

Week 42

DE NACHT IS VAN IEDEEREEN

Annemiek Schrijver nodigt voor de Nachtzoen zes avonden of nachten per week bekende of (nog) niet bekende Nederlanders uit om de kijker met een verhaal, een persoonlijke noot of een stichtelijk woord de nacht in te leiden. In pakweg drie minuten vraagt ze de gast naar zijn of haar gedachten en gevoelens. Is de nacht je vriend of je vijand? Ben je zelf vroeger ingestopt? Wat betekent een nachtzoen krijgen of geven voor je? Simpele vragen met verrassende antwoorden. Soms diepzinnig, soms ontroerend, dan weer roept de nacht opmerkelijk persoonlijke verhalen op.

(...)

Annemiek Schrijver ontving in het afgelopen jaar een stoet aan uiteenlopende gasten. Wat is de kracht van Nachtzoen? "De eenvoud van de formule. De nacht is van iedereen, alleen praten we er nooit over. We praten nooit over onze angsten, over de knusheid of over wat er allemaal gebeurt als je nachtdienst hebt bijvoorbeeld. Als gast is ook eigenlijk iedereen geschikt. Iedereen heeft een nachtverhaal."¹

1

De nacht is van iedereen. En iedereen heeft een nachtverhaal.

En dat is het thema voor de komende week, je eigen nachtverhalen. Als je ervan uitgaat, dat de nacht toch minstens een derde deel van je levenstijd inneemt, wordt het alleen maar interessanter. Want slapen doen we lang niet altijd in de nacht. We luisteren naar muziek, we kijken naar de televisie, we gaan uit en feesten, we komen midden in de nacht thuis en drinken nog een borrel in een heel stille en al bijna overal verduisterde wereld, we lezen een boek of we schrijven aan een artikel, verhaal of boek in de nacht, omdat er dan niemand is die een beroep op ons doet. De nacht is anders, spannend, donker, magisch, leeg of juist heel vol (als je moet werken), stil of juist niet, en in de nacht gebeuren andere dingen dan overdag.

Ga eens na voor jezelf wat de nachten betekenen in jouw leven:

- Is de nacht je vriend of je vijand? Hou je van de nacht?
- Slaap je vooral in de nacht of leef je ook 's nachts?
- Werk je in de nacht of heb je in het verleden gewerkt?
- Wat was er speciaal aan het werken in de nacht?
- Ben je vroeger ingestopt in de nacht? Heb je nachtherinneringen uit je kindertijd?
- Stop je anderen in voor het slapen gaan? Geef je nachtzoenen? Welke rituelen horen erbij?
- Heb je zelf bijzondere nachtrituelen? Nachtgewoonten?
- Ging je veel uit in je leven? Welke nachtervaringen leverde dat op?
- Welke herinneringen heb je aan de nachten dat je feestte?
- Ben je wel eens onderweg in de nacht? Hoe is dat voor jou?
- Hoe vind je het als de nacht begint? De overgang van de dag naar de nacht: de schemering: heb je er iets mee?
- Hoe vind je het als de dag begint, als het eerste licht langzaam komt en de duisternis verdwijnt?
- Droom je in de nacht? Onthoud je dromen, schrijf je ze op en doe je er iets mee?

¹ In: Nico de Boer: *De nacht is van iedereen*. Artikel in Dagblad De Limburger, 30 mei 2011

- Heb je last van slapeloosheid? Hoe ga je daarmee om en welke wegen heb je voor jezelf gevonden om je nachten door te komen?

Maak een cluster of maak woordenlijstjes met nachtherinneringen. Schrijf alles op, kriskras door elkaar en probeer de beelden, geluiden, geuren en smaken van de nacht te vangen. Maak aantekeningen over de gevoelens van de nacht en de gedachten van de nacht.

2

Kies nu één concrete nachtherinnering en werk die verder uit. Verzamel eerst materiaal voor dat ene nachtverhaal: maak een cluster, maak lijstjes met woorden, gebruik de doorschrijfoefeningen om het verhaal in beeld te krijgen.

