

Pluk de appel

## Colofon

ISBN: 978 90 8954 863 4

1e druk 2016

© 2016, Titia Hennemann-Heering

Exemplaren zijn te bestellen via de boekhandel  
of rechtstreeks bij de uitgeverij:

Uitgeverij Elikser

Ossekop 4

8911 LE Leeuwarden

[www.elikser.nl](http://www.elikser.nl)

Vormgeving binnenwerk: Evelien Veenstra

Vormgeving omslag: Ruud Snijders

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op wat voor wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgeverij.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the author and the publisher.

# Pluk de appel

Titia Hennemann-Heering





Zie ook [www.illuminosa.nl](http://www.illuminosa.nl), voor aanvullende verhalen, foto's en de muziek die me tijdens het schrijven inspireerden.



## PROLOOG

### Heimwee naar de nieuwe wereld

*‘Paarden zijn krachtige leraren die ons uitnodigen terug te keren naar ons eigen paradijs, en ons helpen de afgewezen stukken weer thuis te laten komen.’*

Linda Kohanov

1998. Ik zit op een stoel in onze zitkamer. Het licht schijnt door de ramen naar binnen. Ik schuif de stoel zo ver naar voren dat ik midden in de warme stralen zit. Als ik mijn ogen dicht doe om te mediteren, zie ik de brug. Het is een oude hangbrug over een grote kloof met daaronder wild stromend water. Voorzichtig loop ik over de wiebelige planken naar een vorig leven.

Zodra ik mijn voet op de andere oever zet, wordt alles groen. Alles is natuur. Onder mijn voeten groeit zacht verend gras en om mij heen straalt een helder licht zoals ik het niet ken. Een behaaglijke warmte wikkelt zich om mijn lichaam. Terwijl ik voorzichtig doorloop, wuiven de bomen mij toe en verder ga ik, over glooiende vlaktes en dichtbegroeide paden. Nu mijn ogen aan al het groen gewend zijn, zie ik langzamerhand meer kleuren: van vlinders, bloemen, vogels. Al mijn zintuigen staan wagenwijd open. Mensen die voorbijkomen, groeten mij en verdwijnen in het niets. Dieren verschijnen en vervagen weer. Hoewel er met geen woord wordt gesproken, neem ik al-

les waar, voel ik wat er in de andere wezens omgaat. Er is geritsel in het struikgewas en ik vang de blik van een dier. Ik luister naar het geruis van bladeren en snuif geuren op die ik ken. Onder dat alles is een constante ademhaling hoorbaar. Wiens ademhaling? Die van mij.

En niet alleen van mij. Het is de ademhaling van de hele omgeving. Geheel afgestemd en synchroon. Alles beweegt op dezelfde ademhaling mee, alles beweegt als één ding. Wát een overweldigend gevoel. Het ritme wordt aangegeven door mij en toch vloeit het naadloos over in het ritme van de natuur om me heen. Alle wezens ademen met mij. En in mijn hoofd is het stil. Er verschijnt een glimlach op mijn gezicht en dat is omdat... omdat ik glimlach! Mijn hart gloeit en groeit. Ik voel me totaal opgenomen en een met alles om me heen. Mijn lichaam voelt warm en gewichtloos, het geeft zich helemaal over. Ik ben thuis.

Dan valt mijn oog op de oude brug. Het is tijd om terug te gaan. Terwijl ik mijn voeten voorzichtig weer op de planken zet, glijdt een ijzige kou in mijn lichaam en lijken mijn zintuigen zich dicht te draaien. Terug op de andere oever open ik mijn ogen. Tranen lopen over mijn wangen. Hoe kom ik daar ooit weer terug?



