

Ik was al
vertrokken

ESTHER BOTH

ESTHER BOTH

Ik was al vertrokken

Over mijn moeder die geestelijk vertrekt.

Over mijn eigen vertrek naar Spanje.

Over het loslaten van wat dierbaar is.

Eerste druk, augustus 2025

Copyright © Esther Both 2025

Website www.lolacato.com

Omslagontwerp LolaCato

Auteursfoto Rob van Bruggen

Uitgeverij Brave New Books, Amsterdam

shop.bravenewbooks.nl

ISBN 97 89 46 53 11 074

Dit is een persoonlijk verhaal gebaseerd op waargebeurde feiten, waarbij ik put uit mijn herinneringen en dagboekantekeningen als belangrijkste bronnen. De namen van bewoners en verzorgenden uit het verpleeghuis en van de casemanager zijn gefingeerd.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Voor Rob, de allerliefste

Pues desde que te fuiste no he tenido luz de luna

(Sinds jij bent vertrokken, heb ik geen maanlicht meer)

Luz de Luna
Cantado por Carmen Muyor y Quique Peña
Autor Álvaro Carrillo

Inhoud

1. *Ochtendhumeur*
2. *Emigreren naar Spanje*
3. *Het eerste jaar*
4. *De logeerweken*
5. *Afleiding*
6. *Zondagmiddag*
7. *Ontkenning*
8. *Versterker*
9. *Maud en Babs*
10. *Terug naar huis*
11. *Standje traag*
12. *Achterdocht*
13. *Adempauze*
14. *Huisarts*
15. *Moodswings*
16. *Casemanager*
17. *Veel zorg*
18. *Ieder z'n rol*
19. *De beslissing*
20. *Het gesprek*
21. *De verhuizing*
22. *De opname*
23. *De kamer op z'n kop*
24. *De kledingkast*
25. *Iedereen moet wennen*
26. *Aardbeien*
27. *Janneke*
28. *De audicien*
29. *De oplevering*
30. *De auto*
31. *Eczeem*
32. *Pillen*
33. *Breekpunt*
34. *Herfststukje*
35. *Spaans liedje*

Hoofdstuk 1

OCHTENDHUMEUR

Ik word wakker van een smakkend geluid. Naast me ligt Rob, hij eet yoghurt met Cruesli uit een kom. Hij kijkt door zijn kleine goudkleurige professor-brilletje dat tot het puntje van zijn neus is gezakt en scrollt met één hand op zijn telefoon. Het binnensmonds knarsende geluid van de noten en de krokante muesli tussen zijn tanden, zijn teveel voor me en mijn ochtendhumeur komt in alle hevigheid op. Bij iedere hap wil ik roepen *'Slik het gewoon door!'* en vraag me af waarom mij dit wordt aangedaan op de vroege ochtend.

De nacht was lang, ik heb weinig geslapen. De geluiden in ons huis zijn veranderd. Ik werd wakker van mama's onrustige geschuifel op de gang, ze zocht naar het toilet. Het gestommel in haar badkamer duurde lang en terwijl ik de geluiden probeerde te onderscheiden, vroeg ik me af of ik er niet beter even uit kon gaan om te checken of alles oké was. Als ik haar slaapkamerdeur hoor dichtgaan, het bed hoor kraken en even later een zacht gesnurk, lig ik daarna nog uren klaarwakker naar het plafond te staren.

's Nachts komen de gedachten. Problemen die overdag genegeerd kunnen worden, veranderen in uitzichtloze situaties die zich blijven opdringen in mijn hoofd. De laatste weken maak ik me zorgen over onze inkomsten. Een betalingstermijn van drie maanden voor een modellenklus veranderde met het grootste gemak in zes maanden. Dat in Spanje alles net iets anders gaat, had ik al

wel door, maar dit zorgt voor acute problemen in onze cashflow. Als een vriendin aan de telefoon vraagt *“Maar krijg je dan geen uitkering of iets van steun in Spanje?”* weet ik even niet wat ik moet zeggen, want eigenlijk zou het superfijn zijn, maar mijn god, wat een vreselijk Nederlandse gedachte is dat.