3

Schrijf vervolgens je eigen nachtverhaal. Gebruik de associaties die je wilt gebruiken, laat de rest los.

4

In een groep:

Lees aan elkaar de nachtverhalen voor. Zoek met elkaar naar de verwoording van het nachtelijke: is in het verhaal het specifieke van de nacht genoeg tot uitdrukking gekomen? Hoe beschrijf je de nacht in je verhalen?

5

Wat je nog meer kunt doen:



- ❖ Zoek nachtbeelden, nachtfoto's of nachtillustraties bij je verhaal.
- ❖ Of maak zelf een tekening of schildering ter illustratie van je verhaal. Dat hoeft helemaal geen herkenbaar beeld te zijn. Maak een sfeerimpressie, waarin je de kleuren van de nacht, die passen bij jouw verhaal probeert te vangen. Begin bij de voor jou belangrijkste kleur en laat je hand het werk doen. Denk er niet teveel bij na, neem gewoon de kleuren die bij je verhaal passen en doe iets.
- ❖ Blijf een nacht wakker en ervaar de nacht. Schrijf in die nacht je nachtverhalen op.

6

Voor meer inspiratie:

*Middenin de nacht sprong de mus overeind uit bed. Waar is de zon? Dacht hij. Het was donker om hem heen.
 'Zon!' riep hij. 'Zon!' Maar de zon was nergens te bekennen.
 De mus stond op, streek zijn veren glad en stapte naar buiten.
 De maan scheen. 'Iets bleker, maan!' riep de mus.
 De maan leek iets bleker te gaan schijnen.*

'Ja, zo,' riep de mus. 'Niet nog meer.'
Er kwam een wolk op de maan af.
'En nu achter die wolk, niet ervoor,' riep de mus.
De maan schoof achter de wolk.
'Heel goed,' zei de mus. Ging het maar altijd zo makkelijk, dacht hij.
Hij wierp nog een blik op de sterren die tussen de wolken fonkelden. Dat kan beter,
dacht hij. Maar niet nu.
Hij vloog naar de horizon. Daarachter was de zon.
De mus had de zon vaak uitgelegd hoe hij moest opgaan. Hij had het ook voorgedaan.
Uitentreuren. Maar de zon ging nog steeds niet vanzelf op. Traagheid van begrip,
dacht de mus. En niet luisteren. Die twee, daar moet ik wat aan doen.
Toen hij in de buurt van de horizon kwam werd de hemel al iets rood.
'Omhoog, zon, omhoog!' riep de mus. 'Naar boven! Niet opzij! En langzaam!
Langzamer! Langzamer!'
De lucht werd snel roder.
De mus schudde zijn hoofd. 'Als je eerder was begonnen kon je het nu langzamer aan
doen,' riep hij. 'Hoe vaak moet ik dat nog zeggen?'
Hij wilde naar de zon roepen dat eigenwijsheid nergens goed voor was, maar hij was
bang dat die zin te ingewikkeld was voor de zon.
Over ondergaan hoefde hij de zon niets meer te leren. Maar ja, dacht hij, als ik groot
en rond was en in de hemel hing kon ik ook ondergaan. Je laat je gewoon zakken. Dat
kan iedereen. Opgaan, dát is iets wat je moet leren.
'Voorzichtig, zon!' riep hij.
De zon kwam voorzichtig boven de horizon uit.
'Heel goed,' riep de mus. Hij begint het te leren, dacht hij.
De eerste dauwdruppels begonnen te glinsteren in het gras.
Mijn lessen zijn niet voor niets, dacht de mus. Het gaat elke dag iets beter. Alleen dat
begin, dat lijkt nog nergens op.
Toen de zon helemaal boven de horizon was zei de mus: 'De rest weet je wel.'
Hij draaide zich om en vloog naar huis.
'Morgen moet je het alleen doen, hoor!' riep hij nog.
Ik ben benieuwd, dacht hij. Hij nam zich voor de zon een cadeautje te geven als hij
helemaal zonder hulp zou opkomen. Iets kouds, dacht hij. Of iets voor 's nachts. Hij
wist nog niet wat.
Eigenlijk, dacht hij, zou hij mij iets moeten geven.
Thuisgekomen tsjilpte hij een klein ochtendliedje en ging toen nog even slapen, terwijl
de zon stralend door zijn raam naar binnen scheen.
Toon Tellegen²