## HOOFDSTUK 1 2011

### Het jaar van het Konijn

*Graven en ondergraven. Tunnels graven en ondertussen kunnen heilige huisjes op oude grondvesten onderuit gehaald worden. Dat is o.a. de symboliek van Konijn: hij haalt oude zaken onderuit. Dingen die niet echt deugen dienen te verdwijnen uit een mensenleven. Soms blijft de mens te lang staan of bouwt hij te lang op oude wetten en structuren, op oeroude funderingen die helemaal niets met leven te maken hebben, die dienen te verdwijnen voor eigen bestwil. En omdat de mens niet zelf breekt of stopt hiermee, haalt het leven dat zelf onderuit, roept de mens onbewust zaken in het leven die hem onderuit halen[...]*

(uit Christiane Beerlandt, *Als de dieren spreken konden*, 2003: het konijn)

#### **mei 2014**

“Het is nogal een vuilnishoop,” zegt de vrouw tegenover me. We zitten in een hip pand aan het IJ, vlak bij het Filmmuseum. Langs een ketting van vage straatjes baande ik mij een weg door Noord, waarop ik bij een kade kwam met weids uitzicht. Vandaar reed ik verder over een zandpad, via de bouwplaats bij het Shell-gebouw tot, helemaal aan het eind van de weg, een groot, oud bruin gebouw. Het moet een bedrijfspand geweest zijn, maar nu is het een verzamelplaats van jonge ondernemers en kunstenaars. Het licht lijkt hier witter en ook de stevige wind doet me denken aan de kust. Hier vond ik de coach

die mij moet helpen helderheid te krijgen in mijn eigen verhaal.

“Sorry, dat is niet zo respectvol,” zegt ze erachteraan. Maar ik lach, want ze heeft gelijk. Een paar weken geleden stuurde ik haar mijn ‘verhalen’ toe. En dit is haar verdict. “Maar er is hoop,” zo voegt ze eraan toe. “Een aantal verhalen heeft me echt geraakt, dus je kan het wel.”

Mijn blik valt op een schilderijtje in de kast achter haar. Het is een kinderlijke afbeelding van een dolfijn met een kroon. Ik laat mijn schouders zakken. Dolfijnen energie! Vrolijkheid, luchtigheid en speelsheid. Precies de energie waar ik twee dagen geleden in een meditatie om vroeg. Ik zit hier goed. Dit kleine schilderijtje, het blijkt van haar zoon in zijn jongere jaren te zijn, is precies het duwtje in de rug dat ik nodig heb.

## **12 februari 2011**

Met een klein groepje mensen doe ik mee aan een opleiding *Spiegelen met paarden*. Buiten is het ijskoud. Met dekens onder de arm en krukjes op ons hoofd lopen we naar buiten. Op deze laatste dag namen we allemaal een proefpersoon mee. Wanneer ik als eerste een proefpersoon mag uitkiezen, valt mijn oog meteen op een vrouw met een sterke energie. Ze komt niet bepaald vriendelijk over, lijkt eerder stug. Het is alsof iets in mij me haar kant op duwt en zonder dralen loop ik op haar af. “Zullen wij maar beginnen?” Als het niet al waterkoud was in de lucht dan bevries ik nu helemaal. Gedachten razen als ongeleide projectielen door mijn hoofd. We gaan samen in de ring staan en het jonge paard dat met ons werkt, scheurt binnen een seconde als een wilde door de bak.

Terwijl de proefcliënte ongenaakbaar en nog even stug om zich heen kijkt, voel ik helemaal niets en kan ik ook niets meer. Teleurgesteld stappen we beiden uit de bak. “Dat gebeurt me nou altijd,” zegt mijn proefpersoon. “Mij ook,” antwoord ik bibberend.

Trainster Sanny heeft moeite het jonge paard tot rust te brengen.

### **1 juni 2011 The Heart Asks Pleasure First**

Ik ben diep in gedachten verzonken. Hoe kan ik mijn talenten en eigen ervaring met borstkanker inzetten om anderen te helpen? Dan belt mijn vriendin Renée. Ze vertelt dat ze nóg een paard heeft gekocht. Voor ik het weet, ben ik in tranen. Ja, natuurlijk is er jaloezie. Ik ben het paardenmeisje der paardenmeisjes. Als kind al las ik paard, droomde ik paard en speelde ik paard. Toen ik twintig jaar geleden borstkanker kreeg, verscheen er in mijn dromen een groot zwart paard, dat ik vergeleek met Ardanwen uit Tonke Dragts boek *De brief voor de koning* (1962). Met zijn enorme hoeven verpletterde hij de kanker. Ik droom mijn hele leven al van een eigen paard. Maar waarom gaat het dit keer zo diep? Waarom ben ik zo geraakt? Ik weet het niet. Vandaag staat het antwoord voor mijn neus. Ik speel een stuk uit de film *The Piano*. Muziek die me raakte toen we afgelopen zomer met de hele familie in een oud kasteel in Frankrijk zaten met de vijftigjarige bruiloft van mijn ouders. We lagen in de lome schaduw een wijntje te drinken en lazen boeken, toen er op de achtergrond piano werd gespeeld. De naam van het stuk kwam binnen: *The Heart Asks Pleasure First*.

