

1

‘Oh my god, wat een schátje!’

Naast mij staan twee jonge vrouwen in een strak hardlooppakje. De een helemaal in het roze en de ander in felgeel. Grietje duikt meteen weg.

‘Dat is Sarah Brouwers!’ sist ze vanuit haar hok.

Krijg nou wat. In het echt ziet ze er nog dunner uit dan op televisie.

‘Geweldig!’ roept Sarah. ‘Die blik!’

Ik doe mijn best om zo leuk mogelijk naar ze te kijken. He-
laas zien ze er niet uit alsof ze eten bij zich hebben. Ze zien er
sowieso niet uit alsof ze weten wat eten is. Ik krijg een aai over
mijn rug.

‘Voelt stug hè, de vacht van zo’n beest.’ Sarah heeft zachte
handen. Haar gele vriendin raakt mij aan alsof het een ver-
plichting is. Kort en vluchtig.

‘O, daar staat er nog eentje!’ roept ze.

‘Waar?’

‘Daar, in dat hokje!’

‘Ah gos, die is volgens mij heel oud. Deze is écht leuk!’

Grietje kruipt nóg verder weg.

‘Geiten kijken zo raar uit hun ogen,’ zegt de gele vrouw. ‘Ze
hebben van die gekke pupillen. Net streepjes.’

‘Ja, maar deze kijkt heel lief,’ zegt Sarah. ‘Het lijkt wel of ze
naar me lacht. Ik word er heel rustig van!’

‘Nou, jij hebt voortaan geen yoga meer nodig! Je moet ge-
woon naar deze geit!’

‘Ja! Wil jij een foto maken, voor mijn Insta?’

‘Tuurlijk!’

De gele frunnikt de telefoon uit het hoesje op Sarahs arm en gaat voor ons staan.

‘Wil je alleen jullie hoofd of moet de hele geit erop?’

‘Doe maar helemaal, en een beetje van de zijkant, zodat je mijn billen ook goed ziet.’

Sarah legt haar hoofd tegen het mijne.

‘Kijk eens, geit, kijk maar naar de camera.’

Ja hallo zeg, alsof ik niet weet hoe het werkt! Dit overkomt me een paar keer per week. Ik ben een professional.

‘Heb je ze?’ vraagt ze even later.

‘Ja, kijk maar!’

‘Geweldig!’ roept ze. Ze lacht haar tanden bloot. ‘Die kop van hem!’

‘Is het wel een hij of is het een zij?’

‘Hij heeft een sik, dus het zal wel een mannetje zijn.’

Verdorie! Ook dat gebeurt me een paar keer per week. Zelf trekken vrouwen naarmate ze ouder worden steeds meer haren uit hun kin, maar nee, ik ben met mijn sik automatisch een mannetje! Ze kijken niet eens tussen m’n poten! Al deden ze het maar vluchtig! Zij zijn met hun hardloepbroek toch ook niet automatisch een kerel? En een hipster met een knotje is toch ook geen vrouw? Wat is dat toch? Ik tel tot tien en blijf vriendelijk kijken.

‘Als je deze foto toch op Instagram zet, wil je mij dan taggen?’ vraag ik met m’n liefste gezicht.

Sarah kijkt me verbaasd aan. ‘Eh ja... tuurlijk. Hoe heet je?’

‘Dena,’ zeg ik. ‘@denadegeit moet je hebben. Dena de geit, mensenfluisteraar, lifegoatch, geitengoeroe.’

Het is eigenlijk tegen mijn principes om te praten tegen mensen die geen eten voor me hebben, maar ik moet ook aan m'n netwerk denken: 34 volgers is leuk, maar ik kan er altijd meer gebruiken.

Sarah scrolt over haar scherm. 'Ja, gevonden! Ik volg je met een, dan vergeet ik het niet.'

Ik knik tevreden.

'Kom, we gaan,' zegt de gele vriendin terwijl ze op haar sporthorloge kijkt. 'We moeten nog zes kilometer.'

'Had je op pauze gedrukt?'

'Ja.'

'Oké. Let's go!'

Ze rennen van ons weg. Niet dat wij achter ze aan zitten of dat iemand hun een stuk brood voorhoudt. Ze doen dit uit zichzelf.

Sarah is de eerste hardloper die voor ons stopt. De meesten zien ons niet eens, hebben de blik op oneindig. Ze sloffen, sjokken, dribbelen, hollen, rennen, hinkepoten of trekkebenen voorbij. Meestal alleen, soms met z'n tweeën. Als ze met elkaar praten zijn het meestal vrouwen (of mannen die eruitzien als een vrouw).

Ze lachen in elk geval nooit. Hoe pijnlijker het eruitziet, hoe leuker Grietje en ik het vinden om ze aan te moedigen. Dan gaan ze ineens nog harder hun best doen, terwijl ze eigenlijk al niet meer kunnen. Grietje en ik genieten daar ernstig van.

Pas als Sarah en haar gele vriendin een stip zijn, komt Grietje weer tevoorschijn.

's Avonds, als we in de schuur staan, kijk ik op mijn Instagram. En ja hoor, Sarah Brouwers heeft me getagd bij een van de foto's die ze vanmiddag heeft gemaakt:

OMG! Love this goat! So pure! @denadegeit
#lovelife #purity #healthylife #inspiration #fitness
#fitgirl #fitforlife #killerbody

Zij staat er stralend op, beter dan ik. Het gras trouwens ook, dankzij een filter.

Ik bekijk Sarahs account. Ik zie foto's van ingewikkelde oefeningen waarbij haar billen prominent in beeld zijn en selfies met een bezweet maar – in welke houding dan ook – charmant en beeldig hoofd. Dit afgewisseld met foto's van borden, glazen en potten met kleurig superfood, gedecoreerd met viooltjes, schijfjes banaan en blauwe bessen.

Grietje en ik hebben ook wel eens geprobeerd zo'n foto te maken. Het kostte ons een halve avond om het er goed op te krijgen. Hooi als garnering bij de sla bleek toch niet zo sexy.

Veel foto's met iemand samen heeft Sarah niet. Ik voel me vereerd dat ze de foto met mij wel plaatst. Ze heeft 162.000 volgers en die zien mij nu allemaal. We hebben al ruim 1000 likes voor onze foto en veel enthousiaste reacties met hartjes en zo. Ik kleur ervan. Normaal krijg ik alleen een reactie van Connie43, maar zij vindt alles wat ik post leuk. Ze zou zelfs het hooi bij de sla nog liken.

Als ik weer op m'n eigen profiel kijk, zie ik dat ik er in één klap meer dan 100 volgers bij heb. Wow! En de teller tikt maar door. Als Grietje en ik gaan slapen, heb ik al bijna 200 volgers.

We reposten Sarahs foto:

Vandaag @SarahBrouwers op bezoek gehad. Was gezellig! En even gedag zeggen tegen al mijn nieuwe volgers. Hooi! Welkom!

#lovemylife #happiness #geit #goat #fitgirl

#geitengoeroe #mensenfluisteraar

2

We zijn nog geen vijf minuten buiten als er twee vrouwen voorbij joggen.

‘Dit is die geit waar Sarah het over had!’ zegt de voorste.

‘De witte of de bruine?’

‘Die witte. Dena heet ze!’

‘Hóé?’

‘Dena!’

Terwijl Grietje en ik een groepje wielrenners nakijken en ons best moeten doen om een fluim te ontwijken, hoor ik voetstappen achter me. Ik kijk om en zie een zwarte gedaante op me afkomen. O nee, de masseuse! Deze keurige dame komt regelmatig langs om mij te masseren. In het begin was het nog gewoon aaien, maar ze wordt steeds fanatieker.

Ik zou net als Grietje nu snel in mijn hok willen duiken, maar de vrouw gaat precies tussen mijn hok en mij in staan. Weglopen kan ook niet, omdat ik met mijn ketting vastzit aan het paaltje.

‘Dag meis,’ fluistert ze met haar zware stem in m’n oor. ‘Hoe is het met je?’

De rillingen lopen over m’n rug. Bij wijze van begroeting vouwt ze haar handen en buigt ze voor me. Ze drukt haar neus tegen de mijne. Ik durf bijna niet te kijken. Toch kan ik dat beter wel doen, om haar lippenstift te ontwijken. De vorige keer heb ik uren met m’n gezicht over het gras moeten schrapen om de rode strepen van m’n wang te krijgen. Ze duwt haar

gezicht langs het mijne en omhelst me. O mijn god, die zware parfumlucht! Ik stik er zowat in. Dan gaat ze naast me staan en legt haar handen op mijn zij.

‘Even contact maken... Oeh, wat ben je onrustig.’

Ze legt haar handen op mijn rug en maakt heel langzaam draaiende bewegingen. Eerst klein met haar vingertoppen, maar steeds groter, ruwer en sneller. Haar armen en de rest van haar lichaam maaien ritmisch over mijn hele lijf. Het lijkt wel een dans.

Ik weet dat ik me nu schrap moet zetten. En ja hoor, daar hangt ze al met haar volle gewicht aan mijn zij. Ze trekt me zowat op de grond. Ik doe mijn poten verder uit elkaar om niet om te vallen.

‘Rustig maar! Weerstand is juist goed. Daar moet je doorheen. Laat het maar toe.’

Laat het maar toe? Wat zullen we nou krijgen, zeg? Dat bepaal ik zelf wel!

Ik schud met mijn kop.

‘Láááát jezelf gáááán.’

Hoe schud ik haar van me af? Bokken kan ik niet, met een vrouw aan mijn lijf. Ik hou het niet meer. Ik zak door mijn knieën.

‘Goed zóóóó. Geef je maar over. Láááát de energie door je lichaam stromen.’

Ze wrijft met haar duimen over mijn voorhoofd.

‘Zet je chakra’s maar open.’

Ik geloof dat ik gek word.

‘Laat het lekker los... Jáááá.’

Dan gaat ze tegen me aan liggen, met haar hoofd tegen mijn buik. Ik kan geen kant op. Ik word hier gewoon gebruikt als levende zitzak!

Ik wil haar keihard in haar aura bijten, maar kan er net niet bij. In plaats daarvan bijt ik nijdig in het gras en maal ik m'n kaken driftig heen en weer. Ik smak zo veel mogelijk, in de hoop haar weg te jagen.

'Oeh, wat moet je veel slikken,' zegt ze. 'Herken je dat? Moet je in het dagelijks leven ook veel slikken?'

Ik laat een boer.

'Goed zóóóó. Geef alles wat niet gezegd is maar terug aan het universum.'

Ze rolt zich van me af, staat op en werpt zich om mijn nek.

'Fijn dat je dit wilde delen. Dank je wel voor wie je bent!'

Ze vouwt haar handen, knikt naar me en loopt weg.

Een groepje wandelaars komt voorbij. Ze hebben er flink de pas in.

'Kijk, deze geit bedoelde ik!' roept de voorste afritsbroek. 'Altijd als ik deze zie, weet ik dat we op de helft zijn!'

Op Instagram posten we een oudere foto waarop ik gras eet:

Je mag wel overal op kauwen,
maar je hoeft niet alles te slikken.
#lovelymylife #gras #kauwen #slikken

3

‘O god, daar heb je hem óók weer,’ zucht Grietje.

Ze knikt naar de koerier die zijn bruine bus een stukje verderop half op de stoep parkeert en de motor laat draaien, alsof hij bij ons een pakketje komt bezorgen.

