

# Rouw

## Johanna Spaey

(verschenen in 42, een literair looptijdschrift)

Ik heb de benen van mijn moeder, maar ze werden in beweging gebracht door mijn vader. Als geen ander glorieerde hij over de schoonheid van mijn benen. Ooit waren ze de hare, nu de mijne.

Van geen enkele man geloofde ik liever hoe wonderbaarlijk ze waren dan van mijn vader. Na zesenvestig jaar huwelijk keek hij nog steeds met genoeg naar de erfenis die hij en mijn moeder samen hadden voortgebracht: mijn benen.

Ze passen bij wie ik was en wie ik ben.

Benen mijden geen enkele vorm van masochisme. De onwillige spier als opperste genot. Het lijden in de verzuring. De overwinning op de quadriceps en de heerlijkheid der hamstrings. Uiteindelijk willen benen maar één ding. De tijd vooruit blijven. Want steeds korter zijn onze dagen. En onze ziel mag dan nergens naartoe ijlen, onze benen blijven op de vlucht voor die onverhoedse aanvallen van de dood.

We zullen nooit worden herinnerd om onze benen, maar wat is een boek in een boekenkast dat niet werd geschreven in een zwetend hoofd, op het ritme van die eindeloze durlopen?

Toen mijn vader te horen kreeg dat hij kanker had, schreef ik in een Londense pub de eerste zin van mijn boek, Dood van een soldaat. Tijdens de drie jaren die daarop volgden tot aan mijn vaders dood bestond mijn leven uit schrijven en lopen. Zo lijkt het nu. Alleen daarin vond ik troost.

Ik liep de dag voor mijn vader stierf. Ik liep de dag nadat hij was gestorven. Het was december en koud, maar zonder het drama van een ijzige winter. Hij stierf op 29 december. Ver weg had een tsunami op tweede kerstdag met heel wat duizenden levens afgerekend. Ik keek op tv naar de ontzetting en het verdriet, terwijl hij uur na uur weggleed in een wereld waar niets of niemand nog op de vlucht kon. In zijn hemel was weglopen niet langer een optie.

De dag nadat we hoorden hoe lang de tijd die er nog te leven viel was, had ik mijn laatste en langste duurloop voor de marathon van Eindhoven gepland. Het was eind september. De zon haalde een magere zomer in en ik stond in brand. Mijn hele lijf deed zeer, mentaal was ik hysterisch. Het was niet zijn aangekondigde sterfdatum die me gek maakte. Het was mijn woede tegenover hem. Omdat hij er zich niet bij wilde neerleggen. Omdat hij nogmaals chemotherapie eiste. Omdat er dokters waren die hierin toegaven. Het zoveelste experimentele middel uit Amerika, nietwaar... Maar mijn grootste boosheid ging over iets heel anders: hij was al drie jaar ziek en ik was al drie jaar aan het rouwen. We waren allebei zo getekend door uitputting dat elke dag op een marathon leek. We liepen tegen het leven in. En nu moesten we ermee ophouden. Mijn vader was moe. Mijn benen waren moe.

In die vier uur lange duurloop door het bos veranderde ik van een razende, machteloze dochter in een vrouw die accepteerde dat dit de laatste dag van haar afscheid was. Ik was uitgerouwd. Vanaf nu kon ik bij hem zijn zonder dat het voelde alsof ik met de duivel vocht.

Ik weet op welke plek ik een halfuur lang tegen hem heb lopen schreeuwen. Ik weet in welke bocht ik heb geleerd dat je al lopende kunt huilen. Ik was al twee uur ver. Ik weet waar de uiteindelijke overgave kwam. Alsof mijn lijf besloot dat het zichzelf mocht troosten met loophormonen. Nooit eerder heb ik tijdens een duurloop zo veel levens doorgemaakt. Dit werd mijn Job-tocht. Ik ben ervan overtuigd dat drie jaar onmacht, rouwen en verdriet tijdens die vier uur lopen opnieuw werden beleefd en tot rust werden gebracht.

Toen ik thuiskwam, was ik hem kwijt. In al die weken dat hij verder twijfelde om te sterven, heb ik vaak naar hem gekeken als de man die zijn eigen marathon liep. Ik kende de pijn en de ellende, het gevloek tegen jezelf, het eindeloze aftellen van de bordjes en die urenlange eindeloze vraag die je jezelf onderweg blijft stellen: hoe lang zal dit nog duren?

Als iemand sterft, zijn lethargie en depressie bij zijn nabestaanden natuurlijk een normale reactie. Toch blijft het jammer dat lopen zo weinig wordt gebruikt als middel om je hoofd en emoties schoon te houden. Lopen hoort op het voorschrift van de dokter. Iedereen die regelmatig in z'n eentje door het bos loopt, waar het leven veel natuurlijker en intenser en korter is dan het onze, weet op den duur waar sterven om draait.

Lopen is bidden voor de ongelovige of de zoekende, al twijfel ik bij sommige luidruchtige groepen wel eens aan hun spirituele intenties. Of zijn dat net de baptisten onder de lopers die alleen door hun luidruchtigheid god dichterbij brengen?

Mijn vader zal in december (2006) twee jaar dood zijn. Er is sindsdien veel veranderd. Ik publiceerde mijn eerste boek, schreef een tweede en tijdens het lopen sluipen steeds weer nieuwe verhalen en zinnen in mijn onderbewustzijn. Ze zullen er waarschijnlijk nog jaren liggen te gisten, samen met het verhaal van mijn vader.

Het is een cliché, maar in een lopershoofd leunen dood en geboorte soms heel dicht tegen elkaar aan.

En dan, ergens flinterdun, tussen verslaving en genot, ligt plots weer het verdriet. Het eindeloze besef van alleen met jezelf door straten en bossen te rennen. En mijn vader, amechtig en mager, niet in staat om te horen wat ik denk, klampt zich aan mijn hand vast. Want zolang ik blijf lopen, is hij nog steeds niet dood.