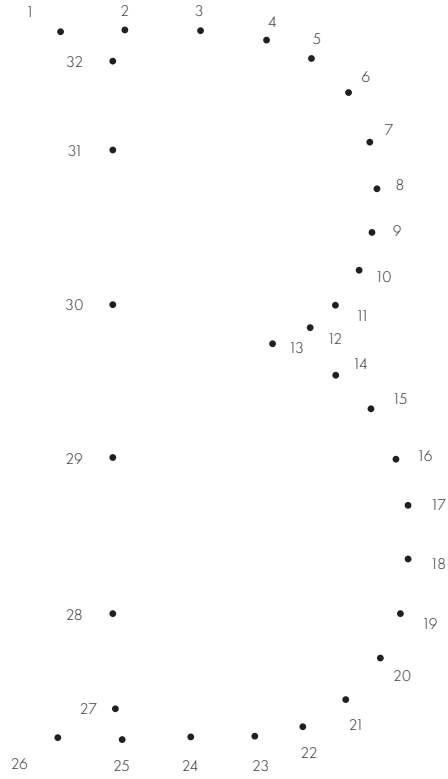


# plan





plan  
B

EVI RENAUX

 | LANNOO



- plan B -

**Het is niet  
zoals het was.**

---

**Het wordt niet  
zoals het werd.**

---

**Het wordt  
weer zoals het is.**

---

**Maar beter.**

---

**Met de B.  
Van plan B.**

B

B

B

B

B

B

B

B

B

B

B

B

B

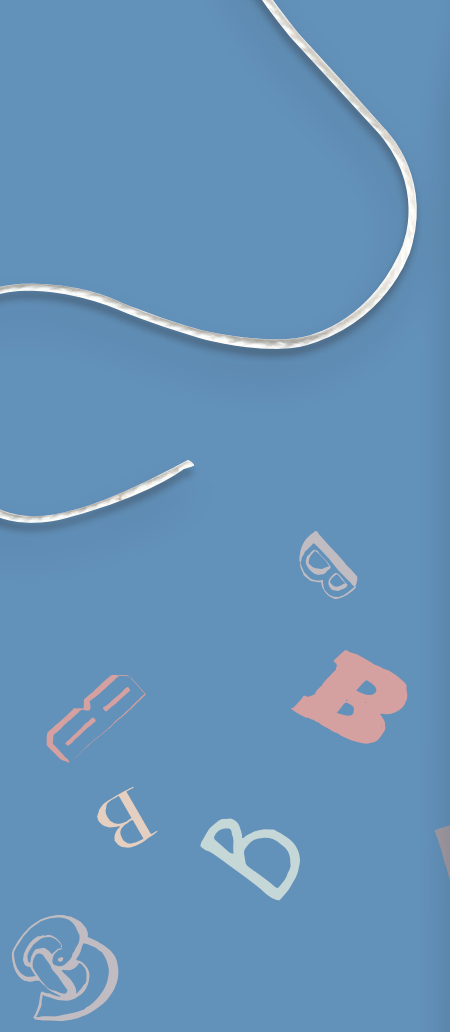
B

B

B

B

B



08 **WOORD VOORAF**  
10 **INLEIDING - 15 APRIL 2016**  
17 **EEN PLAN WAT?**

---

23 **ONTMOETEN**  
The scariest moment is always just  
before you start.

---

59 **ONTDEKKEN**  
Dat wat je zoekt, zit al in je.

---

89 **LIEFHEBBEN**  
If you can dance and be free,  
and not be embarrassed, you can  
rule the world.

---

117 **UITSTIPPELEN**  
You don't have to see the whole  
staircase, just take the first steps.

---

143 **DELEN**  
To believe in something and not  
live it, is dishonest.

---

168 **EPILOOG**

## Over mijn plan B. En Evi.



Hij viel.  
Op mijn hoofd.  
Totaal onverwacht.  
En toen kwamen de tranen.  
Het was de wereld die op m'n kop  
viel en ik die het niet meer wist.  
Behalve af en toe mijn neus snuiten  
wilde ik alleen maar schrijven.  
Het werd een overlevingsmechanisme  
om mijn emoties te begrijpen en  
mezelf te redden.



# WOORD VOORAF

Organisch. Dat is het woord. Zonder veel moeite, recht uit het hart.

Misschien zijn dat wel de kernwoorden van wat een goed plan B moet zijn?

