

SARAH
DOMOGALA



Trouw

ORLANDO

Hoe je trouw blijft, aan jezelf én aan de ander

Tegen de achtergrond van een nieuw leven in de Franse Pyreneeën schrijft Sarah twee brieven: een aan haar man en een aan zijn minnares, waarin ze hen vertelt wat de bergen haar geleerd hebben. Een boek dat aanzet tot nadenken over wat het werkelijk betekent om trouw te zijn aan wie je bent, in een wereld die je steeds opnieuw uitnodigt om jezelf – en daarmee de ander – te verlaten.

‘Hartverscheurend eerlijk, wijs en hoopvol:
hoe liefde doorgaat na het verraad.’ – *Nouveau*

‘Leest als een trein.’ – *de Volkskrant*

‘Onmogelijk weg te leggen: feministisch, spiritueel,
psychologisch.’ – Susan Smit



SARAH DOMOGALA (Geleen, 1978) woonde op afgelegen plekken in de Alpen, Ierland en de Franse Pyreneeën en tegenwoordig op een oude boerderij in Zuid-Limburg. Ze schrijft al jaren voor *Happinez* en maakte in 2010 de veelgeprezen documentaire *Alles wat we wilden*. Van haar verschenen eveneens *De kunst van het verdwijnen* en *Herwildereren*.

UITGEVERIJORLANDO.NL



9 789083 625942



uitgeverij
ORLANDO

SARAH DOMOGALA

Trouw



uitgeverij
ORLANDO

© 2020 / 2026 Sarah Domogala
Alle rechten voorbehouden
Tekst- en datamining zijn niet toegestaan
Uitgeverij Orlando bv, Amsterdam, juni 2026
Omslagontwerp Villa Grafica
Foto auteur Klaas Jan Kliphuis
Zetwerk Pre Press Media Groep
ISBN 9789083625942
NUR 320 / 301

www.uitgeverijorlando.nl



VOORWOORD

Ontrouw.

Ik kan je misschien niet vertellen wat het betekent, maar ik kan je wel vertellen wat het voor mij betekend heeft.

Vier jaar geleden spatte ons huwelijk uit elkaar. Als mensen me vragen hoe het zover gekomen is, dan weet ik niet wat ik moet zeggen. Ik mompel iets over te veel bij elkaar weg zijn, over kleine kinderen, een midlifecrisis. We waren zo gelukkig samen. Twee knappe, jonge mensen, allebei succesvol regisseur, die hopeloos verliefd werden, deden waar ze van droomden, veel reizen, die twee wolken van kinderen kregen. We hielden vol overgave van elkaar, dat is wat ik zeg. We benutten de beste jaren van ons leven, hielden van avontuur, woonden op een afgelegen berg in Frankrijk en zeiden zo vaak tegen elkaar hoe goed we het deden, hoeveel geluk we hadden, hoe trots we op elkaar en op onze kinderen waren. Ik zeg dat er geen tekenen waren dat er iets mis was, tot het misging.

Maar terwijl ik dit zeg, weet ik dat het niet klopt. Het klinkt incompleet. Het klinkt als iets wat ik mezelf probeer te vertellen om de verantwoordelijkheid van wat er gebeurd is af te schuiven. En misschien is dat wel precies het geval.

Soms kan ik in mijn hoofd alles nog goedmaken. Recht strijken. Doen alsof er niets gebeurd is. Zo veel mensen die niets weten, bij wie we nog schoon en onschuldig zijn, het ideale koppel. Dan klim ik in gedachten nog steeds elke dag door het dichte bos over het smalle bergpad omhoog. Ik doe mijn ogen dicht en ik ben er, op onze Franse berg in mijn geliefde kastanjebos, alsof er niets veranderd is. Hier is de open plek, daar de bron, daar de tweelingboom. Het is niet moeilijk, ik ken elke bocht, elke stap uit mijn hoofd. Soms raap ik een kastanje van de grond en stop hem in mijn zak. Toen we hier nog woonden, en jij veel in Nederland was, kwam ik hier in de herfst met de kinderen en lag de bodem bezaaid met tamme kastanjes. We probeerden de bolsters open te wrikken zonder ons te prikken aan de scherpe stekels, wat nooit lukte. Maar de beloning van de gladde kastanje verzachtte de pijn van opengehaalde vingers. De gelukzaligheid van het vinden van dat kleine geschenk, helemaal nieuw en heel en onverwacht. We vulden onze zakken tot we bijna niet meer konden lopen door het gewicht. Straks zouden we ze uit het haardvuur vissen en de machtige, zoete smaak proeven. Met tandenstokers maakten we kastanjespinnen voor op de ven-

sterbank. Maar dat was toen, de kastanjes in mijn zak zitten vol insectengaatjes, de bolsters zijn allang vergaan.