Nachtelijke stilte

Het raam stond open op het zuiden,
de bloemen geurden naast het bed.
Wij luisterden naar de geluiden
die rezen uit het nachtelijk wed,

zo blauw en duister als daarbuiten
de hemel met een bleke glans

² In: Toon Tellegen: *Middenin de nacht*. Met prenten van Mance Post. Querido, Amsterdam, 2006

*van sterren, hel-verlichte ruiten,
aan de van ons vervreemde trans.*

*Haar adem daalde en zwol en daalde
nabij, waar ik haar naast mij wist
en op haar adem ademhaalde
die in de nacht werd weggewist.*

*Haar lippen, half in slaap geopend,
bewogen zich en bloeiden dicht
en ik, tevreden nog en hopend,
legde mijn hand aan haar gezicht.*

Pierre H. Dubois³

Aangezien de walkman (1979-2010) drie jaar later is geboren dan ikzelf ben ik getuige geweest van al zijn gedaanteverwisselingen. Ik heb de grote, sponsachtige oorwarmers zien veranderen in ranke Omega-vormige diademen, en daarna in losse oorpluggen. Ik heb een generatie tieners volwassen zien worden in persoonlijke geluidskocon, muzikale stemmingsregulatoren waar ze overal een beroep op konden doen, en op elk moment van de dag.

Of van de nacht, zoals ik zelf veel deed. Halverwege de jaren tachtig kwamen de eerste walkmanmodellen met auto-reverse-functie op de markt. Dit nieuwe orgaan – dat het apparaat in staat stelde onophoudelijk door te spelen, zonder dat de luisteraar het magneetbandje elke 45 minuten hoefde om te draaien – heeft een waanzinnig grote invloed gehad op mijn muzikale vorming.

In die tijd – laten we zeggen van m'n tiende tot m'n vijftiende – heb ik een verzameling cassettebandjes samengesteld die de halve nacht in een loop draaiden. Tot mijn persoonlijke nachtmuziek behoorde naast de Nocturnes van Chopin en Fauré, een aantal langzame middendelen uit de Beethoven-sonates, largo's uit vioolsonates van Corelli en Vivaldi, de preludes van Debussy, de cellosuites van Bach, Schumanns Kinderszenen...

Ik liet de muziek mijn halfslaap begeleiden, fantaseerde er landschappen, beelden, kleuren en situaties bij, en werd meestal halverwege de nacht wakker, verstrikt in een snoer, of met de koptelefoon pijnlijk tegen mijn oor gedrukt.

Nog altijd lijkt de nacht me het meest geschikte tijdstip om muziek te luisteren. 's Nachts is niet alleen het rumoer van het dagelijks leven verstomd, ook de visuele wereld is naar de achtergrond teruggedrongen, waardoor het gehoor vanzelf is aangescherpt, zoals dat ook bij blinden het geval schijnt te zijn.

Daar komt nog een neurobiologisch verschijnsel bovenop: wie 's nachts wakker is, schiet in een alerte modus, waakzaam, beducht voor gevaar. Door een of ander delicaat biochemisch evenwicht, dat voor onze evolutie ongetwijfeld van onschatbaar belang is geweest, staat het brein zo gevoelig afgesteld dat het elk geluid onder het vergrootglas legt, dat het elke verandering in geluidsterkte, toonsoort of tempo ervaart als een mentale aardverschuiving.

Laatst wilde mijn zoon (vijftien maanden) niet slapen, en ik heb hem uiteindelijk maar naar beneden genomen, waar we in het donker Bach luisterden. Om half drie 's nachts vielen mij stemmen en thema's op die me overdag altijd waren ontgaan.

