



*Geef me
de
moed*

Roman

SIMONE FOEKENS

GEEF ME DE MOED

Van Simone Foekens verschenen eerder bij
Uitgeverij Zomer & Keuning o.a.

Dubbelspel
Hostel aan zee
Zoals je bent
Verscheurd
Tweede kans

Simone Foekens

Geef me de moed



Uitgeverij Zomer & Keuning

ISBN 9789020540215
ISBN e-book 9789020540222
ISBN Grote Letter 9789020540239
NUR 344

© 2021 Uitgeverij Zomer & Keuning
Postbus 13288, 3507 LG Utrecht

Omslagontwerp Liesbeth Thomas, t4design

www.lezenisdromen.nl
www.romanserie.nl

Alle rechten voorbehouden

Uitgeverij Zomer & Keuning vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze om te gaan met natuurlijke bronnen. Voor de papieren editie van dit boek is daarom gebruikgemaakt van papier waarbij zeker is dat de productie ervan niet heeft geleid tot bosvernietiging.

Geef me de moed om te veranderen wat ik kan veranderen.

Geef me de wijsheid om te accepteren
wat ik niet kan veranderen.

Geef me het inzicht om het verschil tussen beide te zien.

- Franciscus van Assisi

Beter gevallen dan nooit gesprongen
En beter de liefde verloren dan nooit liefgehad

- *Het lied van Petrus*, Stef Bos

*Lezen is dromen
met open ogen*

Voor Roy

Houd de moed om te veranderen wat je kunt veranderen
en blij slingers ophangen overal waar je komt.
De wereld is mooier met jou.

‘Ik ben moe.’

Een moment houdt Jantine het schuursponsje stil, daarna schrobt ze dubbel zo hard verder. De gootsteen glimt en blinkt allang, toch gaat ze door.

Zeg niets, ga er niet op in, houdt ze zichzelf voor. Geef hem geen ruimte om weer af te haken. Ze heeft zich zo verheugd op vanmiddag. Och, en wat gaan ze nu helemaal doen?

Op bezoek bij Elly en Jan, die deze week in een huisje bij Nijverdal zitten. Even de benen strekken en de Holterberg op, is het plan. Het zal er prachtig zijn nu de bladeren beginnen te verkleuren en de paddenstoelen uit de grond schieten. Het weer is ook perfect voor een wandeling, droog, zonnig en niet al te koud.

‘We hebben Elly en Jan al eeuwen niet gezien,’ zegt ze dan toch.

‘Zeeland is ook ver,’ zegt Karel.

‘Ja, daarom moeten we er nu van profiteren dat ze zo dichtbij zitten.’ Het klinkt niet zo rustig als ze wil.

Ze laat de kraan lopen, het water klettert in de gootsteen en spat op het aanrecht. Met wilde gebaren spoelt ze het sponsje uit, en driftig veegt ze met het vaatdoekje de spetters van het aanrecht. Ruw droogt ze haar handen af.

‘Ik weet het, schat.’ De stem van Karel klinkt zacht. Ze kan hem in de keuken amper verstaan.

Ze geeft geen antwoord.

‘Ik ga even liggen.’ In de weerspiegeling in het raam ziet ze hem langzaam opstaan. Hij legt in het voorbijgaan zijn hand op haar schouder en sloft naar boven.

Zuchtend hangt Jantine de handdoek aan het haakje. Hopelijk knapt Karel wat op van het dutje, anders pakt ze haar eigen autootje en gaat ze alleen naar Elly en Jan, besluit ze. Ze heeft er weken naar uitgekeken om ouderwets bij te praten met haar kleuterschoolvriendin, dat laat ze niet schieten.

Ze wil de stofzuiger uit de gangkast pakken om het volgende punt op haar programma af te werken. Nee, beter van niet. Karel zou er wakker van kunnen worden. Aan haar zal het niet liggen als het bezoek niet doorgaat. Stofzuigen komt later wel.

Ze vult de plantengieter met water. Terwijl ze alles wat zo uitbundig groeit en bloeit in huis van een scheut broodnodig water voorziet, beseft ze dat ze zich nu wel kan voornemen om alleen te gaan, maar ze weet ook dat ze het toch niet doet. Ze is nog steeds niet gewend aan de veranderde verkeerssituatie rond Nijverdal. Daarvoor rijdt ze eigenlijk te weinig. Autorijden is niet bepaald haar hobby. Elly rijdt helemaal niet. Ze heeft niet eens een rijbewijs. Ze heeft er nooit zin in gehad om het te halen en het is ook nooit nodig geweest. Soms is ze daar jaloers op. Voor haar is elke rit buiten de bebouwde kom een zelfoverwinning. Karel dringt er al niet eens meer op aan dat zij rijdt als ze samen ergens heen gaan. Hij weet hoe erg ze er altijd tegenop ziet om te moeten rijden. Zeker als hij naast haar zit en het niet kan laten commentaar – aanwijzingen, noemt hij het zelf – te geven. Toch dwingt ze zich er tegenwoordig elke dinsdag toe als ze op haar kleinkinderen in Enschede past. Met het openbaar vervoer is het ook best te doen. Ze heeft het weleens uitgezocht. Oké, je doet er iets langer over, maar het scheelt ook veel stress. Sabine en Jos wonen ideaal. Vlak bij scholen en winkels. Daar heeft ze de auto niet nodig. De bushalte is ook vlakbij. Het punt is dat ze zich niet wil laten kennen door het openbaar vervoer te nemen, en daarom overwint ze zichzelf elke keer weer om met de auto te gaan. Het is ook wel goed, want als ze helemaal niet meer zou rijden, dan zou het niet lang duren of ze stapte

nooit meer achter het stuur. Ook al heeft ze geen plezier in autorijden, het is wel praktisch dat ze die kunst machtig is.

Ze plukt wat uitgebloeide bloemen uit een geranium. Ach, het is niet alleen het autorijden. Het is ook vervelend om Karel alleen te laten. Ze ziet wel dat hij het ook naar vindt als hij zo moe is. Ze heeft al honderd keer gezegd dat hij wat aan zijn conditie moet doen, zijn levensstijl wat moet aanpassen. Eerder naar bed, langere nachten maken, gezonder eten, lekker bewegen. Het is grotendeels tegen dovemansoren gezegd. Het gebeurt regelmatig dat Karel om negen uur al naar boven gaat, maar gisteravond liep het tegen halftwaalf. Er was een oorlogsdocumentaire die hij af wilde kijken. Biertje erbij. En dat terwijl de prednisonkilo's er nog lang niet af zijn en hij wist dat ze vandaag naar Elly en Jan zouden gaan.

Zo, de planten zijn verzorgd. Trots kijkt ze de kamer rond waar overal planten staan. Veel ervan heeft ze zelf gestekt. Het bezig zijn met haar planten geeft haar altijd rust.

Nu heeft ze alleen nog stofzuigen op haar lijstje staan. Dat zal moeten wachten tot Karel uit bed is en misschien zelfs tot morgen. Dat is niet erg. Ze is sinds jaren gewend om op woensdag het hele huis door te gaan. Voor Matt naar school ging, bracht Sabine de kinderen altijd hier op dinsdag, waardoor ze woensdag de ideale poetsdag vond.

Ze maakt een kop koffie van versgemalen bonen en laat haar vinger langs het zwarte koffieapparaat glijden. Een duur ding, dat ze van de kinderen hebben gekregen voor hun vijfendertigste trouwdag. Ze glimlacht. Dat hebben Karel en zij gemeen. Ze zijn allebei koffieliefhebbers en behoorlijk kieskeurig in wat ze wel kunnen waarderen en wat niet. Hiermee hebben ze altijd een vers en heerlijk smakend bakje koffie.

Ze neemt het gebloemde kopje mee naar de kamer, waar ze in haar favoriete stoel gaat zitten, en vouwt haar handen om het troostend warme kopje. Precies als ze geniet van het laatste slokje hoort ze het bed boven kraken. Karel is weer wakker.

