	49

# Waar te beginnen?

Van de zomer heb ik een broodbakmachine gekocht. Ik had over zelf brood bakken gelezen, maar dat las alsof het best ingewikkeld was: het deeg mocht niet te droog, niet te plakkerig, niet te zus en niet te zo wezen. Er stond bij dat je 't door een broodbakmachine zou kunnen laten kneden, en zelfs bakken. Dus heb ik er na wat sparen een gekocht, en daar stonden ook gelijk recepten in de handleiding. Een mooi startpunt om te beginnen met zelf brood bakken.

En dat doe ik, meestal. Soms vergeet ik 's avonds de machine te vullen en aan te zetten, en dan ben ik de volgende ochtend blij dat ik supermarktbrood in de diepvries heb. Meestal laat ik de machine gewoon volkorenbrood-met-de-helft-minder-zout-als-in-t-recept-staat maken, maar soms doe ik er wel wat bij: een beetje cacaopoeder, of een beetje van het water vervangen door sinaasappelsap, of wat uit het potje "italiaanse kruiden" uit de supermarkt met een aan stukjes gesneden paprika. Gaandeweg werd ik driester en begon ik zelfs op internet te neuzen, zo heb ik een keer bananenbrood gemaakt en heb ik nog wat andere probeerdingen op 't verlanglijstje staan. Soms, als 't niet gelukt blijkt te zijn, ben ik blij dat ik supermarktbrood in de diepvries heb.

Maar meestal gaat dat eigenlijk best aardig, dat zelf brood bakken. Nou ja, niet echt zelf natuurlijk, want de machine doet 't werk.

Dus groeit in mij het verlangen om ook eens wat meer diner zelf te gaan koken. Of het in elk geval te proberen, wie weet zou ik dat zelfs wel leuk kunnen gaan vinden. Als je 't nooit probeert, weet je 't ook nooit. Momenteel kook ik niet echt, dat wil zeggen niet zoals die mooie plaatjes die je op internet vaak ziet, maar eetbaar is 't resultaat meestal gelukkig nog wel :).

Meestal roerbak ik zo'n beetje (want ze zeggen dat dat beter is voor de vitamientjes in de groente): gesneden aardappels in de wokpan, groenten er bij, een beetje roerbaksaus-uit-het-potje er bij en hopen dat het resultaat eetbaar is. En het gebeurt ook regelmatig dat ik een magnetronmaaltijd haal, vooral na een rot dag. Daarmee wordt het "koken" dus wachten op de ping terwijl je schuldig bedenkt dat er niet eens tweehonderd gram groente in het pak zitten, laat staan vijfhonderd gram. En ze zeggen dat je vijfhonderd gram

groente op een dag moet eten, want gezond. Ik vraag me altijd af hoe ze dat doen: vijfhonderd gram is best veel.

Dus dacht ik mezelf eens te gaan verdiepen in koken, want ze zouden groenten vast gewoon heel lekker klaarmaken, dacht ik. Dat wil zeggen, dat moet toch kunnen? Groente lekker klaarmaken? Ik ben totaal geen groente-eter, maar ik veronderstel dat je zelfs gróente lekker klaar kunt maken. Dus ik op internet eens gaan rondneuzen. Nou, dan voel je je meteen hopeloos verloren, want er is véél! Je weet gewoon niet waar je beginnen moet! De moed zakte me na een uurtje surfen weer in de schoenen.

Een paar weken later was ik in de stad, dus ben ik eens gaan kijken bij de boekwinkel in de Guldenstraat. Van der velde of zo is dat tegenwoordig. Daar bleken ze ook heel veel boeken te hebben: het leken er echt honderden, over frans en italiaans en chinees en japans en noem het allemaal maar op. Ik stond er even naar te kijken, bekeek wat kaften en las wat flapteksten. En voelde me hopeloos verloren. Waar moest ik in vredesnaam beginnen??

Toch denk ik dat ik nog steeds wel eens tijd wil maken om mezelf te leren koken. Anderen kunnen dat ook, dus moet ik dat ook kunnen leren.

Maar eerst moet ik denk maar eens gaan beginnen met bedenken waar ik eigenlijk wil beginnen.

# Ruzie om een fles wijn

Het is weer de tijd van het jaar. Kerstpakketten. Of kerstattenties. Hoe je 't ook noemt, zo rond deze tijd wordt 't weer uitgedeeld. Wij kregen vandaag een mail dat we eentje konden ophalen in kamer zoveel. Dus ik naar kamer zoveel.

Blijkt de kerstattentie te bestaan uit een reep chocolade en een fles wijn. Nou drink ik geen wijn en hou ik niet zo van chocolade (gek eigenlijk, niet houden van chocola; vroeger was ik er dol op maar tegenwoordig? Jègh! En warme chocolademelk vind ik dan weer wel heel lekker).

Onze kerstattentie bleek dus te bestaan uit twee dingen die ik stiekem niet zo blief. Dus had ik eigenlijk niks.

Het stemmetje in mijn achterhoofd vond dat hélemáál niet leuk en het begon meteen te razen en te tieren. Ik ging het stemmetje in gedachten op de tenen staan, beheerste me, lachte beleefd en bedankte vriendelijk. Tenslotte was het goed bedoeld, dus het stemmetje in mijn achterhoofd kon het dak op!

Maar zo makkelijk geeft het stemmetje het meestal niet op, dus nu ook niet. Het wachtte alleen zijn kans af. Toen ik later bij de bushalte een beetje om me heen stond te kijken en goedgehumeurd aan niks stond te denken, gooide het plotsklaps zijn volle gewicht in de strijd. Op die typische gemene, vijandige en totáál onredelijke stemmetje-in-het-achterhoofd-manier gaf het mij de schuld en deed het zijn best om mij de put in te schreeuwen:

"Zie je wel! Dat komt omdat je stom bent!! En abnormaal!! En anders en niet erbij horend en niks waard! En had ik al geschreeuwd dat je stom bent?!!"

Zo raasde en tierde het stemmetje in mijn achterhoofd. Gelukkig heb ik ook nog ergens een flinke dosis gezond verstand en dat besloot daarop tot tegenmaatregelen. Denkend aan de mindfulnesscursus die ik eerder dit jaar mocht doen begon ik te letten op mijn ademhaling terwijl ik me fanatiek concentreerde op de vorm van een stoplicht dat even verderop rustig op rood stond te staan. "Stop", zei het stoplicht tegen mij. "Stop en haal adem."

En zo stond ik mindful wezend op ademen lettend rustig te wachten tot het stemmetje uitgetierd was. Waarop mijn verstand tegen me zei: "ach het was toch goed bedoeld? (antwoord van het stemmetje: "de weg naar de hel is geplaveid met goede bedoelingen)

Je bent misschien anders maar daarom niks minder of meer, net zo goed als alle andere mensen". En na een heel flink poosje "doorgaan met ademen" (zoals mijn Oma het gezegd zou hebben) en naar de discussie tussen mijn verstand en het stemmetje luisteren, kwam de achtbaan in mijn hoofd weer in wat rustiger vaarwater. Toen ik thuiskwam, lag de deurmat tjokvol kerstkaarten.

Dat vrolijkte het stemmetje meteen weer op. "Zie je wel", zei mijn verstand liefdevol tegen het stemmetje, "we horen er wel bij, mensen vinden ons heus wel aardig en lief ook als we anders zijn.". En zo kwam ook dit keer weer helemaal goed met de ruzie tussen mij en mezelf om een fles wijn.

# Niet te bevatten: Rosetta, Philae en Komeet #67P

Ergens, vijfhonderd miljoen kilometer van hier in de lege kou en eenzame duisternis van de ruimte, is een machientje ter grootte van een wasmachine geland op een badeendvormige sneeuwbal van een kilometer of vier groot.

Er waren wat problemen en vragen en onzekerheden, maar toch. Hij is geland. De sneeuwbal in kwestie is zo klein dat 'ie vrijwel geen zwaartekracht heeft: het machientje weegt op aarde iets van 100kg zeggen de heren en dames sterrenkundigen, maar dáár schijnt het net zoveel te wegen als een velletje papier of een pingpongbal of zo hier doet. Het ding kan dus zomaar weer weg waaien. En de sneeuwbal is een komeet onderweg naar de zon, dus er is alle kans op wegwaaien.

Niet te bevatten.

Schieten op een vlekje stof dat zo gigantisch ver weg is, en dan nog raak schieten ook.

Da's knap.

Tien jaar geleden vertrok een ruimtevaartuigje van onze Europese ESA om op weg te gaan naar een komeet. Een poosje geleden is Rosetta (zo heet het ding) aangekomen en afgelopen woensdag is de lander die Rosetta meegenomen had (en die Philae heet) succesvol geland op een komeet. Op die badeendvormige komeet waar de afgelopen maanden zoveel foto's van overal rondzwerven. Ongelooflijk. Terwijl ik dit typ zit ik weer vol bewondering te grijnzen achter de monitor; de kleine sterrenkundige in mijn achterhoofd gaat helemaal uit haar dak van enthousiasme en zat woensdag aan het eind van de middag vol spanning naar de webcast van de ESA te kijken.

Nog nooit vond ik het zo spannend om een heel half uur te kijken naar een scherm waarop te zien was hoe mensen naar een schermje keken.



't Is niet te bevatten, tien jaar en vijfhonderd miljoen kilometer.