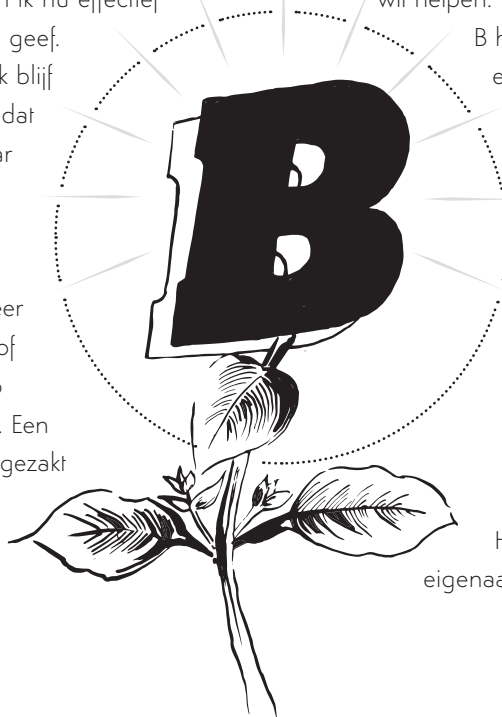
Zelf heb ik er nooit zo bij stilgestaan, ging ik er nooit bewust naar op zoek. Het leven wees de weg. En koppig als een ezel bleef ik doodlopende straatjes inslaan en omwegen maken om zo uiteindelijk op het goeie pad te komen. Ik kus mijn twee handen en (bijna) mijn voeten dat ik dat plan B ook echt heb omgezet in iets werkelijks. Dat het geen droom bleef en ik nu effectief schrijf en yogalessen geef. Vandaar die 'bijna'. Ik blijf oefenen. Ze zeggen dat yogaleraars ook maar mensen zijn. Blijkbaar.

Soms, als het niet meer gaat. Dan lijkt het alsof niks nog zin heeft. Zo was het ook voor Evi. Een scheve rug, een weggezakt hart en niet meer de carrière die ze voor ogen had.

En toen, na al die kleine beetjes, volgde het grote plan B. Schrijven. Dankbaar dat haar plan B haar op mijn pad bracht. Van hart tot hart wandelen we nu naast elkaar. Dat schrijven, dat bindt ons. Net als gin-tonic en afhaalcurry. Evi kan schrijven. Ik zweer het u (vriendinnen doen dat, zweren.) En dat doet ze zo ontzettend graag dat ze ook jou op weg wil helpen. Want voor een puik plan B heb je geen scheve rug, een gebroken hart of een burn-out nodig. Met een gezonde portie goesting kom je al heel ver. Al is het maar een beetje.

**Geef het wat eten, wat water, ruimte en tijd. En voor je het weet staat die grote letter te stralen. B.**

**Eva Daeleman.**  
Houdt van water, reizen en eigenaardige mensen. En van Evi.



# INLEIDING

---

15 APRIL  
2016

**'Blèh.'**

Mijn lichaam  
heeft stop  
gezegd.

Een maand geleden verscheen mijn boek *Life on sneakers*, en sindsdien zat ik op de meest geweldige rollercoaster ever. Zo eentje waarvan de gordel veel te strak zit omdat je bochten zult nemen die je naar adem zullen doen happen. Zo eentje waarvan je denkt dat hij is gestopt, tot hij plots de hele rit nog eens achterstevoren doet. Zo'n rollercoaster. Wauw.

Onbegrijpelijk, bedenk ik me, terwijl ik hier in de zetel elke vezel van mijn lijf voel. Hoe het zo'n vaart heeft gelopen. Ik ben trots. Overdonderd. Nerveus voor wat nog komt. Of misschien niet komt. Al maakt het vandaag allemaal niet zo veel uit.

Mijn lijf heeft even op pauze geduwd. Maar dat is oké. Dat mag. Dat moet. Me af en toe eens een halt toeroepen zal de enige manier zijn om dit te kunnen volhouden. Ik weet heel goed dat dit

niet de eerste keer en ook niet de laatste keer zal zijn. Begrijpen wat is, en dat omarmen: dat kan ik intussen als de beste. De adrenaline dat ik het gehaald heb overtreft het effect van mijn morfinepleister. Dat durf ik toch te denken, op dit moment. Heerlijk, dat gevoel.

