

MIJN VRIENDIN NATALIA

Laura Lindstedt

Mijn vriendin
NATALIA

Vertaald door Sophie Kuiper



2020

DE BEZIGE BIJ
AMSTERDAM

Deze vertaling is mede tot stand gekomen dankzij een subsidie van
FILI (Finnish Literature Exchange).

F I
L I

Illustraties op pagina 42 en 181 © 2019 Jarkko Mikkonen
De handgeschreven tekst op pagina 141-145 is een vertaling van
My Men (1994) van Niki de Saint Phalle © The Niki Charitable Art
Foundation/ADAGP

Copyright © 2019 Laura Lindstedt
Published by agreement with Laura Lindstedt and Elina Ahlback
Literary Agency, Helsinki, Finland
Copyright Nederlandse vertaling © 2020 Sophie Kuiper
Oorspronkelijke titel *Ystäväni Natalia*
Oorspronkelijke uitgever Teos Publishers, Helsinki
Omslagontwerp Jussi Karjalainen
Foto auteur Jarkko Mikkonen
Vormgeving binnenwerk Perfect Service
Druk Bariet Ten Brink, Meppel
ISBN 978 94 031 9610 7
NUR 302

debezigebij.nl



Bij de productie van dit boek is gebruikgemaakt van papier dat het keurmerk van de Forest Stewardship Council (FSC®) mag dragen. Bij dit papier is het zeker dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Met dank aan Hanna Ojala, Kristiina Sarasti, Sinikka Vuola en Katariina Vuorinen voor hun oplettendheid en nuttige bijdragen.

Ik ben psycholoog, dus ik dien niet over mijn cliënten te praten. Voor deze ene keer maak ik een uitzondering, want deze voormalige cliënt – laten we haar ‘Natalia’ noemen – heeft mij zelf aangespoord om haar verhaal te delen. Het zou troost kunnen verschaffen aan vrouwen, en waarom niet ook aan mannen, die met dezelfde problemen te kampen hebben. Met dat voorstel kwam ‘Natalia’ zelf tijdens een van onze zittingen.

Of nee, laat ik een eventueel misverstand meteen uit de weg ruimen: ze zat niet. Mijn gewoonte om van ‘zittingen’ te spreken stamt uit de tijd dat ik nog geloofde in een oplossingsgerichte aanpak. Daarbij zaten mijn cliënt en ik tegenover elkaar, weggezonken in zachte fauteuils; de mijne amandelgroen, die van mijn cliënt Russisch blauw. We leunden achterover, of, als de situatie dat vereiste, naar elkaar toe, we waren door middel van onze lichaamstaal op elkaar afgestemd en beten ons vast in het probleem in kwestie, of dat nu werd geclassificeerd als F10-19.1, F43.2 of F50.2.

‘Natalia’ was een van mijn eerste liggende cliënten. Ik wees naar de *bank* toen ik haar mijn praktijkruimte liet zien, die ik naast mijn woning huurde. Op die *bank* zou ‘Natalia’ liggen, als ze mij als therapeut zou kiezen, als ze zou besluiten dat ik van alle doctors in de psychologie de beste papieren had om

haar te helpen. ‘Natalia’ hechtte veel waarde aan academische titels. Ze wilde niet zomaar de eerste de beste zielenknijper, ze wilde een ervaren specialist.

Ik was onmiddellijk gecharmeerd van de manier waarop ‘Natalia’ mijn praktijk betrad. Meestal nemen mijn cliënten op hun kennismakingsbezoek plaats in de fauteuil, in die Russisch blauwe, waarna ze hun blik laten ronddolen. Ze zijn afwachtend en schuchter, werpen schichtige blikken op de *bank*, terwijl ik uitleg hoe daarop de behandeling een aanvang zal nemen, als zij dat willen. De *bank* heeft rug- noch armleuningen, maar toch moet het meubelstuk een *bank* heten, want als ik het een bed noemde, zou ik onherroepelijk een grens overschrijden. En dus kijken ze peinzend naar de *bank*, die is bekleed met warmoranje stof, en valt hun oog op het schilderij boven de *bank*, waarvan een enkeling zelfs de kunstenaars herkent, waarna een vreugde in mij opvlamt die ik om professionele redenen snel weer blus; vreugde omdat ik wellicht aan het werk mag met een kunstliefhebber.