Wat eigenlijk ook zo is, omdat hij mij z’n lunchpakket komt brengen.

Grietje heeft een hekel aan hem, omdat hij alleen mij eten geeft. Maar ja, zij kruipt weg zodra er iemand aan komt. Je moet jezelf natuurlijk wel laten zien. En je moet weten wanneer je moet zwijgen. Zwijgen is eten krijgen. Gewoon je kop scheef houden, kauwen en pas advies geven als het eten op is. Dat is waar de fans voor komen.

‘Hey lekker ding!’ lacht de koerier. ‘Kijk eens wat ik vandaag voor je heb: een wortel-rodekoosalade, spinazie met tarwegras en twee verse zelfgebakken speltboterhammen! Hoppa!’ Hij gooit het voor me op het gras.

‘Ik zou zeggen: eet smakelijk. M’n meissie is er extra vroeg voor opgestaan om het klaar te maken. Om halfzeven stond ze al in de keuken. Superlief natuurlijk, maar ik krijg het echt niet weg. Dus ik heb de snackbar maar weer met een bezoekje verblijd! Heerlijk, die frikandel speciaal,’ zegt hij verlekkerd. ‘Extra uitjes erbij... mijn buikie is weer gevuld! En jou kan ik blij maken met het bewijsmateriaal. Ik zeg: win-win! Eet het maar gauw op, schat!’

Ik kauw rustig door, terwijl hij me aait.

‘Ze zit nu in haar glutenvrije periode, dus ik zal de komende

tijd wel vaker langskomen. Jij eet gewoon alles! Tamara niet, hoor. Die wil helemaal niks meer, geen gluten, geen suiker. Zelfs een hap lucht lijkt al te veel. Ze neemt haar werk als voedingscoach veel te serieus,' moppert hij verder. 'Ik zeg tegen haar: ik neem toch ook geen pakketjes mee naar huis? Er kan geen chippie meer vanaf! Ja, een gróéntechippie! Nou, ik zweer het je, alsof je een hap karton neemt.'

Ik ben toe aan de salade. Heerlijk.

'Ik wil ook een beetje leuk kunnen leven, zonder aan de kilo's te hoeven denken. Ja, toch? Ik zeg zo vaak tegen Tamara: joh, maak je niet zo druk. Het leven is veel te mooi om je druk te maken over je gewicht. Op geboortekaartjes staat altijd het geboortegewicht, maar ik heb nog nooit een rouwkaart gezien waar het eindgewicht op staat.'

Ik slik de laatste hap door, hou m'n kop scheef en kijk de koerier aan. Nu is het mijn moment als geitengoeroe, lifegoatch, mensenfluisteraar.

Ik zeg rustig: 'Zeg nooit, maar dan ook nooit dat je buiten de deur eet. Dat kan volkomen verkeerd worden opgevat.'

De koerier aait over mijn kop, kijkt in m'n ogen en zegt op samenzweerderige toon: 'Ja, precies. Dit is iets tussen ons, hè geitje! Het is ons geheimpje!'

Hij springt in z'n busje en scheurt weg.

'Waarom heb je niet tegen de koerier gezegd dat hij gewoon eerlijk tegen die Tamara moet zeggen dat hij haar eten niet lekker vindt?' vraagt Grietje als we 's avonds in de schuur op onze tablets zitten. 'Jij vindt het toch altijd zo belangrijk dat mensen eerlijk tegen elkaar zijn?'

'Ja, dahaaag, dan krijg ik al die lunches niet meer!'

Grietje hoort niet meer wat ik zeg.

‘Heb je al op Insta gekeken?’ roept ze verschrikt. ‘Je hebt 150 nieuwe volgers en je wordt overal getagd!’

Op Insta zetten we snel een foto waarop ik lachend in de camera kijk:

Wèhèhèlkom nieuwe volgers!

Graas, drink, dans, lach, slaap!

#food #morefood #lovemylife #mensenfluisteraar