**'She turned her can'ts into cans,  
and her dreams into plans.'**

**Ha!**

Al heb ik geploeterd  
en gezweet. Afgezien  
en gehuild. Pijn

verbeten, en vaak gedacht dat ik het nooit zou halen. Maar ik deed het. Ik ging voor een plan B, en liet plan A voor wat het was. Ik borg het op in een doosje, deed er een mooie strik rond, en bedankte het voor bewezen diensten. Ik denk er best vaak aan terug. Op slechte én op goeie dagen. Toch kan ik alleen maar dankbaar zijn dat plan B mijn pad gekruist heeft.

# 'En nu?'

hoor ik je luidop denken. Nu is het spannend. Heel spannend. Het begin van een nieuwe weg.

Plan B schrijft zich niet zomaar. Plan B is niet de gemakkelijkste weg, maar voor mij wel mijn *road to happiness*. Ik heb besloten om de 'had ik maars' achterwege te laten. Intussen weet ik dat het leven loopt zoals het loopt. En dat niets toeval is. Mijn nieuwe weg is er gekomen op het moment dat ik er klaar voor was. En ook al heeft mijn lichaam vaak energie te kort, mijn nieuwe plannen tanken mijn lichaam als het ware weer vol.

Dus nu?

**Ben ik blij dat ik besta.** Dat ik elke dag weer opsta, zo veel geweldige mensen rond mij heb, en mag doen wat ik graag doe. Ik bruis van de plannen. En we zullen zien wat er van die plannen komt. Geen haast, want daar kom je nergens mee.

En als je écht wilt weten wat ik NU ga doen?

## Een koffie drinken tiens,

mijn ogen sluiten,  
en mijn lichaam rust gunnen.

## Om straks weer volle gas te geven.

'HOE HEB JE HET  
IN GODSNAAM  
KLAARGESPEELD  
OM OPNIEUW  
TE BEGINNEN?'



'JIJ BENT VAST DE  
MOEDIGSTE VROUW  
DIE IK OOI  
ONTMOET HEB.'

'DAT PLAN B, HOE  
KWAM DAT ER  
INEENS?'

'IK BEGRIJP  
NIET DAT JIJ  
HIER NOG  
MET DE VOLLE  
GLIMLACH  
STAAT.'

Ik zou uren kunnen doorgaan. Met de lofzangen die jullie hebben gegooid. Geschreven. Gemaild. Gepost. Ik heb ze vaak met blozende wangen aangenomen. Niet goed wetend wat ik er precies mee moest aanvangen. Ik heb ze ook heel vaak niet begrepen. Ik ben echt niet de moedigste vrouw die jij ooit al ontmoet hebt. Mochten we tijd hebben, dan vertelde ik je graag tientallen verhalen over andere moedige vrouwen, mannen of kinderen die ik gedurende mijn trip heb leren kennen. En dan ken ik er wellicht nog heel veel niet.

### **Dus nee, de moedigste vrouw ben ik niet.**

Schrap dat al maar. Al vind ik het bijzonder fijn en meer dan lief dat je me zo vaak op die manier aanspreekt. Maar dat mag vanaf nu gerust stoppen. In *Life on sneakers* schreef ik mijn verhaal neer. Ik heb verteld hoe ik mijn tegenslag ervaren heb. Ik heb jullie meegenomen op mijn trip, meegenomen door mijn emoties. En ja, die waren niet altijd even fijn. Die waren soms triest, soms rauw. Maar soms ook ontzettend mooi. Velen onder jullie hebben me gevraagd of ik niet kwaad ben. Over het onrecht dat gebeurd is. Nee, dat ben ik niet. Ik had een ander soort boek kunnen schrijven. *Life on sneakers* was voor mij een manier om te tonen dat wat er ook gebeurt

in je leven, je altijd een kans hebt om opnieuw te beginnen. Dat het nooit zomaar stopt. Dat elk einde het begin van iets nieuws kan zijn. Je hoefde er geen sikkepit van te geloven, van mijn mooie praatjes. Je mocht het wat mij betreft allemaal naast je neerleggen. Daarom wilde ik jullie ook eerlijk tonen dat het vaak ook triest was, mijn trip. Dat er best veel pijn was. Nog altijd is. Maar ik wilde vooral tonen dat er altijd een keuze is. (Of nee, misschien niet altijd. Soms is een situatie echt uitzichtloos. Soms is ze dat wel. Dat leerde ik ook. Maar in de meeste gevallen is er een keuze.) Om te laten liggen wat was, je borst vooruit te steken, en te kiezen voor iets nieuws.

Of dat zomaar gaaf? Nee! Dat zou maar al te gek zijn. Kiezen is ook altijd een beetje verliezen. Of het bij mij zomaar ging? Uiteraard niet.