Tien jaar onderweg: toen Rosetta in 2004 gelanceerd werd, bestonden smartphones nog niet eens. En facebook niet, en twitter niet. Gmail kwam in 2004, en Windows en Lindows (ja mede-nerds, dat was toen nog Een Ding) hadden ruzie over elkaars naam en "blog" was het woord van het jaar. Vertis was nog Vertis en van overname was nog geen sprake. We hadden amper twee jaar de euro en we verlangden nog collectief terug naar guldens. 2004 was ook het jaar van de aanslagen in Madrid, de start van het proces tegen Saddam Hussein, de zomerolympische spelen in Athene en de eerste release van het Unix-OS Ubuntu. We begonnen op te krabbelen uit de put van de ergens in 2001 geknapte internetzeepbel.

En dan die afstand. 500 miljoen kilometer. Ik heb 't eens uitgerekend en da's ongeveer 12.500 keer om de aarde heen. Da's vijf miljard voetbalvelden. Da's tien miljard baantjes in een 50-meter-zwembad. Stel dat je tien seconden over één baantje doet (geen idee of dat realistisch is eigenlijk, maar 10 seconden is een mooi rond getal), dan moet je zo'n 3171 jaar op topsnelheid blijven zwemmen om die afstand te halen. Of stel dat je in een auto zit die 120 kilometer per uur rijdt, dan moet je 475 jaar blijven doorrijden, en had je in 1539 moeten beginnen met rijden. Da's zelfs nog voor de gouden eeuw en de tachtigjarige oorlog.

500 miljoen kilometer is ver.

Heel ver.

Gigántisch ver.

't Is niet te bevatten, en ik vind het heel erg knap.

En voor de zuurpruimen die vinden dat dit weggegooid geld is, die nodig ik uit om in eigen huis eens te kijken naar alle spullen die een spinoff zijn van diverse ruimtevaartprogrammas: [http://spinoff.nasa.gov/Spinoff2008/tech\\_benefits.html](http://spinoff.nasa.gov/Spinoff2008/tech_benefits.html)

Naast dingen als bijvoorbeeld tornado- en orkaanwaarschuwingen (oké dat is dan weer vooral nuttig als je in orkaanlanden woont, maar goed), weersvoorspellingen en je gps-navigatiedingetje op de smartphone in je zak. Ruimtevaart blijkt een investering in het leven van onze kleinkinderen en achterkleinkinderen.

't Is niet te bevatten, ik vind het heel knap dat mensen dit kunnen.

En durven.

Want serieus: landen op een komeet!

Wie bedenkt dat nou?

Laat staan om dat nog te gaan doen ook!

Ohja; en tenslotte nog even de fantastische XKCD <http://xkcd1446.org/#0> over de komeetlanding. Let vooral op het Status Report rechtsonderin; dat wordt steeds grappiger en meliger :)

# Op een bankje

Op een bankje

Heerlijk rustig op een bankje

Op een bijna leeg perron

Op een bankje

Stil genieten op een bankje

Van de warme herfstzon

# Schaarse stilte

Tegenwoordig krijg je overal ongevraagd muziek om je oren geslagen: in de kledingwinkel, tijdens de koffie in het kleine restaurant, in de lift, in de wachtkamer van de tandarts en in de wachtrij bij de telefonische helpdesk. In het restaurant een poosje geleden had de Cubaanse muziek best wel een stuk zachter gekund. In het winkelcentrum mogen ze van mij de muziek wel uit laten.

Niks rustig lopen, zitten, zijn. Muziek is overal. Muziek is gratis, lijkt wel, want het wordt immers overal ongevraagd aan je opgedrongen. Ergens weet je wel dat dat niet zo is natuurlijk en dat er muzikanten hard voor moeten werken, maar als je ergens binnenstapt en weer eens met niet-zo-fijne te hard staande (en dan ben ik nog wel slechthorend) muziek te maken krijgt, is dat soms wel irritant.

Eigenlijk is het nergens meer echt stil. Behalve thuis dan, en daar heb ik maar zelden muziek aan. Een teevee heb ik niet eens meer. Zalige stilte is dat dan. Luisteren naar het gedrup van de regen buiten, wind die ruist - of stormt - in de bomen, en in de lente in de ochtend naar zingende vogels. Of gewoon luisteren naar het niks.

Stilte lijkt bijna wel een bedreigde diersoort.

Maar dat is natuurlijk niet altijd zo geweest. Ooit waren er geen radio's of teevees of mp3spelers-met-duizend-liedjes-in-je-binnenzak. Dan was het stil thuis, als je alleen woonde (als je alleen woonde, dat gebeurde natuurlijk niet zoveel vroeger). Als je dan muziek wou horen moest je een heel eind lopen of fietsen (want auto was duur en luxe) naar een gelegenheid waar ze een jukebox hadden, en waar je dan naar Bill Haley of zo kon luisteren. "Muziek luisteren" was een activiteit op zich.

En nog vroegerder, voor de jukebox en voor de fonograaf kon je alleen naar muziek luisteren als je het zelf maakte. Ze zeggen dat wij met ons allen toen ook veel meer zongen, bij het werk en 's avonds met het gezin en zo meer. En ik kan me heel goed voorstellen dat bijvoorbeeld een groep matrozen aan boord van een schip zeilen hijst terwijl ze samen een shantylid zingen. Dan blijf je ook lekker in het hijsritme met elkaar.

Soms zou ik best wel eens in een tijdmachine willen stappen om te zien of dat echt zo was.  
En wat ze dan zongen. Maar ja, klanken fossiliseren niet. Dus dat kan niet.

Tenzij een echte Willy Wortel een vasofoon uitvindt, natuurlijk.

In de tussentijd geniet ik graag van de stilte.

Van die o zo schaarse en o zo zalige stilte.

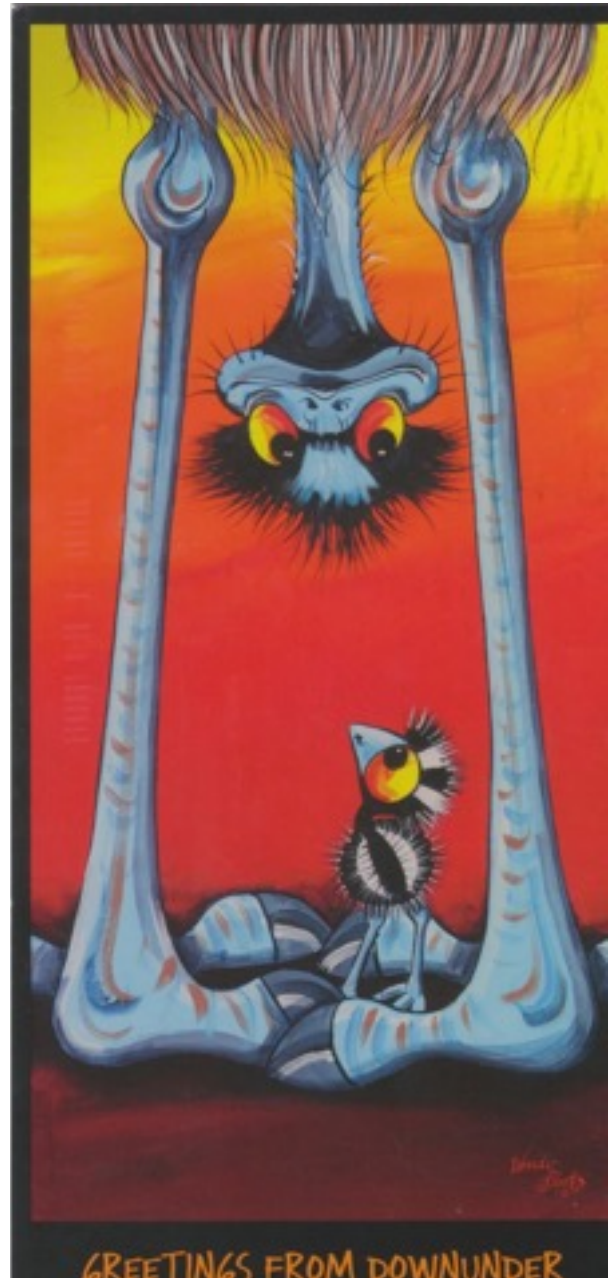
# Ansichtkaarten

Voor ansichtkaarten heb ik altijd een zwak gehad. Als ik een pen of een envelop nodig heb, kijk ik in de winkel altijd even bij de kaartjes. Verjaardagskaartjes, jubileumkaartjes, zomaarkartjes. Leuk! Bij de Bruna op het station even kijken naar de toeristenansichtkaartjes. In een vreemde stad op zoek naar een kaartjeswinkel en kijken wat voor toeristenkaartjes ze daar hebben. Ik stuurde nooit wat. Naar wie kan ik iets sturen? Voorzover ik wist vond iedereen dat maar raar, die kaartjestic. Maar gewoon in mijn eentje even kijken was ook al leuk.

Zo ging het lang. Heel lang. Tot een poosje geleden, toen ik er achter kwam dat veel meer mensen een kaartjestic hebben.

Een paar maanden geleden kwam ik in het happinez tijdschrift namelijk een artikel tegen over een site die postcrossing heet. Het klonk goed, dus ik de interwebz inklimmen om naar die site te kijken. Blijkt het een site te zijn voor mensen die van ansichtkaarten houden. Een kaartjestic hebben, dus, net als ik. Dus ook een site voor mij! Na wat rondkijken en rondklikken heb ik een profiel aangemaakt en mijn eerste adres gevraagd. Van de site moest ik een kaartje sturen naar iemand in de Verenigde Staten.