Karel geeuwt. Hoe laat is het? Hij zou nog uren kunnen slapen. Hij tuurt op de wekker, die eigenlijk net iets te ver weg staat om het goed te kunnen zien. Het is bijna kwart over twaalf. Zo heel lang heeft hij dus niet geslapen. Toch heeft het hem wel goedgedaan. Hij heeft het gevoel dat hij er weer even tegenaan kan.

Hij frist zich in de badkamer wat op en haalt een kam door zijn haren. De geur van koffie komt hem tegemoet als hij de trap af loopt. Zoals hij verwachtte, zit Jantine in het gebloemde stoeltje waar ze zo graag in zit, een leeg kopje in haar handen. Hij geeft haar een kus.

‘Hoe laat moeten we weg?’ vraagt hij. Het is zijn manier om te laten weten dat het vanmiddag doorgaat zoals afgesproken was. Hij herkent de trek van opluchting op haar gezicht.

‘Ik heb er zin in,’ zegt hij hartelijk. ‘Zou Jan nog steeds kitesurfen?’

‘O, vast,’ knikt Jantine. ‘Heb je zin in een gebakken eitje?’

‘Lekker,’ zegt Karel. ‘Als jij de eitjes bakt, dan dek ik vast de tafel.’

Ze zijn een team, een goed team. Altijd al geweest. Tegenslagen hebben ze steeds samen overwonnen. Soms was het moeilijk en moesten ze veel van zichzelf investeren in hun relatie. Het was het uiteindelijk altijd waard. Steeds durfden ze vooruit te kijken en elkaar te beloven: wacht maar, straks zal alles beter en makkelijker zijn.

‘Straks’ stond meestal voor ‘als de kinderen de deur uit zijn’. Geen zorgen meer over school of studie, geen stress meer om puberkuren, je niet meer druk maken om de troep die ze achterlaten. Nee, straks als de kinderen hun eigen leven hebben, dan is er zoveel minder om rekening mee te houden en je druk over te maken, dachten ze.

Wat hebben ze in de loop der jaren veel plannen gemaakt. Het ene nog mooier en ambitieuzer dan het andere. Reizen, hobby’s, een poos naar het buitenland, meer vrijwilligerswerk misschien.

Nu zeggen ze geen ‘straks’ meer. De kinderen zijn al een aantal jaar de deur uit, dat wel, maar het zorgeloze ‘straks’ lijkt eenvoudigweg niet te bestaan. Ergens beseften ze wel dat er in elke periode van het leven moeiten en zorgen kunnen zijn. Toch dachten ze bij ‘straks’ en ‘later’ alleen maar terug aan de begintijd van hun huwelijk, toen ze nog zorgeloos, ontspannen en topfit waren. De wereld lag aan hun voeten en mooie avonturen wachtten erop tot zij ze uitkozen om te beleven.

Hij schrikt bijna als hij de hand van Jantine in zijn rug voelt.

‘Je bent aan het dromen. De eieren zijn klaar.’

‘O ja, sorry.’ Vlug zet hij de borden die hij in zijn handen heeft op tafel. Bestek ligt er al, beleg staat er ook. Alleen nog brood in het mandje en natuurlijk zout en peper voor op het ei.

Het is ouderwets gezellig met Elly en Jan, constateert Jantine tevreden. Al is het een vakantiehuis met een fantasieloze, doelmatige inrichting, toch gaat er een sfeer van uit. Dat is een talent van Elly, weet ze. Waar Elly is, daar is het gezellig. Als kind had ze dat al over zich. Jan met zijn voorliefde voor het bourgondische leven versterkt dat alleen maar. Hoe krijgen ze het voor elkaar om overal waar ze zijn meteen uit te vinden wat de beste slager is en welke bakker het lekkerste brood en gebak verkoopt?

‘Verrukkelijk,’ zegt Jantine. Met haar vinger tipt ze de laatste kruimels van het schoteltje.

Bedrijvig staat Elly op en ruimt de kopjes en schoteltjes weg. Jan werpt een blik naar buiten. ‘Een jas is niet nodig,’ vindt hij. Hij hangt een fotocamera om zijn nek. Het toestel rust op zijn buik, die van een royale levensstijl getuigt.

Jantine springt vlot overeind. ‘Ik vond het wel frisjes, hoor, een vestje is geen overbodige luxe.’ Ze kijkt haar man aan.