Ik had het weer laten gebeuren. In de overtuiging dat ik gelukkig zou worden als ik mijn talenten zou gebruiken

en nog beter mijn best deed, had ik mijn hoofd aan het roer gelaten. Maar mijn hart wil geen andere mensen redden. Het heeft geen zin om zijn best te doen.

Het goed doen, je best doen voor anderen, vóór je zelf plezier mag hebben. Hoe merkwaardig is het toch dat geen van mijn ouders ons ooit iets van het protestantse geloof heeft willen bijbrengen en ik me er toch zo naar gedraag? Oké, van beide kanten waren betovergrootvaders wel dominee, een zelfs hoogleraar theologie en een belangrijk man in de remonstrantse kerk. Maar ik ben nooit gedoopt, we gingen niet naar de kerk en er werd niet eens over gesproken. Ik ging zelfs naar een katholieke nonnenschool in België. Hoe kan dat calvinisme alsnog zijn doorgesijpeld in mijn bloed? Wat zit er in mijn cellen dat mij ervan overtuigt dat ik gelukkig word door te buigen voor de druk van familie-ambities?

Ik wil niets doen met borstkanker. Mijn hart wil gewoon een paard.

## **20 mei 2014**

Mijn kamertje is niet groot, maar het is van mij. Er is één logeerbered en er staan twee stoelen bij het raam. Door het dakraam schijnt de zon altijd naar binnen. Hier sluit ik mij af van de rest van de wereld. Ik tikte een lange tafel op de kop voor mijn schrijfspullen. Op die tafel staat het schilderij dat ik gisteren kocht. Het is geschilderd door een oudtante, een nicht van mijn moeder. Ze maakte de meest kleurrijke schilderijen, die ik allemaal wel zou willen hebben. Maar ik koos deze. Voor een struik staat een bruin houten bankje. Erop zit een vrouw met een fel paarse broek. Ze lijkt onverstoorbaar een boekje te lezen. Rechts achter haar schieten gigantische oranje en gele bloemen

omhoog. Aan haar voeten, op een lichter paars gekleurde grond, scharrelen mussen rond. Het doet me denken aan mam. Ik hoop dat zij zich ook zo voelt. Rustig, onverstoorbaar. Maar diep vanbinnen weet ik dat dat niet zo is. Ik doe mijn laptop open en begin opnieuw met het schrijven van mijn verhaal.

### **21 mei 2014**

Op de tweede dag dat ik schrijf, maakt zich een drukkend en beklemmend gevoel van mij meester. Mijn schouder doet pijn en ik denk aan mam. Omdat ze helemaal in de war was, is ze opgenomen in een tehuis voor dementen. Pap is daar nu ook. Ik durf ze niet te bellen, ben bang dat ze niet gelukkig zijn. Wat als ze weg willen en me verwijten: “Wat heb je gedaan?!” Héb ik wel genoeg gedaan? Mijn hoofd rattelt: Is het wel de bedoeling dat ik schrijf? Zouden ze het goedkeuren? Ben ik wel veilig? Weer voel ik mijn schouder. Morgen heb ik een mammografie. Misschien moet ik vragen of ze óók mijn schouder controleren? Ik kan niet meer schrijven.

### **22 mei 2014**

Ik ben net terug uit het Antonie van Leeuwenhoek. Alles is in orde. Zelfs bij mijn schouder is niets te voelen. Ik ben opgelucht en kan langzaam weer wat ontspannen. Maar schrijven zit er even niet in.