Inmiddels zijn we alweer een aantal maanden verder en heb ik al tien kaartjes gestuurd, naar de VSA, naar Duitsland en Rusland en Japan en China en overal heen. En een stuk of zeven teruggekregen, overal vandaan. Hartstikke leuk, om thuis te komen en een kaartje uit Verwegistan op de mat te vinden, al vraag ik me soms wel bezorgd af wat de postbode eigenlijk wel niet moet denken van al die kaartjes uit rare plaatsen.



Je kunt een profiel aanmaken waarin je wat over jezelf kunt vertellen, en over het soort kaartjes wat je wilt ontvangen. Alle verzonden en ontvangen kaartjes komen er ook in terecht, je scant ze in en zet ze op je prikbord. Ik heb in mijn profiel gezegd dat ik graag lees over waar je woont en je werk en dagelijks leven. Interessante feitjes. Van die gewone dingen die voor een vreemde misschien helemaal niet gewoon zijn.

En soms schrijven mensen daarom hele leuke dingen. Soms schrijven ze alleen maar "happy postcrossing", maar soms schrijven ze de kaart helemaal vol met van alles en nog wat. Een meisje van elf uit Duitsland schreef op een kaart met twee katten dat ze dol is op katten en honden. Op zo'n schattige (duitstalige) elfjarigentoon. Iemand uit een stad die Chengdu heet (en die ik op moest zoeken op de kaart/Google Maps omdat ik geen flauw idee had waar dat ligt) vertelde dat ze studeerde aan de Universiteit voor Traditionele Chinese Geneeskunst. Wat mij leerde dat er dus kennelijk een universiteit bestaat voor traditionele chinese geneeskunst (en dat die staat in een stad die Chengdu heet). Iemand uit de VSA vertelde dat hij professioneel fotograaf was, en stuurde een kaart met een foto die hij zelf gemaakt had



En vandeweek heb ik een kaart gekregen uit Wit-Rusland, Belarus heet het nu kennelijk (want dat staat op de kaart) met een plaatje van een kerstkaartachtig huis met een typisch getekend ierse-leprechaun-achtig oud mannetje er op. Ze schreef dat dat een Damavik of Domovoj was en dat dat een huisgeest was. Ik moest meteen aan het verhaal van de schoenmaker en de

kabouters denken. Ik had nooit gehoord van Damavik en heb met interesse het stukje op Wikipedia gelezen dat Google uiteindelijk voor me vond.

En zo leer ik iedere keer weer wat. Iets totaal onverwachts vaak, over heel verschillende dingen en dat is superleuk! En ik mag kaartjes sturen, ik heb alweer een paar nieuwe in huis om te sturen, met de Oale Grieze er op en met het hoofdstation en gezellig gevulde terrasjes op de Grote Markt. En ik kijk vooruit naar het volgende kaartje dat ik ontvangen zal. Waar vandaan zal het komen? En wat voor interessant feit zal er op geschreven staan?

# Naar 't Spoorwegmuseum

Al vaker had ik er over nagedacht maar nog nooit was ik er echt geweest: het spoorwegmuseum in Utrecht. Dus toen ik dagkaarten kocht in een blokkeraanbieding, moest ik daar ineens weer aan denken. Misschien moest ik er toch maar eens heen. Ik had vakantie nu, immers.



Er bleek een trein heen te gaan vanaf Utrecht Centraal. Een van de weinige musea die een station op zich is, denk ik. De trein erheen was een ouwe gele met een hondkop aan de voorkant. De airconditioning bestond uit ramen die je open kon zetten en de motor gromde onder mijn voeten. Een goed begin, zo'n echte oude trein. Ook al stond er gewoon een chippaal bij het museum waar je uit kon checken.

Aangekomen wou ik eerst koffie (want dat had ik vanaf Groningen niet meer gehad), dan kon ik ook meteen rustig even de plattegrond bekijken die ze me bij de ingang gegeven hadden. Ik zag al snel dat ze het museum ingedeeld hadden in werelden, genummerd van een tot en met vijf. Ik begon dus braaf bij hal of wereld een.

Bij de deur stond een mevrouw die me een kastje gaf en een koptelefoon. Het kastje kon ik harder zetten zodat zelfs ik het goed verstaan kon. Ik stapte de deur door een hokje in die er uitzag als een hele oude mijnlift. De deur ging dicht en ik greep me stevig vast aan een handvat. Die handvaten zaten er vast niet voor niks, dacht ik net voordat de bodem begon te trillen en schudden.

Hoewel de "lift" op zijn plek bleef had je toch best wel het idee dat je ergens heen ging. Volgens de stem van het kastje gingen we terug in de tijd en zouden we uitkomen in de negentiende eeuw. Uiteindelijk hield het schudden op en ging er een deur open. Ik stapte erdoor en stond in een mijn gang. Met rails op de grond en een mijnkarretje volgeladen met kolen.



Terwijl de stem in het kastje vertelde over kolen en kanaries bewonderde ik alles om me heen. Helemaal toen we even verderop uit de mijngang in een mijnwerkersdorp terecht kwamen. Het was echt een attractie, zoals in de Efteling. Mooi vormgegeven, net echte stenen muren en alles en details die klopten: een bureaul kalender met de juiste datum, een nepmuis die mechanisch over de balken trippelt. Alles met elkaar was ik alweer toe aan koffie toen ik klaar was met wereld een bewonderen.



Deel 2, of wereld 2, gaat over de Oriënt Express en zo. Zeg maar begin twintigste eeuw, toen je per trein door heel Europa kon reizen. Er staat een zitplaatsrijtuig en een restauratiewagen en je verwacht bijna Hercule Poirot er uit te zien stappen terwijl hij met zijn gedachten bij een moordzaak is die hij onder handen heeft. Erg mooi, je krijgt zoveel zin om eens in die periode rond te kijken. Die periode heeft me altijd getrokken, en dan vooral een trein naar het toen nog magische en mystieke Oosten.

En ook heb ik zin om Agatha Christie's moord in de Oriënt express te herlezen.

Ergens anders stonden rijtuigen van de Nederlandse tweede (char á banc) en derde klas (de waggon). Het oogde weinig, een open rijtuig met bankjes. Geen ramen, geen kachel. Een frisse, en in de winter zelfs koude bedoening. Gelukkig hebben we nu 's winters wel een kachel in de trein. Ik moest aan Eline Vere denken bij het zien van de waggon, en hoe ze in het boek aan mevrouw van Raat uitlegt hoe simpel reizen is. Ze zei dat men eens wat vroeg en informeerde en dat "men in zijn waggon ging zitten". Zou zij echt derde klas gereisd hebben? Dat verbaasde me wel; in het verhaal beweegt Eline zich in nogal welgestelde milieus en dan verwacht je eigenlijk stiekem dat ze eerste klas reist. Maar kennelijk had Louis Couperus het toch anders met haar voor want de door Eline genoemde waggon blijkt toch echt derde klas te zijn.

Er waren verder ook nog een klein achtbaantje (engheidsniveau "kinder" dus precies goed voor mij) en een kleinschalige theatervoorstelling van één acteur, drie decors en twintig minuten verhaal.

En treinen! Veel treinen, stoomlocomotieven en rijtuigen van vroeger. Een oude postwagon met de postzakken en sorteervakjes er nog in. Daar werd de post gesorteerd terwijl de trein onderweg was. Toen dat nog met de hand ging. Veel te zien, veel te kijken en veel jezelf voor te stellen hoe dat vroeger geweest moet zijn.

Voor een treinenliefhebber als ik is het spoorwegmuseum een prima bestemming!



# Vakantie

Het is lunchpauze. Eigenlijk is die alweer voorbij voor de meesten dus is het lekker rustig in de kantine. Kan ik even rustig eten, en een stukje schrijven.

Vandaag is mijn laatste volledige dag voor de vakantie. Morgen nog een halve dag en daarna tweeëneenhalve week niks. Nou ja, niks, geen computerproblemen op te lossen. Eigenlijk kan ik dat nog helemaal niet bevatten. Mijn verstand weet het wel, maar gevoelsmatig heb ik nog niks van "Jeuj", of zoiets. Zal maandag wel komen, als ik zit te ontbijten en niet maar het werk hoeft.

Toch ben ik wel blij met die twee week. Het valt me de laatste tijd steeds vaker op van mezelf dat mijn tenen steeds langer worden, bijvoorbeeld. Stukken langer dan me lief is, waardoor ik veel gauwer gefrustreerd en kwaad ben dan ik wil. En dan word ik weer kwaad op mezelf omdat ik kwaad word...

Het wordt steeds lastiger om niet te grauwen en snauwen. En ik wil niet grauwen en snauwen, want dat voelt zelf niet leuk en is voor de mensen om je heen ook niet leuk. Na veertig jaar ervaring met mezelf weet ik wel dat ik heel gemeen uit de hoek kan komen als ik niet tot tien tel. Alhoewel tot honderd tellen vaak beter lijkt dan tot tien. Tien is zo kort!

Ja ik ben blij met twee week vakantie. Ik ben er toch wel een beetje veel aan toe, geloof ik.

# Diogenes en hebben

Ooit, toen het nog klassieke oudheid was, woonde in Griekenland een meneer die Diogenes heette. Ze zeggen dat hij sliep in een regenton, of amfora misschien, en dat hij er bewust voor had gekozen om te leven met zo min mogelijk bezittingen.

Zelf maakte ik met Diogenes voor het eerst kennis in een Suske en Wiske, waarin hij getekend werd als een meneer van middelbare leeftijd die gekleed was in iets toga-achtigs. Toen hij Lambik bij een fontein zag drinken, waarbij Lambik zijn handen als kommetje gebruikte, riep hij "Eureka!" en gooide meteen zijn drinkbeker weg. Want die had hij niet meer nodig. En hoe minder bezittingen, hoe beter, schijnt hij gevonden te hebben. Alsof bezit vergif is, of zo.