Ik gooi de lakens met een zwieper van me af en loop in mijn blootje naar de badkamer om te plassen. Ik weet dat hij me van uit het bed nakijkt en ik zeg op een boze toon *“Niet naar mijn billen kijken!”* terwijl ik ze met mijn handen probeer te bedekken. Ik ben niet meer onzeker over mijn lichaam en ik vind het fijn dat hij me bewondert, maar dit is niet het tijdstip waarop ik me aantrekkelijk voel. Sinds ik samen met Rob ben, kan ik weer naar mijn naakte lijf in de spiegel kijken en blij zijn met mijn vrouwelijke vormen. Lange tijd was dit onmogelijk en waren de vormen weggedrukt door een balletopleiding en door slecht eten. Een soort zelfkastijding, proberen zo weinig mogelijk te eten en dan beloond worden met de jaloerse blikken van je medestudenten. Het kunnen weerstaan van eten, gaf een gevoel van controle, de ultieme discipline. Ik bepaalde wat er gegeten werd en niet eten, als het leven anders liep dan ik wilde, was zichtbaar en wenselijk, dun zijn was goed. Nu sta ik na het douchen voor de spiegel en speel met mijn rolletjes buikvet. Ik laat het wiebelen en druk mijn gevulde borsten tegen elkaar en ik kijk vol trots naar mijn lang gewenste décolleté. Ik weet dat Rob me mooi en vrouwelijk vindt. Het is de manier waarop hij naar me kijkt en het fijn vindt als ik mijn lichaam tegen hem aan druk. Voor het eerst in mijn leven hoef ik niet weg te kijken als ik mezelf in de spiegel zie en zie ik wat hij ziet.

In de badkamer blijf ik met mijn bonkende hoofd tussen mijn handen heel lang op de wc zitten. De constante afwisseling tussen wakker liggen en weer in slaap vallen

de afgelopen nacht, zorgde voor de hoofdpijn. Rob steekt zijn vrolijke hoofd om de hoek en vraagt of ik ook koffie wil. Ik kijk hem aan en zucht een keer diep voordat ik "Ja, oké" zeg. Het is het meest opgewekte antwoord wat ik op dat moment uit mijn mond kan krijgen en ik ben blij dat hij meteen doorloopt naar de keuken om koffie te zetten. Ik zag hem naar de roze pil in mijn hand kijken, die ik nodig heb om de scherpe pijn achter mijn rechteroog te laten verdwijnen. Maar hij verdwijnt zonder de vragen te stellen, hij weet hoe het werkt. Ik ben een slow-starter, uit bed springen en meteen aanstaan zit er niet in bij mij en vandaag is de start zwaar. Iedereen in mijn buurt die het wel kan haat ik, vooral als ze er veel bij gaan praten of nog erger, gaan fluiten. Ik loop door de gang richting de keuken en ik sta even stil bij mama's slaapkamer. De deur zit nog dicht. Ik leg mijn oor tegen de deur en ik hoor geen geluid, ze slaapt nog.

Ik loop de tuin in en ik denk terug aan een klein jaar geleden, toen mama me belde. We woonden net in Spanje. Ze begon meteen alsof ze een reisbureau aan de lijn had haar wensen door te geven. Ze wilde graag vier weken in Spanje bij ons doorbrengen. *"Kun jij dat regelen Esther? Dat zou fijn zijn. Wat zeg je? Ik kan je niet verstaan, maar ik hoor het wel van je wanneer ik naar Spanje kan komen, dag lieverd!"*

Het zou de eerste keer worden dat mama naar Spanje zou komen. Ik ging naar Nederland om haar op te halen, ze zou een maand komen logeren. Het liep uit op een teleurstelling. De weken daarvoor was ik bezig met wat Rob 'de babykamer' noemde, mama's logeerkamer. Ik had nesteldrang alsof ik een baby kreeg, alles moest schoon en gezellig voor mama worden gemaakt. Kussens, lijstjes aan de muur, nieuw beddengoed, een tafeltje voor haar spulletjes, niks mocht ontbreken. En alles in de kleuren die