### **Zomer 1970**

We zijn er! Mijn hart springt op. We rijden over de eeuwenoude brug van kasteel Mheer, in Nederlands Limburg. Een paar kinderen doen de radslag en spelen op het grasveld op de binnenplaats. Daarnaast werkt een hoefsmid aan

een paard. Mam parkeert de auto op de binnenplaats. Ik sta er onmiddellijk naast. Met mijn slaapzak en koffer loop ik door de poort, steek de kleinere binnenplaats over en trek mijn spullen de oude stenen trap op. Ik herken die vochtige geur. Omdat deze binnenplaats veel minder licht krijgt, is het hier stukken koeler. Ik open de grote houten deuren en daar staan ze: Vera, Adelheid en Paul, de leiding van het paardenkamp. Van mam ben ik me niet meer bewust. Op mijn vraag waar ik slaap, is het antwoord: “De duivels kamer”. De treden van de brede, oude houten trap kraken onder mijn voeten als ik mijn spullen naar boven sjouw. Op zoek naar de kamer met de spannende naam. In een ruime kamer staan drie bedden boven elkaar. Aangrenzend aan de kamer is een badkamer. Door grote ramen kan je de weilanden zien, waar een kudde Haflingers, bruine pony’s met blonde manen, rustig in de zon staat te grazen.

’s Ochtends zitten we met zijn allen in de eetzaal. Iedereen is wat stiller dan gisteravond. Ik voel de spanning door mijn lijf gieren. Welk paard zal ik vandaag krijgen?

Een uur later rijden we met onze groep de poorten van het kasteel uit, de groene heuvels in. Een jongen zingt een gek lied in het plat Limburgs:

“In het land van Suriname  
holadiejeejee, holadiejo  
Zat een strontvlieg voor de ramen  
holadiejeejee, holadiejo  
Waar zat die strontvlieg naar te kijken  
holadiejeejee, holadiejo  
Naar een olifant die stond te zeiken  
holadiejeejee, holadiejo”

Rechts van ons staan appelbomen in de bloei. De zon schijnt en het ruikt naar vers hooi. Ik zit op Dona Bella, een gevoelig paard waar niet iedereen op mag rijden. Maar ik wel. Krul gelukkig ben ik.

### **3 mei 2011**

De citadel lijkt verloren, belegerd door een onmetelijk groot leger van angstaanjagende orks. Bloeddorstige monsters, zoals een mens ze alleen in zijn diepste nachtmerries ziet. Achter de muren staat een klein maar vastberaden groepje achtergebleven mannen. Hun vrouwen, de kleinste kinderen en andere kwetsbare bewoners zijn ondergebracht in lagergelegen grotten. De oudere mannen hebben zich tot een groepje grotere kinderen gewend en spreken hen moed in. Ook zij krijgen een zwaard aangegord.

Alles lijkt verloren. Alles waarvoor ze tot dat moment hebben gevochten, de vrijheid om vreedzaam en in overeenstemming met wie ze zijn te leven.

Aan de overkant liggen de donkere heuvels, als stille getuigen van het naderend drama. Het wachten is op de dageraad. Dan zal de strijd losbarsten.

De eerste zonnestrallen bereiken de heuvels. De spanning is te snijden. Het is zover.

Maar wat is dat? Hoornageschal? Van over de rand galoppeert een wit paard de heuvel af, op zijn rug een even zo witte verschijning. Het is de magiër, Gandalf. De redding is nabij.

Mijn hart bonkt in mijn borstkas en de tranen stromen over mijn wangen. Op zijn roodpluchen stoel in de bioscoop kijkt mijn man me verbaasd aan. “Wat is er met jou?”

Na de film lopen we achter drommen mensen aan naar de uitgang. De gekleurde art-decomuren van Tuschinski, die me meestal zo blij maken, doen nu hun werk niet. Nog steeds met een bonkend hart en trillende benen loop ik samen met Philip de Reguliersbreestraat in.

### **28 augustus 2011**

Mijn broer Erland belt me. Ze zijn terecht. Pap en mam zitten in Parijs. Ze hebben in de auto geslapen, of in het politiebureau, dat is nog even niet duidelijk. Een paar dagen daarvoor waren ze vertrokken vanaf hun vakantieadres in Noord-Spanje. Daar was ook al wat gebeurd. Een botsing. Gelukkig waren ze met de schrik vrijgekomen, maar paps auto bleek niet doorverzekerd. Erland spreekt Spaans en heeft alles kunnen sussen en regelen, maar bezorgd waren we wel. Pap is altijd de precisie zelve geweest en een rustige automobilist. Dit was niets voor hem. En toen waren ze ook ineens kwijt: ze kwamen niet terug op de verwachte dag en namen ook geen contact op. (Mobieltjes, dat is hun ding niet zo.)