‘Natalia’ nam niet plaats in de Russisch blauwe fauteuil die ik haar aanwees, zoals ik dat gewoon ben te doen. Niet door er een klopje op te geven, maar door ernaar te gebaren met licht geopende hand. Ik geef er een bemoedigend maar subtiel knikje bij, waarna ik de potentiële cliënt even met rust laat. Ik keer hem of haar een paar seconden lang de rug toe om mijn blocnote te pakken van het tafeltje naast de amandelgroene fauteuil, die ik net als de Russisch blauwe heb meegenomen uit mijn oude praktijk in Therapiecentrum Merikenno.

Maar zoals gezegd nam ‘Natalia’ niet plaats in de fauteuil. ‘Natalia’ stapte opvallend vrijpostig de kamer binnen en bleef staan op het oosterse tapijt, midden op de gestileerde vierbladige bloem in het medaillonmotief.

Meestal lijken mijn potentiële cliënten te krimpen, ze lijken kleiner te worden dan ze in werkelijkheid zijn zodra ze voor het eerst mijn kamer betreden. Als ze eenmaal zitten, weten ze niet waar ze hun handen moeten laten, of ze die in hun schoot zullen leggen of toch op de armleuningen. Ze verwachten dat ik hen door de situatie heen loods, wat dan ook mijn taak is en wat ik met alle liefde doe. Maar 'Natalia' schroomde niet en opende het gesprek met de woorden: 'Dat schilderij boven het bed hing tot halverwege de jaren negentig bij mijn oma in de woonkamer!'

'Natalia' deed vanaf de bloem een stap naar het schilderij toe, bekeek het alsof ze het voor het eerst zag, kantelde haar hoofd naar links en naar rechts alsof ze de sprankelende kleuren in de vergaarbak van haar geheugen wilde opzuigen, waarin wij de komende maanden samen zouden spitten en snoeien. Toen slaakte ze een kort en schijnbaar onwillekeurig kreuntje, waarin een scheut verdriet doorklonk, maar ook genot, dat weet ik zeker.

Vanaf dat moment werkten we aan het smeden van een vertrouwen dat anders was dan dat tussen mij en al mijn andere cliënten.

Natalia, wier naam ik nu bevrijd van de aanhalingstekens als een pistool van de vergrendeling, had een probleem dat haar zeer belemmerde in het dagelijks leven. Het had haar misschien niet zo dwarsgezet en was wellicht zelfs nooit tot dergelijke proporties uitgegroeid, als ze had beschikt over een normaal vangnet, een gezin bijvoorbeeld, of goede vrienden, van het soort waarmee je lief en leed deelt zodat het eerste zwelt en zingt als ijs in de lente, en het tweede wegdrijft op de woorden als pluisjes in de wind. Zo zweeft elk snippertje leed weg uit de magische vriendschapssfeer, als een mens tenminste vrienden heeft, om ergens anders neer te dalen, want leed is met geen praten de wereld uit te krijgen, het strijkt hooguit even elders neer. Maar als je genoeg praat, kan leed wel definitief van vorm veranderen. Wie zijn leed uitdrukt op de bank – die Florentijns-Venetiaanse uitvinding uit de renaissance, die ik nu ontdoe van de cursivering zoals ik de spreuk van mijn bed trek –, wie zijn leed in woorden giet, liggend op de rug in een veilig, donzen nest van vertrouwen en toewijding, kan het onherkenbaar veranderen in nostalgie met een kanten randje. Als ik dat niet zou geloven, moest ik een ander beroep zoeken.