Twee jaar hebben we gewoond in dit kleine gehucht aan de voet van de berg. Ik heb altijd gezegd dat ik verliefd ben geworden op deze plek. Dat een handvol huizen midden in de Franse Pyreneeën mijn hart gestolen had. Maar wat ik niet durfde te zeggen is dat het niet het dorpje was waar ik voor viel. Nee, ook, maar het is niet de hele waarheid. Ik werd verliefd op het kastanjebos. Nee, sorry. Waarom is het zo moeilijk om eerlijk tegen je te zijn?

Ik werd verliefd op een steen. Een enorme kei, een puntige rots in het kastanjebos, omgeven door kleinere stenen met een soort trappetje aan keien ervoor. Die steen heeft mijn leven overhoopgehaald en alles veranderd. Ach nee, ook dat is niet helemaal waar. Je ziet hoe ik gewend ben je de halve waarheid te vertellen.

Speak your mind. Ik hoor het al jaren als een zacht dwingende stem die diep vanbinnen komt. Soms, als ik genoeg moed had, probeerde ik voorzichtig, omslachtig te vertellen wat ik werkelijk voelde of dacht, maar het bleek altijd te veel. Mijn waarheid ketste altijd terug. Te ingewikkeld of ongepast of ongemakkelijk. Net als ieder ander kun ook jij je ergeren aan mijn versie van de werkelijkheid, dus hield ik weer mijn mond, of zwakte mijn waarheid af tot iets acceptabels. Maar nu, nadat ik zo lang geprobeerd heb om liever te zijn, zachter, rustiger, slimmer, normaler, socialer, aantrekkelijker en nu die manieren niet gewerkt hebben, nu zal ik al mijn moed verzamelen om eerlijk te zijn. We kennen allemaal jouw verhaal, het pijnlijke cliché dat al zo vaak geleefd en verteld is. Het verhaal van de overspelige echtgenoot waarin de be-

drogen echtgenote gekrenkt achterblijft, in haar stilte. Een stilte die generaties lang is gegroeid en gegroeid tot het ons opgeslokt heeft in haar taboe waarin jij altijd de dader bent en ik altijd het slachtoffer. Waarin onze liefde per definitie voorbij is na overspel en jij je moet wentelen in schuld en ik in schaamte.

Nu verlang ook jij naar woorden die de stilte breken, die je bevrijden van de mythe waarin ook jij vastzit, die ook jou heeft opgeslokt. Nu ben jij hongerig naar mijn verhaal. Het verhaal dat even vaak geleefd, maar onverteld bleef. Uit schaamte. Omdat het altijd ingewikkeld, ongepast en ongemakkelijk is. Maar we weten allebei dat de waarheid het enige is wat ons heeft leren liefhebben, juist in het allerdiepste donker.

Dit verhaal, mijn liefste, een gladde kastanje in een gevaarlijk scherpe bolster, is mijn geschenk aan jou.

Wil je het weten? Ik zit aan de keukentafel. Ons huis is eenvoudig en is over vier etages uitgehakt in een berg waarvan de top boven ons hoofd 'Tour de Cos' heet en de voet onder ons huis de oever vormt van een bergrivier. De tafel is rond en is van slank eikenhout gemaakt. Hij is al lang niet in de was gezet en er zitten vlekken op het blad. Ik kijk naar mijn handen die erop liggen. De aderen die zo duidelijk te zien zijn, mijn trouwring aan de linkerkant, mijn verlovingsring aan de rechterkant. Voor me staat een bord met een restje avondeten, maar ik krijg geen hap door mijn keel. Jij staat bij het aanrecht en buigt voorover om een blok in de houtkachel te gooien. Je bent een paar weken thuis nadat je lang in Nederland bent geweest om een film af te maken.

De avond dat je terugkwam uit Nederland hadden we het huis versierd, een taart gebakken en tekeningen gemaakt. De kinderen stonden te juichen bij je binnenkomst en klommen in je, ik zag ze drinken van je energie.