Jullie lagen er duidelijk wakker van. Want het leek misschien wel alsof het voor mij vlot ging, dat opnieuw beginnen. Alsof ik gewoon ben opgestaan en dacht: 'Hé, laten we een beetje schrijven.' Niets is minder waar. Ik ben mezelf zwaar tegengekomen. Ik heb getwijfeld aan wie ik was. Waar ik nog voor stond, en of ik ooit nog wel iets zou betekenen. Ik wist niet of er nog iets anders in me zat, dan wat ik al zoveel jaren kende. Dan wat zeker was.

Een plan B. Het klinkt heel simpel. In het alfabet volgen de letters A en B elkaar zich zo gemakkelijk op. Maar ik weet als geen ander dat de weg tussen die twee letters lang en hard kan zijn.

### **‘Maar hoe deed jij het dan?’**

En waarom liet je ons achter op het einde van je boek, met je o zo moeilijke vraag: ‘Wat als jij morgen opstaat, en je niet meer kunt doen wat je altijd al deed? Heb jij dan een plan B?’ Ik geef het toe. Het was misschien niet zo lief van mij. Maar ik wilde jullie wel graag even aan het denken zetten. Ik waande mezelf tot die bewuste dag – de dag waarop ik ziek opstond, en mijn leven voorgoed veranderde – onoverwinnelijk. Niets zou me ooit van mijn uitgestippelde levenspad halen. Ik werkte hard in de media, op de marketingafdeling van een vrouwenblad. Ik zou doorgroeien, zonder twijfel. Ik keerde misschien later nog wel eens terug naar tv, mijn eerste liefde. Een plan B had ik niet. Ik had dat ook niet nodig. Ik zou vast nog hoge toppen scheuren, een goed loon verdienen. Ik droomde van titels op mijn business card, ik droomde van grote campagnes met mijn naam eronder. *The sky was the limit*. Dat het leven mij zou inhalen, daar hield ik geen rekening mee. Op de een of andere zelfingenomen manier was ik

ervan overtuigd dat ik de dirigent van mijn leven was. Dat was ik ook grotendeels. Maar nooit helemaal. Dat weet ik nu. Helaas.

### **Moeten we nu allemaal een plan B klaar hebben?**

Nee, dat hoeft misschien ook niet. Dan worden we wellicht allemaal te fatalistisch. Beseffen dat het leven soms een onverwachte bocht neemt, lijkt me meer dan voldoende. En dan klaar zijn om die bocht te nemen. En aan dat plan B te beginnen. Want geloof me, dat plan B is soms zo veel mooier dan je initiële plan A.

### **Of ik je wil helpen?**

En wil vertellen hoe het mij verging? Ik heb getwijfeld. Lang getwijfeld. Ik ben immers geen coach of therapeut. Maar jullie vroegen het me zo talrijk. En jullie liggen me nauw aan het hart. Eén voor één. Dus ik wil het jullie wel vertellen. En met jullie meegaan, op trip. Naar een plan B. Samen. Als jullie buddy. Verwacht van mij geen theorieën. Die heb ik niet. Pasklare oplossingen ook niet. Ik kan jullie alleen aanreiken wat ik heb ervaren. Bij mezelf. En wat ik hoorde en voelde in de gesprekken bij anderen. Daarnaast weet ik ook als geen ander hoe eenzaam de trip kan zijn.

Hoe eenzaam zoeken naar jezelf is. Hoe moeilijk tevergeefs zoeken naar antwoorden is. Hoe zwaar zoeken naar wie je bent is, of naar wat je wilt zijn. Wat een oplossing kan zijn. Wat een nieuw plan kan zijn. Die grote B. Wat ze kan invullen. Voor jou.

**Dus kom, geef mij jouw hand.**

Ik geef jou de mijne. We doen het samen. Je laat me los wanneer je dat wilt, je neemt me weer vast wanneer je dat nodig hebt. Ik ben er, en ik loop met je mee. Je leest, op jouw tempo, je vult in

als jij dat wilt. Je hoeft in dit boek helemaal niets. Het is jouw boek. En op het einde is het ook jouw plan B. Niet dat van iemand anders. En al zeker niet dat van mij. Het wordt het jouwe. Alleen dat van jou. Ik heb je misschien gaandeweg wat geholpen, maar grotendeels deed je het helemaal zelf. Hoelang je er over doet maakt niet uit. Zolang je maar tevreden bent. En je opgelucht kunt ademhalen. Ik wil je vooral zien glimlachen wanneer je dit boek sluit. Om het daarna met gesloten ogen te omarmen. Kunnen we dat afspreken?