Karel aarzelt. Hij voelt de vermoeidheid die zich alweer

langzaam maar zeker over zijn lichaam uitspreidt. Zijn benen voelen zwaar en zijn ogen zouden graag even dicht willen.

‘Kom op, dit kun je. Je weet hoe Jantine zich erop verheugd heeft,’ spreekt hij zichzelf onhoorbaar toe. Zo soepel als hij kan staat hij op en warempel, als hij eenmaal aan het lopen is, gaat het best lekker. Het is aan de warme kant voor de tijd van het jaar. Hij ritst zijn jas los. Zo is het lekker. Niet te warm en niet te koud.

Jantine en Elly praten druk, en Jan ziet in elk doorkijkje en elke paddenstoel een foto. Hij neemt uitgebreid de tijd om de kiekjes te maken en legt steeds aan Karel uit waarom hij welke instellingen gebruikt. Karel knikt maar wat. De foto’s van Jan zijn prachtig, ontegenzeggelijk, maar hij heeft al moeite genoeg om bij te blijven. In het begin is het prettig dat ze steeds stilstaan om op Jan te wachten. De dames lijken er geen moeite mee te hebben, die zouden al pratend waarschijnlijk ongemerkt twintig kilometer kunnen wandelen.

Na een poosje merkt Karel dat het steeds stilstaan en in beweging komen hem juist opbreekt. Het kost minder energie om rustig door te lopen en op een gegeven moment weer bijgehaald te worden door de rest. Hoelang is deze rode paaltjesroute eigenlijk?

Net als hij begint te vrezen dat de route eindeloos is, wordt het bos bekender en weet hij dat het eind in zicht is. Hij doet zijn best om niet te laten merken hoe moe hij is. Hij wil de stemming niet bederven. Hij weet hoe Jantine zich hierop verheugd heeft.

Elly wil graag rondkijken in het bezoekerscentrum, en Jan bedenkt dat hij een paddenstoelengids wil hebben om de paddenstoelen op zijn foto’s te kunnen determineren.

‘Wij gaan in het restaurantje zitten,’ zegt Karel. ‘Ik heb zin in koffie. Of wil je hier ook rondkijken, Jantine?’

Jantine schudt haar hoofd. ‘Nee hoor, wij zijn hier al zo vaak geweest.’

‘Gaat het?’ vraagt ze als ze naast elkaar aan een tafeltje bij

het raam zitten. Hij leest haar als een open boek. Er is maar één antwoord dat hij kan geven.

‘Ja hoor. Het was een mooie wandeling, hè?’

‘Eh...’ Jantine lacht. ‘Eerlijk gezegd heb ik deze keer niet zoveel van de omgeving gezien.’

‘Jullie waren te druk aan het praten,’ begrijpt hij.

‘Elly had leuke nieuwtjes,’ zegt ze.

‘O ja?’

Een meisje komt hun bestelling opnemen. Als ze weg is, herhaalt hij het. ‘O ja?’

‘Ja, zo leuk. Zowel bij Henry als bij Henriëtte is een kleintje op komst. De uitgerekenende data liggen nog geen week uit elkaar.’

‘Zoals het een tweeling betaamt,’ grijnst Karel.

‘Echt hè?’ lacht Jantine mee. ‘Elly is er maar druk mee. Ze wil voor beide baby’s een dekentje haken, en ze helpt mee om bij Henry de babykamer in te richten.’

‘Dat is leuk,’ vindt Karel. ‘Jan vindt het natuurlijk ook geweldig.’

‘O ja, Elly moet hem er steeds van weerhouden om dingen te kopen waar ze nog in geen jaren aan toe zijn. Daar zijn ze.’

‘Zo, opa en oma, gefeliciteerd, hoor,’ zegt Karel als Elly en Jan aanschuiven.

‘Geweldig, nietwaar?’ zegt Jan. ‘Jullie weten er alles van, maar nu mogen wij het ook beleven. Twee keer tegelijk zelfs. Wij zijn van plan snel na de geboorte van de kleine van Henriëtte een poosje naar Australië te gaan. Wij willen geen grootouders zijn die hun kleinkinderen alleen van het face-timen kennen. Ik wil...’