mama mooi vindt. Niemand mocht haar kamer in. De voorafgaande maanden had ik mama alleen gezien tijdens videogesprekken, zwaaiend en roepend *"Ik versta je niet hoor, maar ik vind het zo leuk om je te zien!"* De afstand tussen mama en mij voelde immens en maakte me onrustig. Ik wilde naast haar aan de koffie zitten en kunnen denken *"Hoe kan ik nu zo snel mogelijk hier weggkomen zonder haar te kwetsen want ik heb nog zoveel te doen."* Op haar ongemakkelijke leren bank zitten, waar je telkens van afglijdt, terwijl ik met een half oor naar haar geklaag over het weer luister, de burens en een vriendin die nooit meer iets van zich laat horen. Af en toe laten merken dat je luistert, door een bevestigend geluidje te maken, maar het allemaal langs je heen laten gaan, bladerend door een oude Libelle. Het gevoel hebben dat je nog zeeën van tijd hebt om met haar door te brengen en dat je nu alleen even haast hebt en geen zin om het verhaal nog een keer te horen. Je verzint een smoes en morgen kom je weer langs.

Corona gooide roet in het eten. De kranten stonden er vol mee. Er was een nawee, we hadden alle golven van de pandemie al gehad, alles was al vrij gegeven, maar het leek weer even op te vlammen. Niets kon haar meer geruststellen. De hele dag keek ze naar de televisie, waar ze spraken over dreiging, risico's en gevaar.

"Es, er zijn weer besmettingen en ze waarschuwen niet voor niets!" Mama kreeg stress en we beslisten dat ze niet mee ging. Reizen naar Spanje was in haar ogen levensgevaarlijk. We hadden nog een fijne week samen, maar ik reisde alleen terug met de lege stoel naast me. Het afscheid deed pijn. Het afscheid, waarbij mama mij de deur uitduwde, omdat het niet te lang mocht duren, want dan zou ze verdrietig worden. *"Nu moet je weg en ik ga niet naar je zwaaien!"* Toen ik een straat verderop richting het treinstation liep en nog één keer achterom keek, zag ik haar

tussen de huizen door op het balkon staan met haar armen in de lucht, zwaaiend, huilend.

Dit keer, een half jaar later, is het gelukt om haar naar Spanje te halen. Mama loopt sinds een week om me heen in mijn huis en ze maakt me gelukkig. Ze vult de ruimte met een kinderlijke energie, ze keutelt rond, doet haar dingetje en geniet. *“Esther, hoe lang duurt deze vakantie nu? Ben ik hier al twee of drie weken?”*

Ik ga haar straks wakker maken, samen ontbijten en daarna zwemmen, maar eerst nog even naar mijn aardappelplantjes kijken, die sinds een paar dagen staan te stralen in mijn moestuin, fris groen en veelbelovend. De vrouw van de Agricola landbouw-winkel in het dorp had gezegd dat ik ze moest planten. Ik wilde eigenlijk komkommers. Zij trok met een norse blik aan mijn t-shirt met lange mouwen en zei *“Het is te koud voor komkommers, je hebt zelf toch ook nog geen korte mouwen aan, je moet aardappels poten.”* Ik heb naar haar geluisterd en ze had gelijk, de aardappelplantjes doen het goed.

Elke ochtend struin ik in mijn eentje door mijn moestuin om mijn humeur te kantelen. Weglopen van de onrust en mezelf even verliezen in mijn plantjes. Ik vind het heerlijk. Geen meditatie, want daar heb ik het geduld niet voor. Gewoon kijken of er nieuwe blaadjes aan mijn plantjes zitten, hoe groot de meloenen zijn geworden en of de nieuwe boompjes aanslaan, het ontspant me. Het is mijn manier om even rustig wakker te worden in het ochtend-zonnetje.

Langzaam begint mijn moestuin iets op te leveren. Het is het eerste jaar en ik leer steeds beter om mijn eigen groentes te kweken. Het off-grid leven is nog ver weg, maar het begint iets op te leveren met zo hier en daar een

echt succesje, wat me de naam ‘uienkoningin’ oplevert. Ik dacht dat alles vanzelf zou groeien en bloeien onder de Spaanse zon en dat het alleen maar een kwestie van een beetje water geven zou zijn, maar dat was een grote misvatting. Alles verbrandt bij deze temperaturen. En de grond die zich in het voorjaar voordoet als vruchtbare klei, verandert een maand later in steen.

