



Tessa Randau

HET BOS,
VIER VRAGEN,
HET  LEVEN
EN IK

Een vriendschap die
alles veranderde

WIE OP ZIJN
INNERLIJKE KOMPAS
♡ * VAART, ♡ *
BEREIKT OOK MET
GESLOTEN
👁️ 👁️ OGEN 👁️ 👁️
← HET DOEL →



DE ONTMOETING

Hoe vaak heb ik me het hoofd er al over gebroken hoe ik daar die dag terecht kwam. Was het de zon die na lange afwezigheid zo intensief scheen dat het leek alsof de zomer teruggekeerd was, waardoor ik het gevoel kreeg dat alles kon? Of was het twee dagen eerder geweest, huilend op de vloer van de eetkamer, omgeven door broodkruimels en oranje spetters wortelpap. Misschien kwam het ook door de benauwdheid op mijn borst toen ik gestrest van mijn werk in de auto sprong om snel naar de kinderopvang en school te rijden. Ik herinner me nog vaag dat ik de oppas belde om haar te vragen de kinderen op te halen, zogenaamd omdat ik nog een belangrijke vergadering had.

‘Het kan een latertje worden,’ had ik nog toegevoegd voor ik wegreed zonder te weten waarheen.

Later, ik had mijn auto allang geparkeerd, liep ik langs een smal met hoge loofbomen omzoomd pad. Het roodbruine bladerdak ritselde boven mijn hoofd.

De okergele stralen van de namiddagzon die schuin door de open plekken schenen, doopten de omgeving in warm licht. En opeens was ie daar: mijn open plek. De oude knoestige eik met in zijn stam de eens moeizaam door mij daarin gekraste initialen, spreidde zijn machtige takken uit alsof hij me welkom wilde heten. Een zacht briesje zorgde ervoor dat de gele bladeren speels naar beneden dwarrelden. En onder de boom stond verweerd maar stevig de oude bank. Er was niets veranderd. Een plekje dat eruitzag alsof het niet meer in deze tijd paste. Het was alsof ik thuis was gekomen.

Ik ging zitten en streek met mijn hand over het ruwe, met korstmos bedekte hout. Het voelde aangenaam warm aan. Waarom was ik hier al zolang niet meer geweest? Hoe was het mogelijk dat deze plek al zovele jaren uit mijn leven was verdwenen? Opeens voelde ik me ontzettend verdrietig en mijn ogen liepen vol tranen. Wat was er toch aan de hand met me? Waarom was ik de laatste tijd al door zulke kleine dingen van de kaart? Waarom was ik voortdurend chagrijnig en had ik zo'n kort lontje? Vanochtend nog had ik een collega de mantel uitgeveegd omdat ze me per ongeluk twee verkeerde getallen had doorgegeven, een kleinigheid waar ik normaliter niet zo'n punt van had gemaakt.

Ik keek naar de ondergaande zon en zuchtte. Waarschijnlijk was ik gewoon moe en kreeg ik niet voldoende slaap. De jongste had me de nacht ervoor met zijn gehoest bijna elk uur wakker gemaakt. En ook de nachten daarvoor waren veel te kort geweest, omdat ik lang wakker had gelegen en over het nieuwe project op mijn werk had liggen piekeren.

Als ik dadelijk thuiskom laat ik de boel de boel en ga ik na de kinderen ook meteen naar bed, besloot ik. En alleen al door die belofte aan mezelf voelde ik me een beetje beter.

Bovendien heb ik even rust nodig, schoot het door mijn hoofd. Wat verlangde ik naar de grote loungebank in onze woonkamer die tegenwoordig bijna uitsluitend als springkussen dienstdeed. Hoe fijn zou het zijn om daar eindelijk weer eens rustig op te kunnen liggen en ongestoord een boek te lezen. Of te ontspannen in de sauna, omhuld door weldadige dampen. Of uit eten te gaan met een vriendin. Twee, drie glazen wijn, een goed gesprek en zorgeloos zijn. Ik miste het allemaal zo.

Nog een zucht. Ik besepte eens te meer hoezeer ik mijn beste vriendinnen miste. Sinds de vijfde klas waren Melli, Gisi, Heike en ik een onafscheidelijk

klavertjevier geweest tot het leven ons in alle windrichtingen had verstrooid. Intussen moest ik door het halve land als ik Melli wilde zien. En Gisi zat zelfs helemaal in de Verenigde Staten. Ook Heike zag ik veel te weinig, hoewel we in dezelfde stad woonden. Ik had haar drie maanden geleden voor het laatst gezien op haar verjaardag. Aan bellen kwamen we ook nauwelijks toe.

Hou es op met dat zelfmedelijden, riep ik mezelf tot de orde en ik veegde met de rug van mijn hand de natte sporen van mijn tranen weg. Ik viste mijn smartphone uit mijn handtas en tikte: HALLO HEIKE, IK MIS JE! ZIN IN EEN MEIDENAVOND? ZOU IK LEUK VINDEN. Ik voegde er een lachende 😊 aan toe en voelde mijn gelaatstrekken ontspannen. Ik drukte op verzenden, leunde achterover en sloot mijn ogen.



Vier uur 's middags. Ik was precies op tijd. Lichtvoetig liep ik de smalle trap op naar het kleine terras. De meeste tafeltjes waren al bezet, maar Heike was in geen velden of wegen te bekennen.