Jan weidt uit over alles wat hij met zijn kleinkinderen wil gaan ondernemen. Elly luistert met een toegeeflijk gezicht, vertederd door zijn enthousiasme.

De gedachten van Karel dwalen af. Oké, Jan overdrijft zoals gewoonlijk, maar had hij niet dezelfde dromen toen hun kleinkinderen zich aandienden? Zag hij zich niet met Matt,

hun oudste kleinzoon, mountainbiken, en met Jess, hun kleindochter die nauwelijks een jaar jonger dan haar broertje is, naar de dierentuin gaan? Een ijsje halen, pannenkoeken eten, spelletjes doen en voorlezen. Allemaal op één dag?

‘Even naar de wc,’ mompelt hij. Die rottige sarcoïdose! Waarom hij? En waarom de chronische vorm? Waarom hoort hij niet bij de zeventig procent bij wie de klachten na verloop van tijd verdwijnen? Heeft hij niet precies gedaan wat de artsen hem voorschreven? Zoveel mogelijk rust genomen en ruim een jaar lang prednison geslikt, in het begin in een hoge dosering ook nog, daarna mocht hij het langzaam afbouwen. Trouw heeft hij de tabletten geslikt en geen dag is hij ze vergeten, ook al zwol hij erdoor op als een luchtballon en deed hij zijn ogen liever dicht als hij op de weegschaal stapte.

Machteloos bonkt hij met zijn vuist tegen de muur van het wc-hokje. De ziekte is weliswaar rustig nu, maar daarmee is hij niet hersteld. Op de patiëntenvereniging heeft hij wel gehoord dat bijna iedereen daar in meer of mindere mate kampt met blijvende ernstige vermoeidheid, waar je maar mee moet leren leven. Alsof dat zo makkelijk is. Nog afgezien van de andere klachten. Hij tast naar het puffertje in zijn broekzak. Als kind had hij al astmatische klachten. Door de sarcoïdose in zijn longen zijn die waarschijnlijk weer gaan opspelen. Hij is minder vaak benauwd dan een poos terug, maar helemaal zonder de luchtwegverwijdende medicijnen kan hij niet.

Hij gebruikt het puffertje en probeert minstens tien seconden zijn adem in te houden. Bij de kraan neemt hij een slok water en spoelt zijn mond. Hij haalt een paar keer diep adem. Zo, nu gaat het wel weer en kan hij weer blij zijn voor Elly en Jan.

‘Elly en Jan trakteren ons op een etentje bij de Griek,’ vertelt Jantine nog voor hij bij hun tafeltje is.

‘Dat is leuk,’ reageert hij enthousiast. Het is ook leuk, als hij maar niet al zo moe was.

Karel en Jantine wisselen een blik van verstandhouding als ze zien welke Griek Elly en Jan uitgezocht hebben. Natuurlijk de beste Griek in Nijverdal. Ze hebben er zelf ook vaak gegeten, al is de laatste keer wel een poosje geleden, realiseert Jantine zich.

De ziekte van Karel heeft een enorme impact op hun sociale leven en hun vrijetijdsbesteding. Werken gaat inmiddels weer. Sinds kort werkt hij weer honderd procent. Werken, dat is het belangrijkste voor veel mannen, denkt ze enigszins bitter. Honderd procent op het werk en voor thuis niets meer over. Natuurlijk is werken ook belangrijk, maar privé toch ook?

Nu niet over nadenken, vermaant ze zichzelf.

Ze zijn heerlijk weg met z'n vieren, en hoewel ze zeker weet dat Karel als ze thuiskomen meteen naar bed wil, hebben ze het nu erg gezellig. Dat wil ze niet bederven door vervelende gedachten.

Naast haar klinkt Karels lach om iets wat Jan vertelt en wat ze niet verstaan heeft. Het is niet belangrijk. Ze legt onder de tafel haar hand op Karels been. Meteen voelt ze zijn hand die de hare vastpakt.

‘Keftedes, heerlijke gehaktballetjes in tomatensaus,’ adviseert ze Elly als die twijfelt over het voorgerecht. ‘Dat nemen wij ook.’