Ons huis bestaat uit twee verdiepingen waarvan de onderste laag alleen als schuur wordt gebruikt, er ligt van alles opgeslagen, van bankstellen tot tuingereedschap. Er zitten geen ramen in en de kozijnen zijn met gipsplaten dichtgemaakt. Mijn moestuin ligt hier omheen. Na meerdere plekken in de tuin uitgetprobeerd te hebben, bleek dit de handigste en beste plaats voor een moestuin. Mijn tuingereedschap en water dichtbij en de meeste schaduw voor mijn jonge plantjes. Als ik de donkere schuur in ga, schop ik eerst als een soort ninja hard tegen de stalen deur omdat ik bang ben voor wegschietende beesten. Overal zijn kieren en we zitten in de campo, ofwel het buitengebied, dus je hoort voortdurend iets ritselen. De gekko's en padden vind ik nog wel leuk, maar bij slangen en schorpioenen trek ik de grens.

De laatste weken hoor ik tijdens mijn ochtendrondje een vertrouwde stem vanaf het balkon roepen. Het balkon van het woonhuis op de eerste verdieping. We hebben het omgetoverd tot buiteneetkamer en je kijkt op de moestuin. Het is een fijne plek met veel planten en een grote houten eettafel. De muur is gemaakt van opengewerkte bakstenen. Dit zorgt voor mooi gefilterd licht en een klein verkoelend windje. We zitten er vaak, maar vooral in het ochtendzonnetje kun je er heerlijk ontbijten en kun je tussen de heuvels door even verderop de haven van Valencia zien liggen.

"Ik heb vanmorgen al gekeken hoor, alles staat er goed bij," hoor ik mama op zachte toon zeggen en daarna wijst ze alles aan en komen de vragen. "Wat is dat voor een groente? Zijn dat alle tomaten die je hebt? Moet die boom niet een beetje water hebben? Waarom heb je nog geen komkommers?"

Mijn ochtendmomentje wordt ernstig verstoord, maar gek genoeg vind ik het leuk dat ze met me meekijkt. Ze staat in haar nachtjapon op het balkon. Ze is al gekamd en met de handpalmen omhoog drukt ze vanonder tegen het haar om het bol te maken. Ze doet af en toe haar ogen even dicht en draait haar gezicht naar de zon, zodat ze de warme zonnestralen kan voelen. Ze zegt dat ze trots op me is en dat ik het tuinieren niet van haar heb, want volgens haar heeft tuinieren één groot nadeel en dat is dat je in de grond moet werken. *"Nee, dat is niks voor mij, daar krijg je zwarte nagels van, dat vind ik heel vies."*

Hoofdstuk 2

EMIGREREN NAAR SPANJE

“O echt, ga je in Spanje wonen? Kind wat leuk! Dan heb ik al mijn kinderen in het buitenland wonen, dat is bijzonder. Tja, van de jongens wist ik het natuurlijk al. Nou, ik ga jou wel missen hoor, maar het is jouw leven, dus het is helemaal prima!”

De keuze om naar Spanje te vertrekken was geen weloverwogen of bewuste. We zochten een nieuw huis, maar niet per se in het buitenland, we waren niet van plan om te emigreren. Op zoek naar een nieuwe plek om te wonen, werd al snel duidelijk dat de huizenmarkt in Nederland overspannen was en dat wij met twee grote honden niet de meest ideale huurders waren. De zoektocht was geen succes.

Rob wilde terug naar Deventer, de plek waar we in onze jonge jaren een verkeerde afslag hadden genomen en niet bij elkaar waren gebleven. Het was misschien wel een poging om ons gemiste verleden samen in te halen, foute beslissingen weg te gummen en alles in te vullen zoals het had moeten zijn. We gingen samen een dagje naar Deventer, hij nam me mee naar alle plekjes die voor hem iets hadden betekend. Het voelde als een kans om onze ontmoeting destijds nog een keer over te doen. Want we hadden elkaar in die tijd niet begrepen. Ik had niet door dat hij verliefd op me was en wilde dat we de rest van ons leven samen zouden blijven. Rob werkte als jonge, succesvolle copywriter en ik zat op de dansacademie in Arnhem, waar ik ook woonde. Hij had me uitgenodigd, ik herinner me de vreemde dag, de ongemakkelijke sfeer, het gespannen giechelen en de lunch op een terras waar een

voorstelrondje aan al zijn collega's plaatsvond. Ze kwamen even kijken wie toch het meisje was, waarover Rob zei dat zij zijn vrouw zou worden. Hij had het zijn collega's verteld, maar mij niet. Ik herinner me zijn donkere etage, waar hij voor me kookte en zei *"Ik vind je heel leuk, ik wil graag bij jou zijn."* En ik herinner me de terugreis in de trein naar Arnhem, waar ik nadacht over mijn afwijzende antwoord en over wat er nou toch die dag allemaal gebeurd was. Ik maakte de verkeerde keuze, waar ik al die jaren later nog een steek van spijt over voel.