Natalia stond nog steeds op het tapijt. Staand kon ze makkelijker praten, zei ze, alsof een opgericht lichaam meer

gewicht gaf aan de presentatie van het probleem. Natalia duwde haar borst vooruit, spande de steunspieren in haar bovenlichaam en liep een klein rondje om moed te verzamelen. ‘Ik schaam me,’ zei ze met een nerveus lachje, ‘ik schaam me zo dat ik straks nog flauwval!’ Ze oogde echter allerminst wankel. Ze stond erbij alsof ze zich klaarmaakte voor de hink-stap-sprong.

Zo begon Natalia te vertellen wat haar dwarszat. Haar minnaars waren het gif, maar ook het zout, de suiker, de umami en marsepein in haar leven. ‘Ze zijn weg, maar ze zitten in mijn hoofd,’ zei Natalia. ‘Ze zijn weg in de diepste zin van het woord, zelfs al zijn ze bij me. Al zijn ze in me! Hoe meer ik ze kus, hoe afweziger ze zijn. En dan vertrekken ze weer. Ze lopen de deur uit, naar hun werk, hun huis, hun vrouw, hun hond of waar ze ook heen gaan. Mijn hersenen toveren constellaties tevoorschijn waarin ik ze opvoer. En mezelf, natuurlijk. Ik ben er altijd bij, in het middelpunt, ze dringen door alle mogelijke gaten bij me binnen en vullen me; het houdt nooit op en mijn hoofd knalt bijna uit elkaar. Er is in mijn hoofd geen plaats voor zinnige, constructieve gedachten, want het zit vol met die geliefden. Die dus weg zijn. Ik heb geen ruimte voor nieuwe kennis, ik leer niets en word met de dag dommer, omdat mijn geliefden in mij tekeergaan. Nog even en ik word gek. Ik doe mijn werk met mijn verstand op nul, en het zal niet lang meer duren voor mijn baas erachter komt.’

Ik onderbrak Natalia om te vragen wat voor werk ze deed. Ze vertelde dat ze grafisch ontwerper was bij een middelgroot pr-bedrijf, in een team van vijf. Het was haar taak om de kernboodschap van de klanten visueel te ondersteunen, en ze hield van haar werk. Ze wilde zich op professioneel en vooral op persoonlijk vlak ontwikkelen, maar haar fantasie

en haar doelstellingen galoppeerden elk een andere kant op. Daarom had ze zich tot mij gewend.

‘Ik stel me voor dat mijn baas me van achteren besluipt en ziet dat mijn muishand niet op de muis ligt. Maar hij grijpt me niet bij de schouders om me eens goed wakker te schudden als de strenge baas die hij is. Evenmin tilt hij me onder mijn oksels op om me voorover op het bureau te leggen. Het hele idee is ondenkbaar, belachelijk, we zitten immers in een kantoortuin. Mijn baas heeft nog nooit misbruik gemaakt van zijn positie. Hij sjort dus niet mijn rok omhoog en mijn panty en onderbroek omlaag, waarna hij niet zijn eigen broek op zijn enkels laat zakken. De hele reeks handelingen is veel te ingewikkeld om uit te leggen! Maar laten we heel even aannemen dat we onder ons middel naakt zijn, mijn baas en ik, en dat ik op mijn buik op het bureau lig en hij achter me staat. De lichten op kantoor zijn uit, de telefoons zwijgen en de andere werknemers zijn verdwenen. Mijn baas staat achter me en zijn grote, harde lid drukt tegen mijn uitnodigende, vochtige geslachtsdeel, en dan: niets. Ik herhaal: niets! In mijn hoofd wordt het steeds weer donker op kantoor, ik tover collega’s weg, laat werkgeluiden verstommen, ik hoor alleen nog dat zware, vreemde gehijg achter me. Dat laat ik nog net toe in dit plaatje. Begrijp je? Ik denk de hele tijd aan seks. Dat is mijn probleem. Die aanstaande daad woekert in mijn hoofd als een gezwel en ik ben verloren. Ik heb chemische castratie overwogen, antiandrogeenen, zelfs zelfmoord. Ik weet in theorie wat een gezond seksleven is en hoe een gezonde relatie eruitziet, maar die kennis weet ik net zo vaardig te benutten als ik piano kan spelen. Ja, dat heb je goed begrepen, ik ben niet muzikaal. Ik ervaar alles, maar dan ook alles in beelden. En ik weet niet wat ik aan moet met mijn geliefden, die weg zijn als ze bij me zijn en aanwezig zijn als

ze weg zijn, en daarom ben ik hier, jij bent mijn laatste hoop. Help me.’