De hele zomer had ik zo verlangd naar dit moment. We zouden de kachel aansteken en bij het vuur samen verder

dromen over onze toekomst in Frankrijk. Mijn plan was om voor een jaar een leegstaande boerderij te huren op een nabijgelegen bergtop. Om zelfvoorzienend te leven en de kinderen thuis les te geven. Ik las Naomi Kleins boeken en had uitgerekend hoeveel onze sobere leefstijl in Frankrijk de planeet kostte, nog steeds was er tweeënhalf keer onze aarde nodig om die levensstijl te onderhouden. Vroeg of laat zal iedereen gedwongen worden tot twee maaltijden per dag en een semi-zelfvoorzienend leven. Ik was benieuwd wat voor vorm dat zou krijgen, hoe het zou zijn om teruggeworpen te worden op ons gezin, ons contact met de aarde en de natuur te herstellen en wederkerig te maken. Ik stelde je voor om er een project van te maken, om er een film van te maken, over te schrijven. Je had er steeds iets over gemompeld als ik erover begon aan de telefoon, maar ik had het in je afwezigheid uitgewerkt en wilde het je voorleggen.

En toen de kinderen sliepen in hun warme bedjes, trok ik een fles wijn open om met je in de comfortabele stoelen voor de houtkachel bij te praten, en wachtte ik tot je bij me kwam zitten. Maar je kwam niet.

Kom je nou? riep ik licht geïrriteerd de trap op.

Ja, zo meteen, antwoordde je, terwijl je met je telefoon in je hand boven aan de trap bleef staan.

Ik wachtte.

En toen je eindelijk bij me kwam zitten gooide je nog een blok op het vuur en ontweek je mijn blik. Ik begon over hoe fijn het is dat je terug bent, hoe blij ik ben. Ik weet niet of het waar was, maar ik zei het wel.

Ik heb een huis te huur gezien, verder op de berg, met veel land... Zullen we gaan kijken, het lijkt me zo tof om daar...

Ik heb toch al gezegd dat ik het niet weet, onderbrak je me bits.

O, maar ik dacht... geschrokken probeerde ik je blik te vangen, maar je keek naar het vuur. Wat wil je dan?

Je nam je hoofd in je handen. Ik weet het niet. Ik weet alleen dat we hele andere dingen willen, dat we niet hetzelfde willen.

Ik stond op en ging bij het aanrecht staan. Geen idee wat ik daar moest doen, maar ik wist niet wat ik moest zeggen. Ik begreep niet wat je bedoelde, maar het voelde raar. Als iets wat ik niet wilde begrijpen. Je zou wel moe zijn.

Misschien moet je gewoon gaan slapen.

Ja, dat is goed, zei je en je liep naar boven.

Ik haalde mijn schouders op en probeerde de teleurstelling van me af te laten glijden.

Terwijl ik de laatste dingen opruimde besepte ik hoe goed de voorgaande maanden voor me geweest waren. Ik had zo veel tijd alleen gehad, als de kinderen naar school waren, de lange avonden bij het vuur. Praktisch was ik eraan gewend geraakt om in m'n eentje de zorg te dragen, maar het was vooral de stilte die me harmonie had gebracht en me mijn innerlijke stem weer had laten horen. In onze relatie werd ik constant uitgedaagd, moest ik me verhouden tot jouw wensen en dat kostte veel energie. Ik had zo vastgezet in het idee dat we altijd samen moesten zijn. De kinderen vonden het niet erg als je weg was en diep in mijn hart vond ik het ook niet erg. Op dit moment in mijn leven was het goed voor me om veel alleen te zijn, zei ik tegen mezelf. Het gaf me de mogelijkheid om nieuwe dingen te ontdekken zonder dat ik zelf weg hoefde te gaan of anderen er pijn mee deed. Buiten het zicht van de wereld kon ik mijn eigen wereld ontdekken. In het bos.

Zodra ik ons bed in stapte werd je half wakker en trok me naar je toe. We vrijden met elkaar. Kort, gretig en afstandelijk. Alsof we elkaar niet helemaal meer kenden na al die weken, en nadat we van elkaar af rolden begon je al snel te snurken. Ik stelde mezelf gerust in het donker, het komt wel goed, het is altijd goed gekomen. Maar de volgende ochtend in de badkamer sloeg je je ogen neer. Verbaasd keek ik naar mijn lichaam: wat was er mis? Fysiek was er niets veranderd, maar toen het de volgende keer weer gebeurde, besloot ik de deur op slot te doen en me beter te bedekken in je buurt.

Ik probeerde het dagelijks leven meer sfeer en vrolijkheid te geven, meer betekenis en warmte. Maakte lekker eten klaar, stak de kaarsen aan en schudde de kussens op. Maar je dreef steeds verder af van mij en de kinderen. Je verdween in je boek of tv-serie, snauwde dat we stiller moesten zijn, minder zout op ons ei moesten strooien, dat de gasfles alweer leeg was. Soms was je ineens uitgelaten en zuchtten we van opluchting en deden we allemaal dankbaar mee. Je verdween ook echt, maakte lange ritten door de bergen en als je thuiskwam in het donker zei je dat je gehuild had, dat je zo ongelukkig was. Ik vroeg je steeds opnieuw wat er scheelde, of ik iets voor je kon doen en je antwoordde steeds: *je kunt me niet helpen.*

En nu, op deze verloren dinsdagmiddag tijdens de lunch, vraag je ineens of ik hét wil weten. Mijn maag wringt zich in een knoop en een vreemde tinteling kruipt langs mijn benen omhoog. Mijn blik strak op mijn handen. Alsjeblieft, nog niet, denk ik. Als ik niets weet is er misschien nog tijd om het anders te laten zijn, om je eraan te herinneren wat geluk was, om wat er ook is ongedaan te maken, om je weer aan

onze kant te krijgen. Ik heb geen idee waar je precies bent met je hart en je hoofd, maar ik weet dat je niet meer bij ons bent. Fysiek ben je aanwezig, zoals je steeds zegt als ik je erop wijs, maar met je aandacht ben je opgestaan en ergens anders heen gelopen.

Nee, antwoord ik resoluut. Ik wil nog niet horen hoe je niet meer bij ons wilt zijn. Hoe je vrij wilt zijn. Dat je niet meer in een gezin wilt leven. Want dat is wat ik vrees.

Met tegenzin stop ik een stuk brood in mijn mond en roep de hond, tijd voor onze wandeling. Jij staat ook op en loopt met je telefoon in je handen vier trappen op, naar de bovenste verdieping, waar je bureau staat. Als ik de straat af loop in de richting van het bos voel ik hoe het onheil me op mijn hielen zit.

De lange uren dat de kinderen naar school zijn, zwerf ik met de hond door de bossen rond ons huis. Ik ben eraan gewend geraakt om alleen te zijn. Sinds we hier wonen ben je steeds vaker en steeds langer in Amsterdam. Het valt me tegen om de kinderen en het huishouden alleen te doen op deze onherbergzame plek. Waar alles fysiek zwaar is, waar een supermarkt veertig minuten rijden is, medische zorg een uur. Waar ik met hout sleep om de kachel aan te krijgen. Soms is het hout nat en lukt het me niet om een vuur te maken, dan maak ik kruiken en ga ik om half acht tussen de kinderen in bed liggen om warm te blijven. Toch geeft die eenvoud me meer dan het me kost, ik voel bevrijding in de beperking. Een herwaardering van wat er is, stilte, warmte, een brood. Van schoon water zo uit de bron, een vrolijk gesprekje met de vrouw van de post, de warme zon die over de berg opkomt als het gevoren heeft.

Als je terugkomt uit de stad verbreek je die magie. Na de eerste blijdschap van het weerzien erger ik me steeds meer aan je. Hoe je van alles wilt, dat alles beter moet of sneller of anders, hoe vaak je op je telefoon kijkt. Ik begin me meer en meer af te zetten tegen het leven in Nederland, dat steeds oppervlakkiger en onzinniger op me overkomt. Al die aandacht voor spullen, kleren, erkenning, geld. Al die praatjes. Ik verlang naar het tempo dat er is als ik alleen ben, naar de kwaliteit van de kleine dingen. De geur van natte aarde, het ritme van de rivier, van de zon, het ruisen van de bomen. Ik verlang naar iets wat ik nog niet helemaal begrijp, maar dat alles te maken heeft met minder, met bescheiden, met simpel, met de luwte. Met wat leeft buiten het zicht van de mensenwereld. Soms probeer ik dat verlangen aan je uit te leggen, maar ik kan het niet goed omschrijven, het lijkt te veel op klagen en je raakt geïrriteerd. Je zegt dat ik niet zo zuur moet doen, dat we het als mens nu eenmaal moeten doen in de mensenwereld, dat ik me verstop voor het leven. Misschien heb je wel gelijk. Het wonen op deze stille plek in deze woeste natuur, de adelaar boven mijn hoofd, het zuivere bronwater, de schone lucht en de wuivende wilde bloemen; zo ver weg van alle ruis, alle tumult, reclame, eisen, verwachtingen: het is één grote opluchting. Alsof ik eindelijk even pauze krijg van het leven dat sinds de middelbare school maar doordendert. Ik heb te midden van die hectiek zo vaak heimelijk terugverlangd naar mijn kinderjaren, toen ik lange middagen in mijn eentje door de velden zwierf en praatte met alles wat leeft. Daar was ik thuis en sinds ik ouder werd en die connectie verloren ging, voel ik me opgejaagd wild. Ik weet heel goed hoe ik van jongs af aan geprobeerd heb te overleven in