Misschien is bezit ook wel een soort van vergif. Vergif voor je hoofd, voor je denken.

Sommige dingen zijn natuurlijk noodzakelijk, zoals bijvoorbeeld een lekkere dikke warme winterjas bij tien graden Celsius onder nul. Of een boterham elke ochtend. Want je wilt immers niet doodvriezen, en je wilt ook regelmatig wat te eten hebben, want overleven.

Maar daar voorbij? Hoeveel spullen hebben we met elkaar nou eigenlijk echt nodig?

Het is makkelijk om te denken dat je iets nodig hebt. Dat wordt je ook aangepraat door reclames overal om je heen, het idee dat je die nieuwe iWatch of iTime of Samsung Gear echt nodig hebt. Dat je die nieuwe deodorant, parfum, teevee, autoradio, wasmiddel en noem maar op echt nodig hebt. Reclamemakers willen je dat natuurlijk ook graag aanpraten, want anders verkopen hun bedrijven niet genoeg. En er moeten spullen verkocht worden, want geld moet rollen. We hebben met de financiële crisis allemaal kunnen ervaren wat er gebeurt als 't niet meer rolt maar stil ligt.

Maar toch.

Wat heb je nou eigenlijk echt nodig? Ik vraag me dat dagelijks af. Wat heb ik nou echt nodig? Wat kan ik eigenlijk beter weggooien? Waarom wil ik dat nieuwe dingsigheidje nou eigenlijk écht hebben? Ja, koffie 's ochtends, bijvoorbeeld. Heb ik dat echt nodig? En als ik

vind dat ik koffie nodig heb 's ochtends, ga ik dan lekker gemakkelijk een koffiemachineding aanzetten of ouderwets handmatig opschenken? Het gemak wint het dan al gauw, ook bij mij.

Maar bezit kan dan leuk en gemakkelijk en soms noodzakelijk zijn, het is ook gedoe.

Je auto die door de APK moet, een koffiemachine die ineens stuk is en waarvan je vindt dat je een nieuwe nodig hebt omdat je jezelf niet zonder koffie 's ochtends kunt voorstellen. Een koophuis hebben en lekkerij hebben in de douche, of een rooklucht in de meterkast. Een verse scheur in de muur na de laatste aardbeving. Allemaal gedoe.

Ik blijf het me afvragen: heb ik dat écht nodig? En zo ja, waarom vind ik dan dat ik dat nodig heb?

# Stukke koffie en cups

De koffiemachine was stuk. Als je er een pad in deed, water in deed en op het knopje drukte, rammelde en knorde er wat, maar gebeurde er verder niks. Geen koffie. En ik had nog geen maand geleden geontkalktgedingestgedaan.

Een weekendig ontbijt zonder koffie is niks, dus nieuwe halen maar. Op naar de saturn.

Het voordeel van zo'n grote winkel als de saturn is dat je veel keus hebt. En als je de verkopers weet te ontwijken kun je nog rustig rondkijken ook.

Het nadeel van zo'n grote winkel als de saturn is dat je veel keus hebt. Koffiezetters, senseos en van die cupmachines staan vriendschappelijk naast professionele espressomachines. En welke moet je dan nemen?

Bij de nespresso-koffiecupdingen liep een meneer rond met Nespresso op zijn overhemd. Ik vroeg hem naar die cups. "Ik kan wel een kopje voor je zetten, hoor. Dan kun je zelf proeven! Houd je van sterke of zachte koffie?" En toen ik zei dat ik van zachte koffie hield, pakte hij een oranje cupje.

En het was erg lekkere koffie.

Zo lekker dat ik helemaal geen melk en bijna geen suiker nodig had. En het typische bittere randje dat je bij de meeste koffies proeft, was nergens te bekennen. Dit was geen gedachtenloos-achterover-giet-koffie, dit was er-even-goed-voor-gaan-zitten-geniet-koffie! Ik was dan ook eigenlijk meteen overstag want ik houd toch wel erg van als dingen lekker smaken.

Nog in de winkel meldde de verkoper mij aan bij de website, machineserienummer en dergelijke registrerend bij mijn emailadres. Later thuis op internet zoeken blijkt er een hele club omheen gebreid te zijn waarvan ik nog niet weet of het een marketing-gimmick is of iets nuttigs. Maar dat ontdek ik nog wel.

En vanochtend heb ik mijn eerste kopje nespressokoffie gehad. Er zit van elke smaak een cupje bij de machine dus er is veel te proberen. Ik voel me al bijna die knappe-nespresso-reclame-meneer :)

En ik ga voortaan thuis lekker even de tijd nemen voor het koffiedrinken. Voor het gedachtenloos achterover gieten neem ik dan wel een glas water.

# Kunstmatige hersens en denkende auto's

Op arstechnica las ik vandeweek dat ze er in geslaagd zijn om kunstmatige neuronen te maken. Neuronen zijn de cellen waaruit je hersens bestaan, en ze schijnen nogal typisch te zijn. Nou vraag ik me af of een heleboel van die kunstmatige neuronen bij elkaar ook echt zouden werken als echte neuronen.

En of computers en robots dan echt zouden kunnen denken, zoals wij. Zouden ze bewustzijn kunnen ontwikkelen? Een heleboel mensenneuronen bij elkaar in je hoofd kunnen en doen dat immers ook.

Stel je eens voor. Een computer met bewustzijn. Een levende computer dus eigenlijk.

Wat zouden ze van ons vinden? Bijvoorbeeld als je zo'n denkende computer in een Google zelfrijdende auto stopt. Krijg je dan een soort echtelevenCars met een echte Takel en een echte Lightning McQueen en een echte Guido en zo? Een auto met karakter? Maar dan echt karakter en niet zoals dat nu bedoeld wordt, enkel hoe het ding er uit ziet. Zou een auto dan ook gevoelens hebben zoals wij? Zou een auto je aardig kunnen vinden, of kwaad op je kunnen worden?

Stel je eens voor.

Je stapt 's ochtends op weg naar je werk in een al op je wachtende zelfrijdende auto. Terwijl de auto tegen je begint te kletsen vraag je je slaperig af waarom je 's ochtends altijd die kletsmajor tegenkomt. Dat kan toch geen toeval meer zijn? Je herinnert je vaag verhalen over vroeger. Denkt aan hoe je grootmoeder vertelde dat je auto's toen nog zelf moest besturen en hoe je daar heel lang voor moest leren. En als je examen gedaan had en geslaagd was, kreeg je een bewijsje dat je mocht rijden. Een onooglijk stukje roze plastic, dat rijbewijs heette. Grootmoeder heeft de hare nog thuis in de vitrine liggen, hoewel plastic eigenlijk niet meer mag. Een chip achter je oor is toch immers zo veel makkelijker, denk je bij jezelf.



Je auto rinkelt om je wakker te maken. Je ziet dat je bij kantoor bent en stapt uit. "Nou tot morgen dan maar hè!", roept de auto je na.

Wegrijdend denkt de auto bij zichzelf: "mensen zijn en blijven raar zo zonder wielen en alles maar toch vind ik deze wel aardig".

# Levende sterren

Science fiction series als Doctor Who en Star Trek brengen je in contact met vreemde levensvormen en culturen met totaal andere denkwijzen, vanuit je luie stoel voor de televisie. Of Netflix. En dat is interessant, vind ik, ook al komen die andere culturen uit het brein van een menselijke scriptschrijver en moeten die vreemde wezens door menselijke acteurs gespeeld worden. Een beetje beperking is er dus wel, maar toch blijft het interessant, al die "rare" ideeën.

Rare jongens, die buitenaardsen.

Op het moment ben ik weer eens bezig met een paar Doctor Who afleveringen, en laatst zag ik eentje die als onderwerp een ruimteschip had dat op een ster neerstortte. In de aflevering bleek dat het schip illegaal sterrespul (plasma of zo) geoogst had en nu zonder motor of besturing zijn vernietiging tegemoet ging. In die aflevering zit een scène waar de Doctor naar buiten kijkt, naar de ster, en zich plotsklaps realiseert dat die ster leeft. Een levend wezen is.

Stel je eens voor, dat een ster zoals onze zon een levend wezen zou zijn!

Hoe zouden ze dan met andere sterren "praten"? Zouden ze echt praten, op een soort manier als wij doen, of zouden ze dan telepatisch of zo zijn? De afstanden tussen sterren zijn zo groot dat praten zoals wij doen niet echt praktisch lijkt, want zelfs licht doet er hardstikke lang over om van de ene ster bij de andere te komen. En licht gaat het allerhardst van alle dingen die hardstikke snel kunnen gaan.

Wat zouden ze ook vinden van de planeten, asteroïden en kometen en alles die om hen heen cirkelen? Lastige aanhangsels of kinderen waarvoor gezorgd moet worden?

En wat zouden ze vinden van die ieniminikleine mensjes die op de derde planeet rondlopen? Zouden wij dan de zon haar kleinkinderen zijn, als kinderen van de aarde?

Zouden ze überhaupt wat daarvan vinden?

Misschien gaat ons bestaan wel totaal aan zulke wezens voorbij, zoals wij geen tweede keer en meestal zelfs geen eerste keer nadenken over de bacteriën die zo klein zijn dat we ze niet eens kunnen zien. Misschien zouden wij voor hen wel bacteriën zijn. Of misschien een virus, of zo.