‘Ciao, bella,’ zei Luigi die net met een vol dienblad naar buiten kwam. ‘Hoe is het met je?’ Hij zette twee latte macchiato, een coupe ijs met slagroom en een

groot stuk taart op een van de lichtbruine tafeltjes waaraan een grijs paar zat. ‘Prego,’ zei hij tegen de klanten en tegen mij terwijl hij naar een tafeltje aan de rand van het terras liep van waaruit je een prachtig uitzicht had over het water: ‘Jij zit vandaag hier.’

‘Dank je,’ zei ik en ik ging zitten. ‘Leuk om hier weer eens te zijn.’

‘Wil je al iets bestellen?’ vroeg Luigi en hij haalde zijn opschrijfblokje tevoorschijn.

‘Dank, ik wacht nog even tot Heike er is. Ze kan elk moment arriveren.’

‘Mooi zo! Dan wordt het vast weer de *coppa di amici, si?*’ zei Luigi met een knipoog.

‘Wie weet,’ zei ik en ik grijnsde bij de gedachte. Heike en ik kenden Luigi’s al sinds school. Destijds was de kleine gezellige ijssalon net nieuw en we gingen er vaak samen met Melli en Gisi naartoe. Omdat we niet zoveel zakgeld hadden, lepelden we meestal met zijn vieren aan een reusachtige slagroomkrokantcoupe die Luigi op een gegeven moment gekscherend vrienden-coupe was gaan noemen.

Ik leunde achterover. Ook vandaag liet de herfst zich van zijn mooiste kant zien. Langs de oever van de onder het terras langsstromende rivier genoten vele mensen te voet, op de fiets of op skeelers van de laatste zonnestralen. De bladeren van de hoge bomen langs de rivier

kleurden rood, geel, groen en bruin. Een tijdje observeerde ik hoe een labrador telkens opnieuw het water in sprong om een stok te apporteren.

Waar blijft Heike toch, vroeg ik me nerveus af en ik keek op mijn horloge. Om zes uur moest ik de kinderen alweer ophalen. Dagenlang had ik schietgebedjes gedaan dat niet een van de kinderen ziek zou worden waardoor ik onze afspraak zou moeten verzetten. Het was moeilijk genoeg geweest een gaatje in de agenda te vinden. Sinds ik in het bos een berichtje aan Heike had gestuurd waren er twee weken verstreken waarin ik mezelf moeizaam overeind had gehouden.

Het was twintig over vier. Zat Heike ergens vast in het spitsuur? Ik pakte mijn telefoon en tikte: WAAR BLIJF JE? IS ALLES OKÉ?

Tien seconden later kwam er al antwoord. O NEE!!! WAS DAT VANDAAG??? HEB HET VOOR VOLGENDE WEEK WOENSDAG IN MIJN AGENDA STAAN. SORRY, LIEFFIE, KUN JE DAN OOK? DIKKE KNUF, HEIKE.

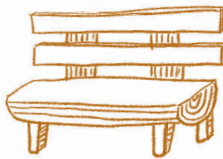
Een halfuur later kwam ik bij de oude bank aan. Mijn ledematen voelden als lood, alsof ik de hele dag had lopen slepen met iets zwaars. Ik ging zitten en keek naar boven. De laatste stralen van de namiddagzons hadden nog voldoende kracht om de kroon van de

oude eik in een goudkleurig bad te dopen. Langzaam liet ik me tegen de rugleuning zakken en sloot mijn ogen. Ik voelde hoe de wind mijn armen zachtjes aaide en ik luisterde naar het getjilp van de vogels vanuit het bladerdak van de bomen. Stukje bij beetje voelde mijn lijf lichter aan en mijn oogleden zwaarder. Het was alsof de bosgeluiden me meedroegen naar ergens ver weg.

‘Mooi is het hier, hè?’ sprak opeens een vreemde stem.

Geschrokken opende ik mijn ogen. Naast mij op het bankje zat een oude vrouw met wit haar. Ze glimlachte vriendelijk. Waar was ze vandaan gekomen? Ik had niets gehoord.

‘Ik wil niet storen,’ zei de vrouw. ‘Ik ga hier soms zitten om na te kunnen denken.’



Dit is het verhaal van een jonge vrouw met een veeleisende baan en een druk gezinsleven. Op een dag ziet ze het niet meer zitten en vlucht ze het bos in. Ze wil ontsnappen aan haar leven. Maar ze begrijpt haar eigen gevoelens niet, want ze heeft toch alles waar ze van droomde? Dan ontmoet ze een oudere vrouw die haar vier vragen stelt. Er ontstaat een bijzondere vriendschap, die haar leven ingrijpend verandert.

Dit boek inspireert je om te ontdekken wat écht belangrijk voor je is, met meer rust en geluk tot gevolg.

© ULRIKE SCHACHT



Tessa Randau (1976) is stress- en burn-outcoach. Met haar boek, gebaseerd op eigen ervaringen, wil ze vrouwen helpen meer uit hun leven te halen. In Duitsland is *Het bos, vier vragen, het leven en ik* een bestseller.



9 789021 579511

www.kosmosuitgevers.nl

**KOS
M•S**

NUR 770
Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen