

## WHAT'S IN A NAME



Liesbeth Steur is schrijver van verhalen over mensen. Alles wat zij schrijft, is non-fictie. Het leven is zonder ook maar iets te verzinnen voor haar al fantastisch genoeg. Liesbeth woont in het natuurgebied van de Serra de São Mamede aan de voet van Marvão in Portugal. Naast het schrijven organiseert zij drie keer per jaar *retreats* voor hen die op zoek zijn naar een tevreden leven. Meer lezen: [liesbethsteur.com](http://liesbethsteur.com).

## DE BUURMAN

De hemel is blauw, de zon is op en een zwak briesje doet mijn haar bewegen. Het belooft weer een mooie koele zomerse zondag te worden. Met koel bedoel ik temperaturen tussen achttien graden bij zonsopgang en vijfendertig graden bij zonsondergang. Meestal komen zulke frisse dagen pas voor als september al voorbij is. Vorig jaar is de zomer ook al koeler geweest dan normaal. Ik vind het niet erg. Vooral niet op de dagen dat ik yogales geef op het terras naast het zwembad. De lessen zijn zo druk bezocht dat niet iedereen meer op het 3x9-meter terras past dat helemaal is overdekt met schaduwdoek. De lange kant herbergt drie mensen met ieder een parasol en aan de andere lange kant die wat breder is zit ik met nog twee deelnemers plus parasols. Vanochtend druppelden de eersten rond negen uur al binnen, hardwerkende vrouwen uit het dorp en de stad die net als ik dol zijn op die ochtendkoelte. Rond half tien zitten er vijftien vrouwen en vaak ook twee mannen, maar een van hen is nu een nieuw dak aan het leggen op zijn huis in Vila Real dat hij verhuurt. Het lekte van de winter en dat vonden de huurders niet fijn. Naast de Portugese vrouwen zijn er een paar Nederlands en Engels dus geef ik mijn

lessen in Portugees en Engels. Het is stil, alleen de bijeneters hoog in de lucht zingen hun lied om deze tijd. Ik doe de klankschaal klinken en op datzelfde moment start een buurman op het naastgelegen terrein een landbouwwerktuig. Ik kan het niet thuisbrengen. Het maakt lawaai dus moet ik harder praten. Niemand zegt wat, ik ook niet, want leven in de campo betekent dat mannen die een baan hebben op zondag hun terrein onderhouden. We gaan in meditatie, doen een lange ademhalingsoefening en hebben een mooie, gewaagde hatha yogales van anderhalf uur. De meesten zijn al jaren bij mij op les, maar nu ik alleen nog maar buiten les geef op eigen terrein leren we elkaar beter kennen. Ik schenk na de lessen thee en bak iets lekkers voor de zoete trek. Soms praten we lang na, soms kort. Soms over diepgaande onderwerpen als jeugdtrauma's en het ontstaan van ongemakken en ziekten op latere leeftijd, soms over lekker eten en wat ons bezighoudt. De buitenlanders oefenen hun Portugees en de Portugezen hun Engels. De een heeft Reine Claude-bomen in de tuin en brengt de opbrengst mee. De ander maakt er jam van of Limburgse vlaai. Onze appels gaan mee met Karin die er sap van maakt.

Kortom de vreugde van het samenzijn groeit met de zondag waar dan ook regelmatig de vraag rijst wat ik in de winter ga doen. Er komt een oplossing zeg ik dan, dat weet ik zeker. Wat het gaat worden, weet ik niet, maar wel dat het bijzonder gaat zijn want de groei van deze prachtige gemeenschap is niet meer te stuiten. Dan sluit mijn man zich aan bij het gezelschap. “De buurman maakte wel lawaai hè?” We kijken elkaar aan. “Oh ja, die herrie. Heeft dat lang geduurd dan?” “Minstens een half uur!” Wij in de yogales hebben alleen het starten gehoord en daarna niets meer. Over focus gesproken!