Maar nu zijn ze dus gevonden. Midden in de nacht waren ze bij de periferie rond Parijs vermoedelijk de weg kwijtgeraakt. Ze hadden er ruzie over gekregen. Mam was uitgestapt. Pap weggereden. “Die gekke pap,” vertelde ze later aan de telefoon. “Hij was kwijt en dus heb ik een politieagent aangehouden. Het waren zulke aardige mensen in Parijs, en gisteren hadden we ook al zo’n leuk adresje. Waar we in Parijs slapen? Ja, het was wel een beetje gek. Maar hoe is het met jou?”

Sinds een paar jaar vergeet pap steeds meer. Zijn vader overleed op 79-leeftijd aan alzheimer en het lijkt erop dat hij hetzelfde heeft. Hij doet mee aan een onderzoek aan



de VU. Maar mam ontkent alles. “Het gaat heel goed met hem,” is stevast haar antwoord als we ernaar vragen. “We wandelen heel veel.”

### **5 september 2011**

Vannacht droomde ik weer dezelfde droom. Van een wit paard dat in vliegende galop uit de groene heuvels komt rennen. Het komt dichterbij en raakt me aan. Dan word ik wakker. Ik voel een overweldigend gevoel van vrijheid en kracht door mijn lichaam stromen, terwijl mijn hart pijn doet van verlangen naar de verbinding met dit magische dier.

### **20 september 2011**

“Het is rond,” zegt Philip aan de telefoon. Zijn stem klinkt vermoeid, maar hij lijkt ook opgelucht. Jaren geleden richtte hij een bedrijf op dat hem veel plezier, maar ook veel stress opleverde. Het bedrijf was voor hem als zijn familie, hij voelde zich betrokken en verantwoordelijk voor iedereen die er werkte. Een paar maanden geleden doken er kopers op. En het werd verkocht. Zelf werd hij directeur van een combinatie van dochtermaatschappijen. Maar de stijl van de nieuwe ‘moeder’ paste niet bij hem. Met steeds minder plezier vertrok hij naar zijn werk. Na een hoop getouwtrek stapte hij eruit. Ineens hebben we meer financiële ruimte. Even pas op de plaats. En nu? Een boot? Een paard?

### **2 oktober 2011**

Het is twee uur rijden naar Friesland. In een serieus telefoongesprek een paar dagen eerder was ik helemaal doorgelicht. Waarom ik een paard wilde kopen. Wat mijn

achtergrond was. Wat ik van paarden wist en ook nog: wat voor iemand ik was. Mijn verhaal kon kennelijk door de beugel, want ik mocht de paarden komen bekijken. Met kloppend hart rijd ik het erf op van een boerderij met manege. Achter in de donkere kantine vind ik mijn gastvrouw, die me meeneemt naar de stallen, waar een aantal prachtige paardenhoofden zich naar ons toedraait. Staat hij erbij? “Nee,” zegt de vrouw, “Jugueton staat daar in de hoek.” Ze pakt een halster en prompt steekt een paard zijn hoofd naar buiten. Ik weet meteen dat dát hem is. Daar staat hij: de jonge Spaanse hengst van het plaatje waar ik voor gevallen ben. Vier jaar oud en nog maar een paar maanden in Nederland. Mijn hart klopt in mijn keel. Wát een prachtpaard.

Maar Jugueton lijkt daar totaal niet van onder de indruk. Hij kijkt onverschillig de andere kant op, negeert me compleet. Niets in zijn houding duidt op interesse. Dit kan niet goed zijn, denk ik in de auto terug naar huis. Zó genegeerd te worden, zó niet gezien, dat kan ik niet aan. Maar de opwinding blijft. Een paar dagen later bekijk ik nog steeds zijn foto op internet. Intussen heeft Philip zijn droomboot gevonden: The Black Pearl, naar het geliefde schip van piratenkapitein Jack Sparrow. In mijn hoofd hoor ik steeds die opzweepende muziek van *Pirates of the Carribean*. Het avontuur roept!