³ In: Pierre H. Dubois: *Zonder echo*. PEN 43. Uitgeverij Heidelberg, Hasselt, 1965.

De nacht is de geëigende tijd voor een intense muziekbeleving. Dat concerten altijd 's avonds van kwart over acht tot tien plaatsvinden is een tegemoetkoming aan het praktische leven. (...)
Christiaan Weijts⁴

Koorts

*Hoor! zo is nooit gezongen! Hoor!
't Behang bewoog,
En 't haar van 't zwaarbewimperd oog.
Wat vloog
De ruimten door?*

*'t Zal morgen zijn
Of 't niet bij nacht zo hard met zweepen
Geslagen had. Zie door 't gordijn
De geesten in hun koude schepen!*

*De takken schaven aan de randen
Van 't venster. In de verte fluit
Het altijd helder langs de landen.
De dieren op de wanden
Verdwijnen. 't Licht gaat uit.*

Hendrik de Vries⁵

Ik wist van het belang van vaste gewoontes en rituelen, als houvast voor de dementerende. Dus besloot ik elke week naar mijn moeder te gaan en erbij te zijn, bij het leven met Alzheimer. Iedere week, elke dinsdag reisde ik in de middag, en later 's ochtends al naar Blerick.

Het zesde jaar is ingegaan en het is inmiddels al lang geleden dat we begonnen met onze nachtverhalen. Ik bedacht ze "met het oog op morgen", zal ik maar zeggen. Ik vroeg me af hoe ik mijn moeder zou kunnen helpen zich vertrouwd en veilig te voelen, ook als het ziekteproces verder gevorderd zou zijn. Tevreden en geborgen de slaap inglijden zou haar nachtrust ten goede komen, zo was mijn gedachte. En bijna vanzelfsprekend kwamen we via het zingen van liedjes van vroeger, terecht bij het opzeggen van onze kindernachtgebedjes. Het begon als een spel, maar na een tijdje werd het gewoonte: voor het slapen gaan zei mijn moeder de gebedjes op, die ze als kind al over ons uitsprak met de wens voor een goede nachtrust. Niet alleen mijn moeder, maar ook ik voel me nog steeds wonderlijk geborgen bij het horen van het gebed over de veertien engelen, gevolgd door een paar andere godvruchtige versjes: goede avond lieve heertje, goede avond lieve vrouwe, goede avond engeltjes zoet, die mama en Jozéke vannacht bewaren moet. De gebeden worden uitgesproken in een vast ritme en met de cadans van een litanie. Al naar gelang de stemming zegt mijn moeder ze helder, zorgvuldig, snel of raffelend, met en zonder intonatie en extra klemtonen. Soms noemt ze onze namen, soms niet.

⁴ In: Christiaan Weijts: *Nocturnes voor de walkman; Nachtluisteren*. Artikel in De Groene Amsterdammer van 16 december 2010 (themabijlage *De nacht*)

⁵ In: Hendrik de Vries: *Keur uit vroegere verzen 1916-1946*. Van Oorschot, Amsterdam, 1962

Vanuit mijn verlangen heb ik iets toegevoegd aan het ritueel: als de gebeden klaar zijn, stel ik mijn moeder de vraag hoe ze de nacht wil doorbrengen met de engelen. In de eerste jaren van onze nachtverhalen was dat soms de aanleiding tot een hilarische fantasie. We fantaseerden dan dat we naar een groot bal gingen in de hemel, en we bedachten welke kleren we zouden dragen, welke mooie schoenen en tasje, hoe de balzaal er uit zou zien en wie we zouden ontmoeten. Nieuwe liefdes verzonnen we en we bedachten ook ontmoetingen met mijn vader die tevreden in een gouden stoeltje zat te wachten op ons, om te vertellen dat we het allemaal wel goed deden zo, en dat hij tevreden was. Soms kwamen we heiligen tegen, we beleefden avonturen op drijvende wolken, of we belandden in een sprookje. Af en toe bedachten we wenswerelden, waarin het vergeten was verdwenen en de moeite van alledag weggesmolten. Het was altijd leuk om zo fantaserend de nacht in te gaan. Een enkele keer moesten we zó lachen dat we weer helemaal wakker waren, en slechts sporadisch wilde mijn moeder niet, als ze té moe of té gedeprimeerd was.