We werden meerdere keren afgewezen voor een huurhuis in Deventer. Een vriendin opferde eigenlijk meer voor de grap dat ze nog wel een huurhuis wist in Spanje, in Montserrat, een klein dorpje dichtbij Valencia. De gedachte om uit Nederland te vertrekken, werd met de dag aantrekkelijker. We hadden letterlijk niks te verliezen en we voelden ons buitengesloten. We hadden tijdens onze scheidingen gedacht dat het wel goed zou komen als we maar niet teveel ruimte voor onszelf zouden vragen en vooral aan onze kinderen zouden denken. *"Gewoon rustig afwachten, het rolt vanzelf weer naar je toe,"* ik hoor het Rob nog zeggen. Het was naïef geweest en het had alleen maar ruimte gegeven om meer af te nemen. Het idee dat alles om ons heen vanzelf rustiger zou worden als we ons bescheiden zouden opstellen, voelde niet meer logisch en ik wilde graag naar een plek waar ik de fysieke afstand zou voelen. Niet meer het onveilige, onrustige gevoel van toevallige ontmoetingen, die uitmondten in pijn. Een plek alleen voor Rob en mij. De laatste jaren hadden we al vaker impulsieve beslissingen genomen en een jaar naar Spanje begon steeds meer te voelen als een normale stap. We konden ook zo weer terug.

Naar Spanje, ver weg van mama. Niet meer even bij haar langs gaan om samen te zoeken naar haar

gehoorapparaten, die ze al de hele ochtend niet kon vinden. *“Zo gek, ze liggen normaal gesproken altijd op mijn nachtkastje.”* En dan het kopje koffie drinken, als ik ze terug had gevonden in de keukenlade *“Oja natuurlijk, ik was de batterij aan het vervangen, nu weet ik het weer. En die liggen in de keukenlade.”* Bij de gedachte dat ik dit soort momenten, dat ik even iets voor haar kon doen, niks groots, maar even een duwtje in de juiste richting zou moeten missen, draaide mijn maag zich elke keer om van verdriet. Maar zij vond het prima, het stelde namelijk niks voor in haar ogen. *“Ik had mijn gehoorapparaten zonder jou ook wel weer gevonden hoor!”* Ze vertelde aan iedereen dat met mijn vertrek alle drie haar kinderen in het buitenland zouden wonen. Ze klomk altijd stoer, zelfs trots en het was een goeie aanleiding om te kunnen vertellen dat ze zelf drie jaar in Indonesië had gewoond. *“Ik heb ook in het buitenland gewoond, ik weet hoe het is, misschien wonen ze daarom wel allemaal in het buitenland.”* De twijfel zat in de bijzinnetjes *“maar haar ga ik wel heel erg missen hoor.”*

Whatsapp met mama - *“Hai mam, hoe is het met je? Ik mis je! Deze week komen de kinderen en vorige week heeft Stef een nachtje bij ons gelogeed. Dus visite genoeg zou je zeggen, maar toch mis ik jou! Luffoe mammie.”*

“Ach wat vervelend nou dat je me mist, goed dat je me dit laat weten. Er gaat geen dag voorbij dat ik niet aan je denk. Ik mis jou ook hoor, maar ik wil je er niet mee lastig vallen. Ik ben steeds aan het verblijf bij jullie aan het denken en ik weet dat jullie me heel graag in Spanje zouden willen hebben, maar eerlijk gezegd zie ik dat niet zitten. Dus dat is een keuze die ik nog niet wil maken. Wel een vraag die me zeker niet los laat. Ik mis je heel erg en kan zoals voorheen niet even naar je toe. Lieverd, maak je geen zorgen, ik denk veel aan jullie, veel liefs. Dag lieverd, luffoetoe.”