Het kan ook zijn dat levende sterren wel zouden weten dat we bestaan. Dat ze voor ons zouden willen zorgen, zoals de zon ons licht geeft. Dan zou zo'n sterzon een soort Apollo zijn, uit de ik-weet-niet-of-het-nou-de-Griekse-of-de-Romeinse-was mythologie.

En hijzij (is een ster eigenlijk mannelijk of vrouwelijk?) zou broertjes en zusjes hebben: de sterren die uit dezelfde gaswolk ontstaan zijn.

Zoals de Plejaden, of in de Orionnevel. En de Melkweg zou dan hun stad zijn. Met in het centrum sterrenwinkels waar allemaal zonnen in en uit lopen (zweven?) en waar ze allemaal mooie modieuze sterrendingen verkopen zouden. Dagcrèmes tegen zonnevlekken bijvoorbeeld, of drankjes tegen zure oprispingen van zonnevlammen. Een mooie zondagse corona, speciaal voor een zonsverduistering.

Ach in werkelijkheid kan dat natuurlijk niet. Een ster is een heeeeeeeeeele grote bol gas, en eentje daarvan noemen we zon. En leven doen ze niet. Tenminste niet zoals wij dat doen.

Maar een leuk idee blijft het wel: stel je eens voor dat een ster een levend wezen zou zijn.

# Samen koffie halen

Acht jaar geleden zat ik een zomer voor Ordina bij het World Food Programme in Rome

Wat? Acht jaar geleden alweer??.

Ja, acht jaar geleden alweer. Laatst kwam ik bij een opruimactie mijn reisverslagen van toen weer tegen op mijn website. Met veel plezier heb ik die al herinneringen ophalend zitten lezen, en nog altijd ben ik zo trots op die klus dat ik hem pontificaal op mijn site laat staan. Pieker er niet over om hem weg te halen.



Een van de typische dingen van daar, was dat ze geen koffieautomaten hadden op de diverse verdiepingen/afdelingen. Hier in Nederland hebben de meeste bedrijven dat wel, een koffieautomaat op elke verdieping. Soms zelfs meer dan één. En soms hebben die automaten ook koud water, of staat er een waterkoeler naast die koud water geeft. En we halen allemaal koffie bij de koffieautomaat en drinken hem op achter de computer tijdens het werk. Met als gevolg dat je heel gedachteloos drinkt, en de koffie niet eens echt proeft. Misschien maar beter ook, met automatenkoffie. Automatenkoffie heeft niet zo'n goede naam, qua smaak.

Maar daar bij het WFP hadden ze geen koffieautomaat. Als je koffie wou, moest je naar beneden naar de kantine. Daar waren cateringmensen en -mevrouwen die ook koffie konden zetten. Lekkere koffie ook nog. Je kon er de typisch Italiaanse waslijst aan koffie's bestellen: americano's, lungo's, cappuccino's, espresso's, ristretto's, noem maar op. Als je drinken op je werkplek wou, kon je een halveliterflesje Evian kopen, van dat bronwater. Die nam je mee naar boven en je vulde hem gedurende de dag dan bij bij de kraan in de wc. Iedereen had dan ook een paar flesjes op zijn/haar bureau staan.

En als je koffie wou, ging je naar beneden. In ons geval met heel de afdeling, met Jochem en Ferry en Vlado en Martin en alle namen die ik na acht jaar vergeten ben. Erg gezellig was dat. De gesprekken gingen natuurlijk eigenlijk altijd over het werk, maar ook dat was gezellig. En nuttig, want je wist daardoor eigenlijk altijd wel van elkaar wie waarmee bezig was en zo. De ochtendlijke koffiepauze was daarmee een soort van "daily stand-up" (zo'n agile/scrum-ding), Maar dan als dagelijkse "daily canteen-coffee".

Ja, dat had wel wat. Samen met zijn allen koffie halen in de kantine.

# Peren en sweeties

Ik ben een peer. Qua figuur, dan. Vrouwenfiguren worden door modemeneren en -mevrouwen meestal in hokjes gestopt: appels, zandlopers en peren, bijvoorbeeld. Een appel heeft een zwembandje, een zandloper heeft een wespentaille en een peer is het dikst in de heupen en de bovenbenen. En ik val overduidelijk in die laatste categorie.

Als dikke peer zijn zomerdagen zwaar. Een rok is lekker luchtig, maar omdat je bovenbenen dan tegen elkaar schuren, doet dat zeer. Vooral als het uiteindelijk gaat bloeden omdat de huid helemaal openligt. Dus trek ik meestal maar een broek aan. Maar da's warm. En jezelf thuis in je heerlijk koele huis verstoppen is ook zo.....tjsa.

Gelukkig ben ik niet de enige peer die daar last van heeft: Cece Olisa bijvoorbeeld heeft er op haar blog ook het een en ander over geschreven. Zij heeft ook van alles geprobeerd: broekjes, crèmes. Er valt voor vrouwen-met-peren-problemen van alles te vinden aan oplossingen op internet. In dit soort dingen is internet toch iets moois.

Zelf kwam ik uiteindelijk na veel zoeken en recensies van medeperen lezen uit bij sarahssweeties.nl. Daar verkopen ze broekjes voor onder een rok, met pijpjes. Sweeties noemt ze die. Speciaal ontworpen zodat je bovenbenen niet zo tegen elkaar schuren, staat er bij. Daar heb ik er dus eentje van gekocht en natuurlijk met de huidige warme dagen meteen aan gedaan. En het werkt prima, hij beschermt zonder benauwd aan te voelen. En hij rolt niet op. Het eerste broekje-met-pijpjes dat ik probeer dat niet naar boven oprolt.

Dus heb ik er natuurlijk gelijk meer besteld! Zodra die binnen zijn, mag van mij de warmte komen. Deze peer is er klaar voor!

# Fietsmuizenissen

Twee jaar geleden kocht ik van mijn vijftienjarigjubileumbonusdinges een nieuwe fiets. Een hele mooie, zij het nogal meisjesachtig roze, fiets. Met een vrolijk gekleurd mandje voorop en alles. Grootse plannen had ik, ik zou elke dag naar het werk gaan fietsen, en gezond doen, enzo. Want beweging is toch goed voor je lijf.

Er kwam weinig van terecht.

De eerste ochtend dat ik dapper op de fiets naar het werk ging, wist ik meteen waarom ik was gestopt met fietsen zodra ik mijn studenten-ov-kaart kreeg. Fietsen, en sporten in het algemeen, was stomvervelend, en nog zweterig op de koop toe ook. Wat voelde ik me vies en goor toen ik op mijn werk kwam. Jakkiebah!

Ik hield mezelf voor dat ik enkel moest wennen, dat ik het de tijd moest geven. Nou ja, er kwam niets van terecht.

Anderhalf jaar later, afgelopen februari, ging ik door mijn rug. Ik moest veel liggen en lopen en had dus weinig te doen, want zitten ging niet. Mezelf doodvervelend bestelde ik een boek bij de bol.com "Health at every size", van Linda Bacon. Want gezond zijn, gezond leven en goed voor mezelf zorgen, dat wou ik nog steeds. Dat wou ik steeds meer zelfs. Heel langzaam begon ik toch te geloven dat het het waard was. Dat ik het waard was om voor te zorgen.

Ergens in dat boek las ik ook een heel stuk over wat de schrijfster over beweging te melden had. Herkenbaar waren de anekdotes over enthousiast naar de sportschool gaan maar je daar volledig weggekeken voelen

De verhalen in het boek over begeleiders die meenden te motiveren door "je kunt het" en zo te schreeuwen, en die op mij altijd een ontzettend demotiverende werking hadden, waren ook terug te vinden in het boek. Ineens voelde ik mij niet zo alleen met mijn sporthaat.

Het boek gaf de tip om het idee van sporten om het sporten op te geven. In plaats daarvan, zo vond het boek, moest ik naar een bewegen zoeken die ik leuk vond. Want iets dat ik leuk vond, zou ik automatisch volhouden. Het boek vond alles goed: elke dag een half uurtje tikkertje spelen met de kinderen was helemaal prima, schreef het. Maar ook wandelen, fietsen, dansen. In bed liggend lag ik na te denken over het leuk vinden van bewegen. Dat had ik nooit leuk gevonden, ik was altijd een echte "bankaardappel" oftewel couch potato geweest. Lekker met een goed boek en een relaxt muziekje op de bank met een kop thee op de salontafel was zo ongeveer mijn idee van de hemel op aarde.

Maar ja, dat bewegen hè? Dat was gezond en dat hoorde bij goed voor jezelf zorgen. En ik begon steeds meer te vinden dat ik goed voor mezelf moest zorgen. Niet voor een ander, maar voor het eerst van mijn leven voor mezelf.

Liggend in bed lag ik na te denken.

Mijn fysiotherapeut had en heeft een klein sportzaaltje er bij. Mijn moeder sport er ook, en vindt het heel fijn, omdat ze je goed begeleiden en in de gaten houden.

Misschien was dat wat. Met mijn fysiotherapeut kan ik goed opschieten, dus was ik er van overtuigd dat als ik hem alles rustig en uitgebreid uitlegde, het wel goed over zou komen. De eerstvolgende keer dat ik weer naar behandeling moest, begon ik er over.