‘Dan neem ik dat ook,’ besluit Elly. Zelfs Jan, die zich meestal niet raden laat, gaat in de keuze mee. Pas als de voorgerechten geserveerd worden, laat Karel haar hand los.

Ze hebben een heerlijke avond. Vroeger praatten ze in bed nog door over zulke avonden, maar dat is al een hele poos niet meer aan de orde. Karel is nu zo moe, dat hij zelfs de moeite niet neemt om zijn tanden te poetsen. Bijna meteen hoort ze aan zijn ademhaling dat hij slaapt. Gelukkig, want het gebeurt ook wel als hij zo moe is dat hij dan juist niet kan slapen en de hele nacht ligt te draaien. Zelf vindt ze het heerlijk om de dag aan zich te laten passeren voor ze haar

ogen dichtdoet. Het is haast een ritueel. De keren dat ze zelf afgedraaid in bed rolt en vrijwel meteen in slaap valt, zijn op één hand te tellen.

Elly had gezegd dat ze vond dat Karel er zo'n stuk beter uitzag. Zelf zie je dat minder als je iemand dag in, dag uit ziet. Zij ziet juist de prednisonkilo's en het opgeblazen gezicht, dat hij nog niet helemaal kwijt is.

'Het heeft tijd nodig,' had Elly nuchter gezegd. Dat is ook zo. Ze heeft maar niet gezegd dat ze de symptomen soms verdacht veel op 'mannengriep' vond lijken. Eén keer kuchen en ze moeten met een dekentje op de bank, terwijl ze zelf met veertig graden koorts nog op de fiets stapte om boodschappen te doen of de kinderen van school te halen. Een moeder kan zich niet ziek melden.

Stop!

Ze wil niet in negatieve gedachten verzanden. Daar schiet niemand iets mee op. De slingers moet je zelf ophangen, is haar motto. Jan beheerst die kunst, bedenkt ze. Die lijkt niets anders te doen dan slingers ophangen. Elly bekende dat dat ook niet altijd leuk is. Jan is vaak zo weinig serieus en wil zoveel leuke dingen doen, dat ze niet meer leuk zijn. 'Te veel van het goede, snap je?' had Elly gezegd.

Ze had geknikt, maar eigenlijk begreep ze het niet goed. Hoe kun je nu te veel van het goede hebben? Weer voelde ze wat jaloezie naar haar vriendin, die alles in de schoot geworpen krijgt. Het enige wat zij wel had en Elly niet, waren kleinkinderen. Dat verandert nu dus ook. Hoe goed ze elkaar ook aanvullen en hoe goed ze elkaar ook begrijpen, de ontevredenheid van Elly begrijp ze niet. Elly beseft niet hoe gezegend ze is, concludeert ze. Hoewel ze zelf ook meer zegeningen heeft dan op één hand te tellen is, blijft er nog genoeg te wensen over. Lekker slapen bijvoorbeeld. Ze geeuwt.

Wat als heel je leven wordt overschaduwd?

Karel en Jantine staan aan aan de vooravond van hun pensioen. Terwijl Jantine geniet van hun kleinkinderen en uitkijkt naar meer tijd samen, voelt Karel zich vaak gesloopt. Hij heeft een chronische ziekte, sarcoïdose. Zelf vindt hij dit al lastig om mee om te gaan, maar Jantine heeft het er zo mogelijk nóg moeilijker mee.

De single Corné lijdt aan dezelfde ziekte. Hij vraagt zich af of hij het in zijn situatie wel kan maken om een relatie aan te gaan. Als hij dan toch verliefd wordt, en het is wederzijds, wordt hij gedwongen om zijn overtuigingen te herzien.



Simone Foekens laat in *Geef me de moed* eerlijk en realistisch zien hoe het is om te leven met een chronische ziekte, niet alleen voor degene die eraan lijdt, maar ook voor naasten. Deze roman over hoop en liefde zet je aan het denken en laat je niet meer los.

ISBN 978 90 2054 024 6 NUR 344



9 789020 540246

www.romanserie.nl

Z&K