Dat zei Natalia, en zodra ze uitgesproken was, begon ze te huilen.

Ik voelde iets opvlammen, en het was, niet alleen een instinctief medeleven, dat de meesten van mijn cliënten in mij opwekken. Het was eerder een overrompend en volkomen ongepast gevoel van harmonie. Die aardschok plaatste wat Natalia zojuist had gezegd in een omlijsting, en niet zomaar een omlijsting, maar een Florentijns tabernakel, een 24-karaats vergulde gloed, zo sterk voelde ik haar leed. Waarom zou ik eromheen draaien: toen Natalia begon te huilen, er-voer ik de sterke aanwezigheid van schoonheid.

Die gewaarwording werd niet rechtstreeks veroorzaakt door Natalia zelf. Al snotterend was ze niet bijzonder aantrekkelijk. Ik zou haar sowieso niet typeren als mooi, in elk geval niet in de gebruikelijke zin van het woord. De afstand tussen haar ogen en mond was groter dan de wetenschappelijk vastgestelde standaard voor schoonheid toeliet, en ook de afstand tussen haar ogen zelf overtrad de regels der symmetrie, want ze stonden te dicht bij elkaar, hoe vakkundig ze dat ook wist te verdoezelen met make-up.

Ik wist meteen dat dit eindelijk de cliënt was op wie ik mijn hele leven had gewacht. Deze lijdende vrouw zou baat kunnen hebben bij de methode die ik met mijn mentor had ontwikkeld en die ik eervol had verdedigd in mijn proefschrift, waaraan het predicaat ‘magna cum laude’ was toegekend. Tot de Finse Psychoanalytische Vereniging was ik na mijn promotie evenwel niet toegelaten, wat mijn mentor schandalig vond. Hij verzamelt momenteel handtekeningen van progressieve vakgenoten voor een petitie, die moet leiden tot een heroverweging van mijn aanvraag.

Ik was Natalia het liefst om de hals gevallen, wat ik uiteraard niet deed. Ik beheerste me en sprak op onbewogen toon: ‘Bedankt, Natalia, dat je je probleem zo beeldend hebt beschreven.’ Ik voegde eraan toe: ‘In mijn proefschrift heb ik onderzoek gedaan naar schrijfoefeningen waarbij jij baat zou kunnen hebben. Ik hoor dat je een levendige fantasie hebt, cultureel onderlegd bent en niet bang bent om je te uiten.’

Om niet de indruk te wekken belust te zijn op provisie, om niet over te komen als een colporteur die Jan en alleman hetzelfde product probeert aan te smeren, vertelde ik ook over de alternatieven. Mensen, en dan vooral vrouwen, hebben graag de indruk dat ze zelf kunnen kiezen tussen de rode bal en de blauwe, ook al landen die beide even ver. De keuze tussen mijn methode en de gebruikelijke is echter geen keuze tussen een rode of blauwe bal, maar eerder tussen een petanquebal en een stuiterbal; mijn methode is namelijk ontwikkeld om alle kanten op te springen.

Ik vertelde Natalia dus dat we natuurlijk ook een traditionele in-en-uitbehandeling konden starten, die ik de meesten van mijn cliënten aanbood, en wel om de simpele reden dat ze geen tijd en vaak ook geen zin hadden om het werk te verzetten dat zulke schrijfoefeningen vereisten.