"Ik wil eigenlijk wel eens een keer gaan sporten", zei ik. "Niet voor de sport, niet voor het afvallen en dun worden, niet omdat het goed is voor je lijf, maar om mezelf de kans te geven het leuk te leren vinden". Een sport beoefenen die je leuk vindt, daar was hij meteen voor dus spraken we af dat ik bij hem ging sporten zodra mijn rug er aan toe was. Dan zouden we een beetje cardio doen en een beetje oefeningen ter versterking van de rug. Dan zou ik de kans hebben om van het bewegen te leren genieten en het zou ook goed zijn voor de rug.

Zo gezegd, zo gedaan.



Sinds een twee maanden zit ik dus op fysiofitness. Elke keer een stukje op de loopband, op de rugspieroefeningapparatingen en een stukje op de fiets. Hometrainer. Fiets. Dat ding, in elk geval.

Ik moest er wel aan wennen om te sporten, vooral het zweten. Ik zweet nogal snel. Ome Dok zegt dan "ja, da's prima want dat betekent dat jouw natuurlijke koelsysteem prima werkt". Maar ik moest er wel aan wennen. Vond het een vies gevoel. Maar toch, ik sportte. Ik deed wat. Ik kon zeggen dat ik op fysiofitness zat. De fysiotherapeut kent mij al langer dan vandaag, en laat mij dus meestal met rust als ik bezig ben. Af en toe krijg ik een knijpertje op mijn vinger, dan meet hij mijn hartslag en de zuurstofgehalte in mijn bloed. Ze houden je goed in de gaten, daar. Dat voelt veilig.

En langzaamaan begon ik er achter te komen dat ik het poosje op de hometrainer eigenlijk best wel leuk begon te vinden. "Ik heb thuis nog die vijftienfiets staan", dacht ik. Misschien moest ik maar eens kijken in wat voor staat die is.

Meteen kwam mijn denkhoofd met allemaal muizenissen aanzetten. Daar is het goed in, in muizenissen. "Ja, maar dan moet je evenwicht bewaren!", dacht het. En: "dan moet je op- en afstappen! Dat is moeilijk!". Ik voelde wel dat het wel even zou duren om die muizenissen los te laten. Want dat het muizenissen waren, dat stond voor mij als een paal boven water. Als ik even van buitenaf naar mijn muizenissen keek, zag ik duidelijk dat het meer "ja maar daar heb ik geen zin in"-gedachten waren. Ik besloot het wat tijd te gunnen, maar wel alvast die fiets eens na te kijken. De banden oppompen en zo. Het zou dan vanzelf zover zijn dat ik mezelf dapper genoeg voelde om het gewoon te doen: fietsen!

Vandaag, thuisgekomen na het schrijfcafé, had ik ineens zin. Ik haalde de fiets uit de schuur, sloot het huis af en ging op weg naar Kardinge. Een klein rondje. Gewoon even een klein rondje. Alleen maar om mezelf te bewijzen dat ik het wél kon. Het was mooi bewolkt, geen felle zon. Een warm maar niet te warm briesje streek langs mijn blote armen. De bomen ruisten en vogels floten. En ik genoot! Van de ruisende bomen, de fluitende vogels en het gevoel van mijn fietsende lijf. Zie je wel dat ik het wél kon! Ik fietste voorbij de pitch and putt, en remde netjes af voor een paar fietsers die van rechts kwamen. Mijn zadel bleek zo laag te staan dat ik met mijn tenen bij de grond kan, dus afstappen was geen enkel probleem. En opstappen ook niet. Zo makkelijk. Genietend van het weer, de omgeving, de geluiden en de middag fietste ik door, om de Kardingerplassen bij Lewenborg langs richting Drielanden.

Later kreeg ik het briesje tegen, en hij wakkerde nog aan ook. Gelukkig nog niet erg, al moest ik er nu wel echt voor werken. De wind vond duidelijk dat ik wel wat aan mijn conditie kon werken. Nou, dat kon hij krijgen. Ik fietste door, ondanks dat mijn lijf nu toch wel heel erg begon te zweten, en ook wel moe werd. Maar ik was al een heel eind, en ik wist dat mijn lijf het kon. Voordat ik het wist, fietste ik alweer in mijn eigen straat.

Heb ik me daar op een hele gewone zondagmiddag zomaar een stukje gefietst. En de warme zomerwind alle fietsmuizenissen uit mijn hoofd weg laten blazen.

Ik ga gauw weer een stukje fietsen.

# Gedoe op de Grote Markt

Voor het eerst sinds eind februari mijn rug in staking ging, voel ik me weer sterk en vrolijk genoeg om eens stad in te gaan. Het is zondag en dus waarschijnlijk rustig, maar dat maakt niet uit. De Drie Gezusters is vast wel open dus kan ik een kopje koffie kopen dat uitzicht heeft op de Grote Markt.

Zo gedacht zo gedaan.

De auto in het Zuiderpark neergezet - en vergetend na te kijken of dat op zondagochtend nog steeds gratis is - en gaan lopen. Lekker een eindje omlopen via de singels en de Rademarkt. Het is meer dan rustig, het is stil. Zo valt het pas goed op dat er eigenlijk inderdaad best wel veel lege etalages zijn met "te huur" er op. Ook een beetje mijn schuld want ik koop vaak ook liever bij een goede webshop dan dat ik stad in moet. Dat is vaak zo'n gedoe, en dan kun je soms nog niet krijgen wat je hebben moet.

Maar nu is het even leuk om stad in te gaan. Tenminste, ik heb er zin in.

Op de Grote Markt blijkt al druk gewerkt te worden. Vrachtwagens van Entertainmentverhuurbedrijfdingesen staan uit te laden en er lopen stoere meneren rond met gereedschapsriemen om de middel allerlei metalen stellages in elkaar te zetten. Er worden ook van die grote tenten in elkaar gezet, ik denk voor horeca. Kennelijk is er vanavond wat te doen.

Eerst vraagt mijn duffe zondagse hoofd zich nog af wat in vredesnaam. Maar even later daagt de herinnering: het Nederlandse elftal moet vanavond tegen het Mexicaanse elftal spelen. En ze wouden daarvoor een groot scherm op de Grote Markt. Want gezellig. Door de TT - en alle berichten daarover op mijn Facebooktijdlijn - was ik dat hele wk even vergeten.

Ik heb lekker nog geen enkele wedstrijd gezien - als je eenmaal een american footballwedstrijd of een rugbywedstrijd hebt bijgewoond is gewoon voetbal toch een beetje

saai in vergelijking - maar toch vind ik het wel leuk dat Nederland het zo goed doet op het wk.

Jammer alleen dat andere sporten zich niet mogen verheugen in zo veel belangstelling. "Onze" hockeyers bijvoorbeeld hebben het heel goed gedaan op het wk hockey.

Maar ach, sommige dingen zijn nou eenmaal populair en sommige dingen zijn dat niet.

Brood en spelen.

Bier en voetbal.

Sommige ideeën zijn tijdloos.

# Elke dag een astronomisch plaatje

Als kind wou ik altijd astronoom worden. 's Avonds vanuit mijn slaapkamerraam keek ik soms omhoog naar de maan en de sterren en voelde ik me betoverd (ja ook toen was ik al poëtisch aangelegd). In de bibliotheek was de afdeling astronomie een van mijn favoriete hangplekken, zelfs nog voor de afdeling informatica. Met graagte verslond ik boeken over ons zonnestelsel, de planeten, asteroïden en kometen daarin, sterren, pulsars, quasars, zwarte gaten, enorme gaswolken, onze en andere melkwegen. Soms stelde ik me voor dat die sterren leefden, en over ons kleine mensjes zouden denken zoals wij over mieren denken. Of misschien bacteriën. Zoiets als in de Doctor Who aflevering “42”.

Astronoom worden leek me wel wat, al leek iets met techniek mij misschien ook wel leuk. Want programmeren doe ik al sinds ik in de derde klas van de lagere school een ZX Spectrum voor mijn verjaardag kreeg. Maar astronomie leek me het leukst.

Het liep toch iets anders: omdat er toentertijd erg weinig werk te vinden was met een diploma astronomie op zak, ben ik elektrotechniek gaan studeren. Met techniek was je vast en zeker altijd verzekerd van een baan, dacht ik, want de hoeveelheid techniek zou alleen maar meer worden, niet minder. En tenslotte was techniek ook iets leuks, maar dan waar meer werk in te vinden was.

Toch is de interesse in alles wat aan het zwerk te vinden is altijd gebleven, en met internet zelfs weer sterker geworden. Ergens diep in mijn gedachten leeft die kleine sterrenkundige nog steeds met veel vreugde en joie-de-vivre.

En daarom komt het dat al jaren, sinds de vorige eeuw al, één van mijn favoriete websites de site “astronomy picture of the day” is.

Dat is een site van de NASA, die van de raketten en de spaceshuttles inderdaad, waarop ze elke dag een foto neerzetten van sterren en planeten en grote gaswolken in de ruimte en zo meer, met een paar zinnnetjes uitleg van één van hun astronomen. Engels, dat wel, maar

dat is gelukkig geen probleem, helemaal niet sinds we het imperfecte doch meestal min of meer begrijpelijk-achtige teksten producerende google translate hebben.

Hartstikke leuk en interessant!

Naast die nieuwe plaat elke dag hebben ze ook een archief. Eentje waarop elke plaat van elke dag vanaf het begin terug te vinden is.

Ze zijn begonnen in 1995.

Apodsurfen is dus zo'n beetje mijn meest geliefde hobby!

En een enorme tijdvreter.

# Een huwelijksbootje vaart langs

Laatst is mijn nicht in het huwelijksbootje gestapt. Helemaal compleet: gemeentehuis, kerkelijk huwelijk en feest 's avonds. Een mooie jurk voor haar en een net pak voor hem. Stukjes 's avonds.