Was ik niet op zoek naar speelsheid in mijn bestaan? Nou? Heet dit paard niet Jugueton, wat ‘speelsheid’ betekent? Ik zie het plaatje dat ik een jaar geleden op mijn *mood-board* plakte weer voor me: een man die langs het strand rijdt, met naast zijn paard een varken. Precies zo’n varken stond bij Jugueton op stal. De tekenen kloppen. Maar is dat genoeg? Wat zie ik toch in dit paard? Het is niet alleen

zijn kracht, maar ook de blik in zijn ogen. Ik zie eenzaamheid en verdriet. Is het zijn ziel die ik herken? Kan ik met hem de verbinding vinden waar ik zo naar hunker?

Mijn paardenvriendin Sanny biedt aan samen met mij te gaan kijken. Ze heeft zo haar twijfels. Maar op de ochtend voor we hebben afgesproken belt ze af. Ze is doodziek en kan haar bed niet uit. Moet ik in mijn eentje gaan? Ik lig net weer in bed als er wordt aangebeld. Beneden staat Renée. De Renée die nóg een paard kocht en mijn hart daarmee wakker schudde. In mijn ochtendjas doe ik voor haar open. We drinken een kopje thee. Renée kan met me mee. Warmer en fijner kan ik het me niet voorstellen!

## **24 juli 2014**

Ik zit aan het kleine bureau in de zitkamer van het familiehuis op de Veluwe. Iedere zomer vieren we daar vakantie. Mijn moeder liep er als kind al door de bossen, ik maakte er kampen en speelde heks in het struikgewas, en nu voetballen mijn dochters met hun neven en nichtjes op het grote grasveld. Het is een oud jachthuis. Donkergroene raamkozijnen en een rood dak. Boven op het dak de hamer van de Germaanse god Thor. Binnen zijn de vloeren en wanden van hout en hebben de slaapkamers allemaal hun eigen kleur. Ooit uitgezocht door mijn eigenwijze moeder en haar nichten, die allemaal van mooie dingen houden.

Vanaf de muur links word ik bekeken door oudooms en tantes die er allang niet meer zijn. Nog meer foto's aan de muur daartegenover en daarboven een pentekening van mijn betovergrootvader, de dominee. Een rustige, vriendelijke uitstraling heeft hij, terwijl hij een boek leest. Hoe

anders dan zijn zoon, de imposante F.G, die dit huis ooit kocht voor zijn vijf kinderen. Als belangrijk industrieel en toonaangevend man legde hij niet alleen zijn stempel op de familie, maar ook op de maatschappij. Kunnen wij ooit nog aan hem tippen? Konden zijn kinderen dat?

### **31 augustus 2011**

“U mag meelopen,” zegt de assistente. De vleugel voor hersenproblematiek en dementie van het VU ligt in een rond gebouw met veel licht. De professor – een jeugdige en toegankelijke man met een zwierig vlinderdasje – leidt het onderzoek waar mijn vader aan meedoet. Vandaag krijgen we de diagnose. En het lijkt geen twijfel meer: pap heeft de ziekte van Alzheimer.

Meteen geeft de professor ook zijn advies, waar wij kinderen met pijn in het hart om vroegen. Het is beter om niet meer auto te rijden. Pap en mam wonen in België. Laatst zou pap mam ophalen bij een vriendin op tien minuten afstand. Twee uur later stond hij bij mijn broer voor de deur, in Den Haag.

Pap lijkt de diagnose heel rustig op te vangen. Wel vraagt hij zich af hoe het kan. Hij heeft nog nooit een ongeluk gemaakt en hij rijdt ontzettend goed. We vertellen hem van het voorval in Spanje. Dat kan hij zich niet zo goed herinneren en bovendien: daar kon hij niets aan doen!

“Zorgt u wel goed voor uzelf?” vraagt de professor aan mam. “Partners van mensen met alzheimer hebben het vaak zwaar. Soms vallen ze zelfs nog eerder om.” Maar mam geeft geen strobreed toe. “Het gaat heel goed met mijn man,” vertelt ze. “Er is niks met hem aan de hand. En we wandelen veel, met ons hondje Gucci. Dat is een heel bijzondere teckel.” De arts herhaalt zijn boodschap