We maakten een afspraak voor een tweede gesprek, waarbij ik mijn methode nader uiteen zou zetten en dat ik, tegen mijn gewoonte in, niet in rekening zou brengen. Niet omdat ik vermoedde dat Natalia krap bij kas zat, maar omdat ik zo min mogelijk druk wilde creëren, en geld brengt altijd druk met zich mee, hoe je ook probeert er niet aan te denken, zelfs als het zogenaamd geen betekenis heeft. Want ook als geld niets betekent, betekent het eigenlijk alles: tafels, jassen, honden, horloges, ringen, auto’s, adressen, werkelijk alles. Ook

een onaanzienlijk bedrag heeft betekenis, al is het maar een aalmoes aan een bedelaar, elke cent is geslagen om doorgegeven te worden, ook die grijpstuiver waar de glans al jaren van af is, die miezerige duit van laagjes metaal, een legering van alpaca en nikkel met een ring van koper en nikkel maar geen piezeltje goud, zelfs geen zilver, ook die munt van niks heeft betekenis, tot het eind der tijden.

Toen Natalia een week later terugkwam, stelde ik voor dat ze plaatsnam in de Russisch blauwe stoel. Zoals ik al zei, vonden de kennismakingsgesprekken in mijn praktijk plaats in de fauteuils. Maar ook nu wilde ze niets van de stoel weten. De bank kon ze beter waarderen. Ze wilde haar vermoeide benen na haar wandeling niet laten rusten in een hoek van 90 graden, waartoe een stoel ze zogenaamd zou dwingen, ook al stond er voor de fauteuil een donkerblauwe, voor het strekken der benen uitstekend geschikte voetenbank, die Natalia ongetwijfeld had gezien, want niets ontging haar.

Ik moet toegeven dat ik ditmaal een lichte irritatie ervoer, maar wederom onderdrukte ik mijn gevoelens, en zo installeerde Natalia zich op de bank, zijdelings naar mij toe, met haar rug tegen de muur. Haar blonde, warrige haar raakte bijna de onderste rand van het schilderij, en haar benen staken recht voor haar uit als twee opgerolde antieke landkaarten.

‘Vertel op,’ fleemde ze, ‘wat ben je allemaal van plan met mijn hoofd?’

Geen spoor van onzekerheid, van tranen, van leed. Was dit de vrouw die een week geleden een onwrikbaar verlangen om haar te helpen in mij had opgeroepen?

Ik stak van wal. Ik legde Natalia een behandelplan voor,

dat naar alle waarschijnlijkheid haar seksleven weer gezond zou maken. Natalia stelde op haar beurt vragen, waarvan ik er drie al had zien aankomen:

‘Wat als ik eenmaal hier aangekomen over iets heel anders wil praten dan de oefening die ik thuis heb voorbereid?’

‘Wat als ik geen letter op papier krijg, kan ik dan met lege handen komen?’

‘Wat als ik er niet goed in ben?’

‘Word je boos op me als ik er slecht in ben?’

Ik stelde haar gerust. Maak je geen zorgen, dan improviseren we. Je kunt altijd komen, ook met lege handen. Je kunt het, heus, het is geen IQ-test! En ik word niet boos, Natalia, ik ben met geen mogelijkheid boos te krijgen.

‘En het effect van die oefeningen die je me wilt geven, is dat echt wetenschappelijk bewezen?’ vroeg Natalia uitdagend, alsof ze erop zinspeelde dat ik mijn doctorstitel misschien wel aan een of andere flutfaculteit had behaald, of zelfs voor keiharde knaken had gekocht bij een buitenlandse *diploma mill*. Maar ook op deze provocatie was ik voorbereid, want ze was niet de eerste scepticus die mijn pad kruiste.

Ik vertelde Natalia dat ik mijn methode al eerder met succes had toegepast, al was dat dan bij andere problemen geweest. Ik zag geen enkele reden waarom Natalia’s klachten niet met deze oefeningen zouden kunnen worden verholpen. Ik zei tegen haar: ‘Deze therapie is er niet in de eerste plaats op gericht om herinneringen terug te halen. Er zullen herinneringen komen bovendrijven, dat spreekt voor zich, en dat is prima. Alles is toegestaan. Maar herinneringen zijn niet meer dan ruw materiaal, we vertrouwen niet uitsluitend op hun bewijskracht. Jij schrijft. Je schrijvende hand stuurt je gedachten zoals een dirigent met zijn baton zijn orkest leidt. Je geeft vorm aan je geest. Al is het maar een lijstje met op-