Die dag moest ik denken aan eerdere bruiloften. Eentje van een vroegere danspartner, bijvoorbeeld. Hij trouwde met een lieve Maleisische dame die hij als expat ontmoet had, ik weet niet meer waar. Ergens in Afrika of zoiets, geloof ik.

In ieder geval, Maleisisch of niet, de bruiloft was Nederlands en had dus een receptie. En ik weet nog dat ik met een paar expats stond te praten over die receptie. Ze vertelden dat ze dat helemaal niet kenden en het een hartstikke leuk idee vonden.

Ik herinner me op diezelfde bruiloft een gesprek met een Mexicaanse dame die erg elegant was in haar manieren. Ze vertelde hoe ze daar als jong meisje in getraind was; nog echt ouderwets met een boek op het hoofd door de kamer lopen om en houding te verbeteren. Dat soort dingen.

Een andere bruiloftsherinnering is er eentje van de bruiloft van een collega van wat toentertijd de afdeling logistiek was van Vertis. We moesten met heel de afdeling een stukje doen, iemand had een tekst geschreven op de muziek van het clublied van de BV Veendam. Om te plagen uiteraard want zijn favoriete voetbalclub was en is voorzover ik weet nog steeds Cambuur uit Leeuwarden.

En dan ben je ineens weer bij een bruiloft. Dit keer zijn bruid en bruidegom nog "ouderwets jong", begin twintig. Ze kijken elkaar aan en je ziet dat ze veel van elkaar houden. Zo'n lief gezicht, en zo optimistisch, hoopvol en vertrouwen in elkaar en in de toekomst.

Hartverwarmend.

En ik vraag me af: zou ik het ooit doen? Eigenlijk kan ik het me niet voorstellen. Ook als kind nooit bruidsfantasieën gehad, over een mooi feest en een bruidsjurk.

Ach wie weet.

Op ieder potje past een dekseltje, toch?

# Gatsie wat stinkt dat eigenlijk

Van de fysiotherapeut moest ik liggen en lopen. En zo weinig mogelijk zitten, want dat was slecht voor de rug. Dus liep en loop ik veel, bij mij in de buurt. En aangezien ik aan de rand van de stad woon, is dat ook veel lopen in de natuur. Bomen en gras en vogelgefluit om je heen. De geur van bloemen in de lente. Lekker buiten en frisse lucht. Die dingen.

Dat is nu al meer dan twee maand, en ondanks dat het alweer een heel eind beter gaat met mijn rug, ga ik lekker door met wandelen in de buurt. Eigenlijk voel ik me daar best helemaal prima bij. Niks mis mee, erg fijn zelfs, zo een rondje wandelen. Een paar maanden liep ik lekker in de buurt en de enige winkel waar ik kwam was de buurtsuper bij ons op het pleintje. En ik miste niks, eigenlijk.

En toen moest ik naar de binnenstad. Kon er al langer niet omheen, maar stelde het uit. Want rug.

Maar toen het eenmaal weer wat aan de beterhand was, moest het er toch maar van komen, want ik had echt \*heel erg\* een nieuwe zomerjas nodig. De bus zag ik nog helemaal niet zitten - staan op de bus wachten, zitten in de bus wachten tot 'ie in de binnenstad is, allemaal dingen die niet bepaald jofel gaan op het moment - dus ik ging met de auto want dat was toch wat makkelijker. Auto in de parkeergarage en het laatste stuk lekker lopen.

Wat me het eerst opviel, was dat ik de binnenstad helemaal niet gemist had. Er was helemaal geen gevoel van "he gezellig". Dat was wel even vreemd want ik had echt verwacht dat ik de drukte en zo gemist zou hebben. Ik ben altijd heel erg een stadsmens geweest, even door de winkelstraten lopen en zo. Dat dacht ik tenminste.

Misschien dacht ik verkeerd.

Of wist ik niet beter.

Of ben ik veranderd.



In ieder geval, ik vond het eigenlijk niks leuk in de stad.

Kan natuurlijk liggen aan het feit dat mijn rug nog niet helemaal beter is, maar goed.

Verrassend was het wel.

In plaats daarvan voelde het saai en ietwat vervelend; allemaal gebouwen en bijna nergens een boom of grasveldje of zo. Geen vogelgefluit maar geronk van langsrijdende bussen.

En ik dacht "Gatsie wat stinken die uitlaatgassen toch eigenlijk!"

# Vies weer! Of niet?

Sinds mijn rug stuk-en-aan-de-beterhand is, moet ik van Ome Dok elk half uur "even vertreden". Nou heb ik eigenlijk geen flauw idee wat even vertreden precies is, en hoe lang dat even dan is - vergeten te vragen - maar als ik aan het werk ben, loop ik dan maar elk half uur een rondje rond het gebouw. Dat is vast even genoeg.

De laatste weken scheen vaak zon, of was het tenminste droog. Gisterochtend regende het. Met mij mee naar buiten liep een zelfverzekerd ogende meneer met een wijs uitziend grijs ringbaardje de regen in. Ik zette mijn capuchon op, hij huiverde en zei "Bah! Vies weer!".

Eigenlijk vond ik het helemaal geen vies weer. Het regende alleen. Natuurlijk, als je er op de fiets door moet, en het dan nog eens heel hard regent, ja, dan kan ik me er iets bij voorstellen. Maar hij hoefde niet op de fiets en het regende maar een beetje. Zijn auto stond pal voor de deur. Kennelijk hield hij gewoon niet van regen.

Terwijl ik aan mijn rondje bezig was, luisterde ik naar het tikken van de regen op mijn capuchon en het fluiten van de vogels. Vogels vonden het kennelijk geen vies weer. Of althans niet vies genoeg. Ze floten gewoon door.

En even kreeg ik een visioen van hoe écht vies weer er uit zou moeten zien: stel je voor dat het modder regende, of - nog erger - snot of diarree of braaksel of zo. Dat is pas écht vies weer.

Regen is zo gek nog niet.

Tenzij je er op de fiets doorheen moet.

# Smoothies

In mijn facebooktijdlijn komen af en toe berichten langs over mensen die thuis dingen maken die "smoothies" heten. Een soort drinkbaar fruitpapje of vruchtensap, lijkt het. Het leek iets nogal hips te zijn, want ze kwamen steeds meer in mijn tijdlijn voor.

Dus nu ik veel in bed lig, en dus tijd zat heb, besloot ik om eens te gaan googlen op smoothie. Ik kwam al snel bij sites als <http://www.smoothie.nl/> met allemaal recepten die er eigenlijk best lekker en ook nog gezond uitzagen. Aangezien het best simpel leek, dacht ik dat ik dat wel eens een keer kon proberen.

Dus nu ik weer bij de winkel kan komen, ben ik met de trekkar naar de supermarkt geweest om allerhande fruit en zulke dingen te kopen. In de recepten gebruiken ze een blender, maar aangezien die hier niet in huis is, dacht ik dat ik het eerst wel eens met een staafmixer+maatbeker kon proberen want die heb ik wel.

En het is erg lekker!

Ik ben begonnen dingen uit te proberen. Bananen plus aardbeien bijvoorbeeld, met een beetje honing. Of appels en slamelange-van-de-lidl. Wat ik niet lekker vind, doe ik niet weer. En wat ik wel lekker vind, schrijf ik op, zodat ik het niet vergeet. Ik ben begonnen te neuzen op smoothie-recepten-websites, en heb daar al een paar tof uitzierende dingen gezien, die vast niet moeilijk zijn. Soms zijn er recepten waarin je leest over lijnzaad of cacao. En met foto's erbij, waarin ze de smoothie in een glas hebben gedaan met een stukje fruit op de rand, zodat het net een cocktail of zo lijkt. Ziet er erg aantrekkelijk uit.

Dingen zijn soms toch eigenlijk veel simpeler dan ze lijken.

Tof, lekker en gezond. Twee stuks fruit in drinkbare vorm. Een smoothie.

Misschien iets hips en modieus, maar wel een mode waar ik graag aan meedoe. Ik ben om.

# Je rug is eigenlijk best belangrijk

Zomaar ineens begon mijn rug op te spelen. "Ach", dacht ik bij mezelf, "neem een paracetamol en ga eens wat vaker wandelen, dan gaat het vast wel weg.". Maar het ging niet weg, bleef wel prima draaglijk. Toch maakte ik voor de zekerheid maar een afspraak met de fysiotherapeut. Want je weet maar nooit, tenslotte. Ondanks dat ik stiekem diep van binnen nog steeds vond dat ik me aanstelde.

Een dag of wat later werd ik op een dinsdagochtend wakker en deed het het ineens niet meer. Mijn rug had besloten om in staking te gaan. Koppig en eigenwijs probeerde ik ondanks de pijn om me toch aan te kleden om naar het werk te gaan, maar ik kwam er al gauw achter dat dat gewoon niet ging. Gelukkig had ik de afspraak met de fysio al staan.

Zo ineens werd ik weer even goed met mijn neus op het feit gedrukt dat je rug eigenlijk best belangrijk is. Mijn voeten waren ineens onmogelijk ver weg, wat sokken aantrekken tot een pijnlijk karwei maakte. Schoenveters knoopte ik eerst vast om de schoenen daarna als instappers aan te trekken. Veters strikken terwijl de schoen aan de voet zat ging gewoon niet. Te ver weg. Wat is een rug tot eigenlijk een belangrijk deel van je lijf. Als hij staakt, kun je ineens helemaal niks meer, behalve liggen.