Het opzeggen van de versjes en het verzinnen van de nachtverhalen werd zo een heel gewoon ritueel dat erbij hoorde.

(...)

Inmiddels zijn we samen al een eind opgelopen met meneer Alzheimer. De samenhang in de zinnen en de taal begint steeds meer te verdwijnen. Lezen lukt niet meer, televisie kijken is volledig veranderd in kijken naar bewegende plaatjes en associatief reageren op voorbijkomende bekende gezichten of situaties. Thee zetten en koffie maken: het zijn niet te volbrengen taken geworden. Mijn moeder snapt er allemaal geen jota meer van, om het in haar eigen woorden te zeggen en ze verzucht nu vaak: “Waar moet dat heen, waar moet dat heen?”. Ze wordt steeds afhankelijker van de zorg van anderen. Maar het lukt nog altijd met de goede nachtrust. Op mijn vraag naar de activiteiten van de nacht komt nu steevast hetzelfde antwoord: er moet eens stevig gepoetst worden bij de engelen. De herinnering aan het vele boenen, schrobben en dweilen in het weeshuis, is present. Dus nu poetsen we, we geven de meisjeszaal, de regentenkamer, en de lange gangen van het weeshuis een flinke beurt, en ik verzin er de pauze bij. Want in de pauze is er heerlijke koffie mét gebak. Mijn moeder kan de gebakjes zelf niet meer bedenken, dus ik schilder ze uitvoerig en smakelijk: we eten een heerlijk dikke chocoladetaartpunt met een dikke mop slagroom, of een appelbol met kaneel en veel suiker, of een stuk progresstaart van bakker Janssen die vroeger tegenover ons woonde en die taarten bakte als flatgebouwen, verdiepingen hoog. Als we bij het derde taartje zijn aanbeland, ligt mijn moeder te gieren van het lachen: “Hou op, hou op,” roept ze dan, “ik heb mijn buik al vol, zoveel kan ik niet op!” En omdat ze zelf niet meer op het idee kan komen, dat er na de pauze weer gepoetst moet worden, eindigt onze engelenfantasie met dat lekkere gebak, met het lachen en met wensen voor een goede nachtrust. Een minuut later slaapt ze al.

José Franssen⁶

Boven mij hoor ik nu zachte slaapgeluiden, de Spanjaard heeft zijn leeslampje ook uitgedaan. Uit een aangrenzende coupé komen vrolijke geluiden: lachen, gieren, brullen. Ik draai me op mijn buik en kijk door een spleetje in het gordijn naar buiten. Een poosje geleden reed de trein Keulen uit en nu gaan we langs de Rijn, die in het

⁶ In: José Franssen: *Nachtverhalen*. Dit zijn twee fragmenten uit een langere column die in vier delen gepubliceerd is op de website van Zinweb.nl in januari 2009. Je kunt de gehele column lezen op mijn site onder het kopje *columns*. www.josefranssen.nl

maanlicht schittert. Hier en daar verschijnt een verlichte burcht op de donkere heuvels, dan weer zie ik straatlantaarns en huizen langs de oevers. Ooit ben ik hier met vriendinnen langs gefietst en stopten we bij elke wijnproeverij. Nu, in Koblenz, staan we lang stil. Waarom zijn nachttreinen toch zo traag? Ik doezel een beetje terwijl we door Mainz, Mannheim, Heidelberg en Stuttgart rijden. Het is bijna vier uur, af en toe loopt er iemand langs het gangpad, verder hoor ik alleen het gebonk van de trein.
Maria Klaar-Stütze⁷

José Franssen

www.josefranssen.nl

⁷ Fragment uit *Austria Express* van Maria Klaar-Stütze. In: José Franssen: *In mijn koffer op zolder. Levensverhalen van ouderen voor ouderen*. Bohn Stafleu van Loghum, Houten, 2008