

Me-time

Ruimte in mijn hoofd

Marja Duin (49) werkt als redacteur bij een uitgeverij. Met een drukke baan, een man en twee kinderen is haar leven meer dan vol. Hoe ontspant zij?

'Mijn vader was kleermaker, hij stierf toen ik negen was. Ik mocht heel af en toe in het atelier komen. Dan moest ik me stil houden en kreeg ik zijn knopendoos om rustig mee in een hoekje te zitten. Die doos fascineerde me, er zaten allerlei verschillende knopen en haakjes in. Een tijdje geleden kwam mijn buurvrouw tijdens het opruimen een grote zak met knopen tegen, in allerlei kleuren. Ze gaf ze aan mijn kinderen om te verkopen op Koninginnedag. Ik keek naar die knopen en ging er met mijn vingers doorheen. Wat kun je daar veel leuke dingen mee doen, dacht ik. Ze appellerden aan een gevoel van welbevinden uit mijn jeugd, realiseerde ik me al snel. Opeens wilde ik ze helemaal niet verkopen. Ik wilde ze zelf houden om er kettingen van te maken.

'Mijn
gedachten
staan stil,
het is **een
soort
meditatie**'

Op mijn werk als redacteur ben ik erg met mijn hoofd bezig. Ik had behoefte aan een manier om dat hoofd leeg te maken, meer kleur in de dag te brengen. Van kettingen maken word ik blij. Mijn gedachten staan stil, het is een soort meditatie. Ik ben eerst bezig met bedenken wat ik wil maken, de techniek en de materialen die ik wil gebruiken en de kleur die erbij moet. Daar ben ik dan al zo op gericht dat al het andere wegvalt, minder belangrijk wordt. Er ontstaat meteen meer ruimte in mijn hoofd. Ik doe dit het liefst een of twee avonden per week. Sla ik een weekje over, dan word ik kribbig. Het is een verslaving geworden: ik wil alleen maar meer.

Mijn kinderen zijn dertien en elf en hebben nog best veel aandacht nodig, dus ik heb niet veel tijd voor mezelf. Ik maak mijn kettingen vooral als de rest televisie zit te kijken. We hebben niet zo'n groot huis, dus bewaar ik al mijn materialen in doosjes, die ik opberg in mijn slaapkamer. Boven zoek ik alles bij elkaar wat ik nodig heb en dat neem ik dan mee naar de eettafel. Mijn gezin vindt het leuk, ze zien dat het een goede uitwerking op mij heeft, dat het kettingen maken mij ontspant. "Ga alsjeblieft weer eens aan de knopen", zegt mijn man zelfs als ik thuis aan een manuscript zit. Ik moet niet constant met mijn werk bezig zijn, vindt hij. Hij heeft gelijk, maar het vergt discipline om ervoor te gaan zitten, hoe fijn ik het ook vind. Zeker in tijden dat het druk is en ik werk mee naar huis neem.

Mijn kettingen draag ik zelf of doe ik cadeau. Veel mensen vinden ze mooi en bijzonder. Ik zou heel graag een eigen plek willen hebben waar ik er in alle rust aan kan werken. Het zou een atelier zijn met grote ramen en veel licht en er zou een kast staan met allemaal laatjes. En een grote tafel waar ik mijn spullen kan laten liggen, zodat ik ze niet elke keer hoeft op te ruimen. Eigenlijk, nu ik erover nadenk, zou mijn plek lijken op het atelier van mijn vader.'

Hoe ontspan jij nu écht? Stuur je mail naar redactie@lofmagazine.nl en maak je opwachting in de rubriek Me-Time.

TEKST: ELLA MAE WESTER BEELD: MARLOES BOSCH