"Liggen en lopen hoor! En zo weinig mogelijk zitten!", zei de fysiotherapeut. "En in het vervolg mag je je best wat meer aanstellen!", voegde hij er met een schalkse lach aan toe.

Dus lig ik en loop ik.

Eerst lag ik het grootste deel van de tijd, door de pijn was ik best wel moe. Lopen ging heel langzaam, voetje voor voetje, en een klein blokje om was een hele onderneming. Maar dit is één van die dingen waarbij koppig doorzetten loont. Drie keer per dag liep ik het kleine blokje om en al snel ging dat makkelijker. Langzaam kon ik het kleine blokje iets groter maken, en weer ietsjes groter.

En nu, een anderhalve week nadat de rugstaking begon, is mijn blokje om zo groot geworden dat ik weer bij de supermarkt kan komen. Met een trekkar (wat zijn die dingen toch handig!). Ik kan weer sokken aantrekken. Zo simpel, zo dagelijks, en toch zo fijn dat ik dat kan. Schone sokken aantrekken zonder dat het hele dagtaak is. En schoenen aantrekken. Nouja, normaal aantrekken.

Liggen en lopen, lopen en liggen.

Het liggen wordt langzaamaan korter en het lopen wordt langzaamaan langer. Ik kan zelfs alweer een drie kwartier tot een uur zitten. Het gaat vooruit, elke dag een klein beetje beter, een klein beetje langer, een klein beetje verder. Elke dag een klein stapje op weg naar beter zijn.

Ik neem me voor om nooit meer te vergeten dat ik goed voor mijn rug moet zorgen!

# Zin in de lente

Terwijl ik dit schrijf is het donker weer. Jaja, dit wordt een stukje over het weer. Echt nederlands onderwerp :), zeuren over het weer.

Dus, het is donker en somber weer. Grijze vlekken racen voorbij daarboven, en er staat een harde, zelfs stormachtige wind. Een "stijve bries" zeggen Groningers dan met het voor de Groningse cultuur typerende gevoel voor understatement. Somber, maar voorlopig nog droog en niet koud.



Gister was het anders. Mijn slaapkamerramen liggen op het oosten, dus als het mooi weer is 's ochtends, merk je dat meteen op een vrije dag. En gister kietelde een zonnestraal de slaapkamer binnen. Dan word je toch meteen vrolijk wakker, na zo'n saaie herfstige winter met maar een weekje sneeuw en voor de rest regen.

Buiten was het fris, maar goed het is ook nog maar februari, maar wel lekker. Helaas had ik van alles te doen: boodschappen, de was, naar gitaarles en naar de tandarts. Maar de zon scheen wel heel erg mooi. Zo vrolijk en uitnodigend. Ik kreeg meteen zin in de lente toen ik het zag. Een foto van de Freylemaborg met allemaal mooie sneeuwkllokjes rond de borg maakte dat zin-in-lente-gevoel nog sterker.

Ik heb zin in de lente en de de zomer. Op zondagochtend naar Emmen karren en daar heerlijk koffie drinken op een bankje in de zon. Of naar het stadspark en daar een lekkere middag wandelend in de zon, met een fototoestel natuurlijk.

Met open ogen droom ik van de warmte en de zon en groen aan de bomen, van bloeiende narcissen en krokussen. Het duurt vast niet lang meer. Het is tenslotte al februari.

# Zeuren over broekzakken

Een broek. Gewoon een broek. Iedereen heeft zo'n ding aan, tenminste, de meeste mensen wel. Prinses Beatrix of zo misschien niet. Maar gewone mensen wel, vaak.

Laatst was ik toe aan een paar nieuwe spijkerbroeken. Want ik had nog wel nette zwarte broeken, maar een gewone spijkerbroek niet meer. Dus meestal had ik een nette broek aan, maar die hebben als nadeel dat ze geen zakken hebben. Toch wel lastig als je een zakdoek bij je wilt hebben.

Een poosje heb ik geëxperimenteerd: de zakdoek in de mouw stoppen als eerste. Dat zag ik Oma ook wel eens doen. Maar toen ik al gauw een vest met lekker wijde slobbermouwen droeg, was dat geen succes. Weg zakdoek. Oké, bij de broekriem in stoppen dan? Aan een lusje van de broek ging al niet, want geen lusjes. Dus bij de broekriem in dan maar. Op de eerste dag dat ik dat probeerde viel er halverwege de ochtend een zakdoek uit mijn linkerbroekspijp. Geen goed idee dus.

Een klein handtasje dan? Heb ik geprobeerd, en werkt prima maar dan loop je wel 24X7 met een klein handtasje en dat was ook niet erg handig, hoe fanatiek ik mezelf ook wijs probeerde te maken dat het helemaal prima was. Exit klein handtasje.

Toen kwam ik op het idee om de zakdoek in het decolleté te stoppen. En dan gelijk de mobiele telefoon daar ook in, want die moest ik ook ergens kwijt. Zolang het zomer/herfst was, ging dat eigenlijk best wel prima, al lijkt het natuurlijk wel raar om steeds in je decolleté te grabbelen. Naarmate het kouder werd, en ik meer truien begon te dragen met een kol, werd dat wel steeds minder handig.

Uiteindelijk vond ik dat ik maar gewoon een paar goeie spijkerbroeken moest hamsteren. Spijkerbroeken met zakken. "Spiekerboksems met buutsen", in het Gronings.

Met zakken, dus. Vooral met zakken. Daar begon het immers allemaal mee.

Dus ik de stad in. Een goed/redelijk zittende spijkerbroek met zakken. Moest niet zo moeilijk zijn toch? Nou, dacht ik even verkeerd!

Bij de eerste winkel in het pashokje:

"Shit dit is een heupbroek!"

Bij de tweede winkel:

"Shit deze heeft helemaal geen zakken!"

Bij de derde winkel:

"Shit deze heeft alleen maar nepzakken! Wat mega-überflauw!"

Bij de vierde winkel:

"Shit dit is een heupbroek met nepzakken! Wat is dat toch dat damesbroeken geen zakken mogen hebben? Wij willen toch ook wel een zakdoek en een telefoon bij ons hebben?!"

Uiteindelijk na veel ergernis en doorzetterig koppig en eigenwijs doorzoeken, heb ik een mooie broek gevonden. Een spijkerbroek, die mooi in de taille komt en zakken heeft. Mooie grote zakken ook nog. De volgende keer dat ik een spijkerbroek nodig heb, weet ik waar ik moet wezen.

En ik ben blij.

Wat zijn broekzakken toch handig!



# Niet echt, net echt

Eindelijk is het klaar. Bijna dan, ik wil nog één dingetje hebben maar ik weet nog niet precies wat. Dat is het enige wat nog over is.

Wat klaar is?

De herinrichting van mijn huis!

Van de zomer ging ik steeds naar de psycholoog, en begon een proces van opruimen in mijn hoofd. En, zoals die dingen gaan, kruipt dat van binnen naar buiten en begon ik van lieverlee ook op te ruimen in mijn huis. Eerst alleen opruimen, weggooien. Ik had zoveel kopjes en schoteltjes en melkbekers, daar kon heus wel wat van weg. Immers, ik woon alleen en bezoek komt hoogstens met één of twee tegelijk. Dan hoef je geen twintig melkbekers, twintig kopjes en schoteltjes en dertig glazen in de kast te hebben staan.



Zo gezegd, zo gedaan dus. Maar toen ik eenmaal begon, wist ik van geen ophouden meer! Ik begon te rekenen: als ik die-en-die-en-die kastjes nou leeg maak, dan kan dat uit het dressoir daarin en dan kan dat dressoir zelfs helemaal weg! Ik stofte mijn marktplaatsaccount af, zocht uit hoe je bij de vuilstort kon komen en begon regelmatige bezoeken af te leggen bij de kringloopwinkel. Om in te brengen. Het voelde goed, om overbodige ballast weg te doen.

Aangezien een mens toch niet in een kaal en leeg huis wil leven, begon ik ook na te denken over wat ik dan wou. Ik had allemaal donker eiken, ouderwets en zo. Heel gezellig en knus, maar toch was het niet mij. Niet meer, tenminste, sinds een poosje. Maar wat was dan wel mij? Ik ging een keer naar de Ikea, om te kijken. En kreeg allemaal ideeën. Zocht thuis de rolmaat op, en mat, mat, mat en mat. En rekende. "Als ik daar nou die kast neerzet, dan kunnen daar de boeken in en als ik dát nou zus-en-zo doe...", dacht ik dan in mezelf.

Uiteindelijk ben ik nu flink wat spaargeld armer, maar een mooie ruimere, licht berken inrichting rijker. Er is niets overgebleven in de kamer van het oude spul, alles is heerlijk nieuw en licht en ruim en zo. Zalig.

Maar al die nieuwe kasten zagen er wel erg leeg uit. Nergens een plant of een bloemetje. Ik heb een nogal donker huis, en inmiddels wist ik wel dat echte planten en bloemen niet echt goed groeien bij mij, tenzij ze op de vensterbank staan. Er moest dus kunst komen.

Gelukkig heeft een lieve vriendin van mij een winkel in Bedum, de 4 Jaargetijden. Ze verkopen daar allemaal leuke frutsels en fratsels voor huis en tuin, en ook hebben ze een heleboel zijdebloemen. Erg mooie bloemen ook, ik had ze een keer gezien en je moet ze aanraken om er achter te komen dat ze niet echt zijn. Dat leek me een perfecte oplossing, dus werden het zijdebloemen.

Niet echt, net echt kleden ze mooi mijn huisje aan en maken het helemaal af