**Alles is  
mogelijk,  
als je  
maar  
durft.**

J.K. Rowling





**EEN PLAN WAT?**

---

## 'EEN PLAN B? HEB IK NIET NODIG.'

Een van de zinnen die mij om de oren werden gegooid de voorbije maanden, 'want ik ben niet ziek'. Ik moet er breeduit om glimlachen. Iedere keer opnieuw. Alsof een plan B gecatalogeerd staat onder: 'een plan voor de zieken. Een plan voor de uitzichtlozen'. Het zou zonde zijn. Grote zonde.



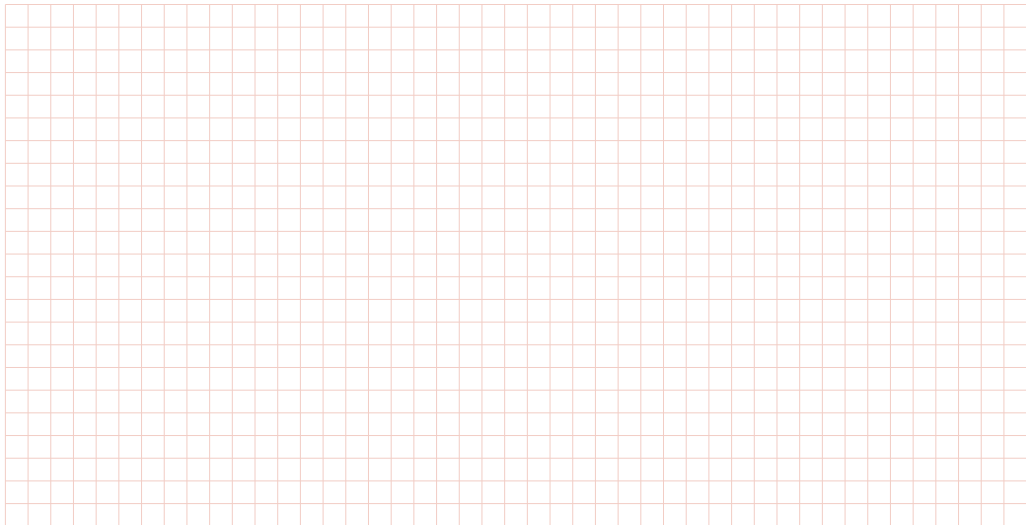
Wanneer ik 'plan b' intik op Google vind ik het volgende:

Naamwoord: plan B (ontelbaar) Een alternatieve oplossing aangenomen wanneer iemands oorspronkelijke plan niet lukt.

Een alternatief dus, wanneer je oorspronkelijke plan niet gelukt is. Wat dat oorspronkelijke plan ook mocht zijn. Of dat nu een klassiek gezin vormen was. Of je goed in je vel voelen door dieet A te volgen. Of misschien was jouw oorspronkelijke plan wel je te settelen in een ander land. Of wilde je geen kinderen? Of juist véél kinderen? Of was je droom om met een gezond lichaam een groeiend bedrijf

uit de grond te stampen? Of misschien wou je wel op je twintigste een lief. Hoe banaal jij jouw oorspronkelijke plan ook vindt, dat is het niet. Geen enkel plan is ooit banaal. Als het jouw plan was, en je faalde, of het liep niet zoals je hoopte dat het liep, dan geloof ik best dat je hier nu misschien teleurgesteld recht tegenover mij zit. Of misschien zit je hoopvol tegenover mij. Misschien zelfs opgelucht. Zoekend naar dat alternatief. Dat plan B. Het is goed nog even terug te kijken naar dat oorspronkelijke plan. Je even om te draaien en te zien wat daar lag. Of misschien nu zelfs nog ligt. Wat moet beter? Wat liep er fout? Wat heb je zelf onder controle, en wat helemaal niet? Waarom sta jij vandaag met dit boek in jouw handen? Misschien weet je het niet eens. En heeft jouw buikgevoel verteld dat je dit boek moest kopen. Dat gevoel ken ik als geen ander. Misschien weet je het wel. **Als je het weet, schrijf het dan even neer hiernaast.**

Waarom wil jij heel graag een plan B?



**Ik heb  
geen tijd  
om me  
te haasten.**

Igor Stravinsky

*En die hoef jij trouwens ook niet te hebben.*