een wereld die alles vreemd vond wat ik normaal vond. Elfjes, kabouters, zwevende bollen licht, engelen, stemmen, de spirit van bomen en stenen. Het had geen toekomst. Als ik wilde leven in de enige wereld die men als waarheid ziet, dan moest ik al mijn andere werelden inleveren. Ik ben gaan observeren hoe mensen zich gedragen, hoe ze zich kleden, wat ze aangenaam gedrag vinden, waar ze vrolijk van worden, waar ze bewondering voor hebben. Net als ieder ander mens was ik op zoek naar liefde en verbondenheid, en zeker na de scheiding van mijn ouders wist ik dat ik daar harder naar zou moeten zoeken dan de meeste mensen. Ik werd een perfectionist, iemand die precies weet wat anderen goed en prettig en bewonderenswaardig vinden en dat probeerde ik me dan eigen te maken op zoek naar erkenning. Dat niet lang daarna de eerste paniekaanvallen opkwamen heb ik pas heel laat gelinkt aan die aanpassingsdrang.

Hier, aan de voet van de berg, heb ik voor het eerst het gevoel dat ik mag bijkomen, even mag uitrusten en opladen. Hier zit ik lange uren aan de oever te luisteren naar de stroom terwijl mijn zenuwstelsel langzaam tot rust komt, schoon wordt gewassen door het geluid van het stromende water, de wind en de zon. Als mensen me voor onze verhuizing vroegen hoe ik het vond om weg te gaan, was dit wat ik zei: *ik ben zo opgelucht dat ik straks niemand meer hoeft te zijn, me niet meer hoeft op te blazen of schrap te zetten.*

Dus misschien verstop ik me inderdaad. Misschien is het niet de bedoeling dat ik mijn tijd verdoe met terugkeren naar de vrede uit mijn jeugd. Misschien ben ik terug bij af. Misschien mag ik me niet overgeven aan het moederschap, aan de zorg voor het gezin. De stress van alledag ontvluchten.

Misschien moeten we ons er wel juist in werpen, en met volle kracht vooruit, zoals jij zegt. Ik ben opgegroeid in een wereld die helemaal draait om de mens en het idee dat je hard moet werken om je waarde te laten zien. Dat ik mag rusten en thuiskomen in de handen van de natuur past helemaal niet in dat plaatje. Ik snap best dat je je daaraan ergert, je bent verliefd geworden op een eigengereide, ambitieuze regisseur. Mag ik ook iemand anders zijn? Ik durf het je niet te vragen. Ik probeer te zeggen wat je wilt horen, mijn carrière te claimen door te zeggen dat ik binnenkort weer klussen aan ga nemen, en te verzwijgen dat al mijn ambitie is weggesmolten nu ik thuiskom in de natuur.

Hoe meer ik me overgeef aan mijn liefde voor de bomen, het bos, het gras, des te meer het onrustige besef groeit dat het Amsterdamse, wereldse leven voor mij zal ophouden. Dat de plek waar de mensenwereld mij begrijpt zal verdwijnen. Ik heb steeds minder om me aan vast te houden en toch grijp ik niet in. Ik loop iedere dag opnieuw het bos in en vind met iedere stap een stukje van mezelf terug, al weet ik dat het risico bestaat dat ik met iedere stap iets verder bij jou vandaan loop. Dat besef voedt een tinteling in mijn buik, alsof ik iets doe wat eigenlijk niet mag en wat ik niet zou moeten willen.