sommingsstreepjes, ook dat is genoeg, op basis daarvan kun je hier je ideeën verder uitwerken. We graven laag voor laag je geest af en bouwen die weer op. En dat blijven we doen, tot dat wat aan je knaagt, dat wat je pijn doet, zijn kracht verliest, tot het uiteindelijk iets anders wordt. Zwart wordt rood, rood wordt groen, groen wordt paars, paars wordt geel, enzovoort. We leggen nieuwe denkpaden aan. We dempen de oude, ingesleten sporen met verse, vruchtbare grond. Daaruit ontspruit jouw heerlijke, nieuwe leven, Natalia. In mijn gezelschap kun je veilig de vruchten van je inspanningen oogsten.’

Natalia luisterde met haar ogen dicht. Ze verkeerde ofwel in opperste staat van concentratie, ofwel ergens in haar eigen wereld.

Ik hoefde maar een paar seconden te wachten voor ze glimlachte, knikte, haar ogen opende en me aankeek. ‘Ik ben bereid om deze verbintenis aan te gaan. Dit kan nog leuk worden!’

Ik voelde een steek van twijfel, de eerlijkheid gebiedt me dat toe te geven. Slikte ze alles wat ik had gezegd zomaar voor zoete koek? *Zwart wordt rood, rood wordt groen, groen wordt paars, paars wordt geel...* Wat bezielde me in vredesnaam, hoe kwam ik erop? Waarom was ze bij die woorden niet in lachen uitgebarsten, juist bij die woorden? Was ze zo goedgezind?

Ik was onredelijk en dat wist ik meteen. Natalia was naar me toe gekomen voor hulp. Het feit dat ze niet in de fauteuil wilde zitten die ik haar had aangewezen en haast schaamteloos haar eigen plek in deze kleine ruimte had ingenomen, betekende niet dat ze elke zin van mij had moeten tegenspreken en me recht in mijn gezicht had moeten uitlachen. Zo eigenzinnig als ze op basis van onze twee ontmoetingen ook was, ze was – zo sprak ik mezelf onmiddellijk streng toe, al

was het dan met andere woorden – in de eerste plaats een vrouw in nood. Elk woord dat ik haar toewierp trok haar iets verder uit haar obsessie, die haar tot tranen toe bekleemde telkens als ze erover sprak. De kleurenmetaforen die uit mijn mond waren gegutst, *zwart wordt rood, rood wordt groen* enzovoort, waren slechts woorden tussen de andere, niet beter of slechter dan welke andere woorden ook. Waarom zou Natalia aan mij haar tijd verspillen, als ze niet oprecht wilde geloven in mijn vakkennis?

Ik stelde voor om te beginnen met een eenvoudige pijnverplaatsingsoefening, en ze was meteen enthousiast. Ik gaf haar een aantal boeken uit mijn kast ter inspiratie, maar ik benadrukte dat ze die niet hoefde te lezen of ook maar open hoefde te slaan, ze moest zich beslist niet verplicht voelen, en als ze er erg mee in haar maag zat, kon ze ze rustig in de tas laten waarin ik ze had gestopt en die tas in de inloopkast zetten, als ze die had, en ze verder vergeten, want ik hoefde ze niet terug.

‘Maar misschien heb je er iets aan,’ zei ik toen ik met haar meeliep naar de deur. ‘Als je je machteloos voelt, als je je geen raad weet en niet weet waar je moet beginnen, pak dan een boek. Misschien vind je al bladerend iets van betekenis, een metafoor bijvoorbeeld, die in één klap alle aangekoekte pijn de ruimte in slingert. De versteende pijn zal langzaamaan gaan barsten en daaronder zullen de woorden opwellen. Jouw eigen woorden, Natalia, die je onder mijn begeleiding over je obsessies heen leert leggen, zitten verborgen achter de beelden die je zoveel leed bezorgen. Over een jaar zul je je afvragen wie je eigenlijk was en wier verlangens je najoeg.’