

## Hoofdstuk 1

‘Ik zal je laten zien hoe je het slot van de deur opent,’ zegt de boswachter. Met een air van machtsvertoon stapt hij naar voren, alsof hij de hoofdrol speelt in een actiefilm over een geheimzinnig bouwsel in het bos. Zijn zware laarzen ploegen door het zand. Ik volg hem op enige afstand. Niet omdat ik bang voor hem ben, maar omdat deze man simpelweg te veel is. Hij gebruikt te veel woorden. Maakt te veel gebaren. Is te veel boswachter. De groene pet die zijn ruige haar platdrukt en zijn uniform, net iets te strak, met een naamkaartje dat opzichtig op zijn borst prijkt. Jan Doornbos heet hij. Zijn vierkante gezicht, de priemende ogen die ieder misstapje van een wandelaar lijken te registreren en te corrigeren.

Mensen die regelmatig een boswandeling maken, kennen hem. Of beter: mijden hem. Zijn toon, zijn manier van aanspreken, het neerbuigende ‘mevrouwtje, waar gaat u naartoe?’ maakt hem berucht. Ik heb hem ook altijd gemedend.

Tot nu.

Ik heb een nieuwe plek nodig om spullen achter te laten voor gymnastiekoefeningen die ik met mijn loopgroepen doe. De gemeente verwees me naar hem. De ambtenaar die me zijn nummer gaf, glimlachte veelbetekenend. ‘U moet even met meneer Doornbos praten. Hij regelt dat soort zaken.’

Voorheen stalde ik mijn spullen in een oud schuurtje, zonder slot. Een donkere ruimte met ontelbare spinnenwebben, stof en heel veel oude troep. Dat schuurtje is afgebroken. De blokhut is nieuw, een gebouwtje van ruwhout met kleine ramen, midden in een open grasveld tussen de bomen. Voor een buitenstaander stelt het weinig voor, maar voor mij is het een uitkomst, want er is ook een wc, een tafel met stoelen, en er schijnt zelfs koffie en thee te zetten te zijn. Precies wat ik nodig heb. Maar voordat ik er gebruik van kan maken, moet ik eerst hém te vriend houden.

En dat valt niet mee, want Jan Doornbos is niet zomaar een boswachter. Hij ziet zichzelf als de schakel tussen mens en natuur. De natuur is zijn domein, de mensen zijn hooguit tijdelijke bezoekers die voortdurend geneigd zijn alles te verstoren en hij is degene die dat moet voorkomen. Als hij praat, hoor je een man die zijn taak bloedserius neemt. Het is niet alleen een baan voor hem: het is een roeping. Een mens moet respect hebben voor zijn omgeving en hij bepaalt wat dat respect inhoudt.

Al jaren begeleid ik trimgroepen voor vrouwen, meestal met als doel om op leeftijd nog een beetje soepel te blijven. In het begin waren ze verwachtingsvol en deden enthousiast mee als ik een nieuw oefenprogramma presenteerde. Toen luisterden ze nog aandachtig naar mijn opdrachten en tips, maar tegenwoordig lijkt hun enthousiasme ingeruild voor de GULP, oftewel de Grote Uitwisseling van Lichamelijke Pijntjes. De ene knie kraakt alsof er een roestige deur opengaat, een ander zucht over haar heup, en voor je het weet komt de buurman ter sprake die al drie weken niet fatsoenlijk naar het toilet kan. Het is een eindeloze medische conferentie in wandelschoenen. Het tempo van de groep is daardoor inmiddels gezakt tot wandelpas slak. En ik? Ik probeer professioneel te blijven, maar soms vraag ik me af of ik trainer ben of dagvoorzitter van een congres met als thema “Wat doet er vandaag pijn?”

En dan zijn er nog de mysterieuze verdwijningen. Je denkt dat je met tien dames vertrekt, maar onderweg verdwijnt er zomaar eentje achter een struik. Als ze na hun privé-omkleedpartij weer tevoorschijn komt, kan ze de rest niet meer bijhouden. Een ander neemt een pauze omdat ‘de longen even niet meewerken’. Daarom ben ik dolblij met deze hut. Niet alleen een plek waar ik mijn stokken, ballen en elastische banden kan stallen, maar waar we ook even beschut kunnen zitten, strategisch gelegen, oftewel: perfect voor de onvermijdelijke plas- en rustpauzes.

Het zal mij een hoop zoekacties schelen ('Waar is Trees gebleven?'). Bovendien opent het onverwachte perspectieven: wellicht kan ik hier zelfs een gezellige avond organiseren. Als de dagen langer worden, kunnen we een fles wijn op tafel zetten, een paar plastic bekertjes ernaast, en hup; mijn loopgroep verandert vanzelf in een gezelligheidsvereniging. In plaats van knie-heffen en arm-zwaaien doen we dan 'coördinatieoefeningen': buigen, heffen, slokje nemen. De een vertelt hoe haar heup kraakt bij elke stap, de ander dat haar man tegenwoordig harder snurkt dan de stofzuiger. We lachen, we drinken, en ik hoef niet te roepen: 'Kom dames, het tempo erin!' Tegen de tijd dat het donker wordt, zijn de tongen lossen dan ooit en lijkt de hut plotseling meer op een gemoedelijk café dan op een noodonderkomen. En ik zit erbij, kijk rond en denk: dit is misschien wel...