

# INHOUD

Inleiding 8

## UTOPIE

**L'Univers du Sommeil** – *Daniël Rovers* 12

**The Andromeda Strain** – *Cassander Eeftinck Schattenkerk* 18

**Zonneschijnstadjes** – *Sonja Schulte* 21

**Muurschildering** – *Anna de Bruyckere* 28

**IJsland** – *Thomas van Huut* 29

## PULP

**Wat ik elke avond doe** – *Maarten Buser* 32

**Worst** – *Eileen Ros* 36

**Pulpplaatjes** – *Floris Dogterom* 39

## ANGST

**Gal** – *Lotte Lentes* 46

**Asielkatten** – *Else Kemps* 53

**Schemerblind** – *Haro Kraak* 55

## LIEFDE

**Ode aan het zwart** – *Miriam Rasch* 64

**8 Songs** – *Nele Buyst* 68

**Geliefde, ik houd van je** – *Thomas Heerma van Voss* 73

## ETEN

**Zondags behang** – *Hanneke Hendrix* 84

**De ratelslang** – *Khalid Idmalek* 86

**Re-enactment van een zestiende-eeuws feestmaal** –

*Miriam van Ommeren, Patricia Piolon en Mahlee Plekker* 89

**Rijskracht** – *Lisa Weeda* 97

**Fennek** – *Katelijne Brouwer* 103

## VOYEURISME

**Darlings op sterkwater** – Jonathan Griffioen 106

**Merkstiftrood** – Basje Boer 108

**De berg** – Fleur van Greuningen 111

**Zaterdagochtend** – Tim Pardijs 115

## SEKS

**Man tot man** – Jerry Hormone 120

**Begrafenis van de mannen** – Anneke Claus 127

**Seks op commando** – Patricia Piolon 130

## WERK

**Trees** – Jelmer Birkhoff 136

**Ik solliciteerde bij een dagblad en ondervond het  
ongelijk van Keynes** – Jeroen Pen 142

**Hoe de zwaan haar vleugels verliest en een  
kantoorbaan krijgt** – Wibo Kusters 146

**Uit de bus** – Nickie Theunissen 147

**Eeuwige liefde** – Vincent Terlouw 149

## PESSIMISME

**Ian deed vroeger allemaal toffe dingen,  
tegenwoordig draagt hij een muts** – Dennis Gaens 156

**Niet goed in ziek** – Marijn Sikken 161

**Pleidooi voor het pessimisme** – Frank Heinen 165

## GELUK

**Champagne** – Anne-Fleur van der Heiden 172

**Regenwormen** – Nicole Kaandorp 173

**Bulgaarse honden** – Jan Zwaaneveld 175

**Mijmering** – Carmen Felix 177

**Het einde** – Henk van Straten 181

## SCHULD

**Vadermoord** – *Harmen van der Meulen* 188

**In dozen** – *Ezra Hakze* 197

**Bovenkomen** – *Wytske Versteeg* 198

## TOEKOMST

**Spelen** – *Nikki Dekker* 204

**Vergezichten** – *Mary Slumber* 206

**Stilstaand water stinkt** – *Marco Geldermans* 210

**Avondklok** – *Cilja Zuyderwyk* 211

**Duinwandelaars** – *Jante Wortel* 212

Bio'tjes 216

Verantwoording 223

# INLEIDING

De optimist betreedt de tent van een waarzegster. In haar glazen bol hangt mist. 'Er staat je veel moois te wachten,' mompelt de vrouw en ze steekt haar hand uit. 'Dat is dan vijf euro.' De optimist legt een biljet in haar hand, pakt in dezelfde beweging de bol van het tafelkleedje en houdt hem vlak voor z'n neus. De mist trekt weg en voor de ogen van de optimist ontvouwt zich de hele wereld. Een familie trekt door een landschap van kleuren; een oma breit aan een heining van prikkeldraad; blote dames trappelen in een zwembad; elders zweeft een ei de toekomst in. Terwijl de waarzegster het geld wegstopt in haar boezem en ongeduldig naar de bol grijpt, verdwaalt de optimist in de taferelen die hem voor ogen worden getoverd. Hij zou hier dagen, weken of zelfs jaren kunnen blijven en dat doet hij dan ook.

Sinds de oprichting in 2008 heeft digitaal cultureel magazine *De Optimist* honderden verhalen, gedichten en essays gepubliceerd, vaak met bijzonder beeld erbij. Als een van de eerste Nederlandse literair-kunstzinnige tijdschriften op het internet heeft *De Optimist* het eenentwintigste-eeuwse landschap van de kunst en literatuur mede bepaald: een richtinggevend medium dat nieuwe stemmen en beelden een plaats geeft. Gemodelleerd naar *The Believer*, het befaamde Amerikaanse tijdschrift van McSweeney's, is *De Optimist* het meest onderscheidende online culturele magazine in Nederland gebleven: positief, toegankelijk, maar zonder het experiment te schuwen en zonder gebaande paden te betreden. Een laboratorium voor verrassend werk, met teksten die nieuwe wegen inslaan en illustraties die verhalen op zich vertellen. Ook is het een kweekvijver voor talent gebleken. Succesvolle debutanten en prijswinnaars publiceerden er hun eerste verhalen en veel van de illustratoren die op *De Optimist* hun artistieke werk konden ontwikkelen, zijn nu exposerende kunstenaars en vormgevers met een bloeiende praktijk.

*Handboek voor een Optimistisch leven* is een verzameling van het allerbeste wat *De Optimist* in acht jaar heeft voortgebracht, aangevuld met nieuw werk van bekende schrijvers en kunstenaars met wie in die tijd is samengewerkt. Meer dan vijftig verhalen, gedichten, essays en autonome beelden zijn bijeengebracht rond thema's die in ieders leven

voorkomen, van persoonlijke obsessies tot universele vragen: de utopie, pulp, angst, liefde, eten, voyeurisme, seks, werk, pessimisme, geluk, schuld en de toekomst. Een onvolledig, misschien wel willekeurig rijtje, en tegelijk alles omvattend, zoals het leven nu eenmaal is. Wij zien dit handboek graag als een Wunderkammer waar je de wereld tegenkomt in vreemde, mooie, grappige en misschien ook griezelige artefacten, waar al dat talent van schrijvers en beeldmakers bewonderd kan worden; een met aandacht vormgegeven werk vol taferelen om keer op keer in te verdwalen, en hét bewijs dat een nieuwe generatie schrijvers, dichters en illustratoren haar weg heeft gevonden op het internet.

Een kort dankwoord is op zijn plaats. *Handboek voor een Optimistisch leven* is tot stand gekomen dankzij een grote groep Optimisten van het eerste uur en de donateurs die hebben bijgedragen aan de crowdfundingcampagne. Een magazine als *De Optimist* zou in de eerste plaats niet kunnen bestaan zonder de niet-aflatende inzet van een vrijwillige redactie, al jarenlang. Dit boek is ook een huldeblijk aan alle redactieleden die de bijzondere publicaties mogelijk maken.

Een optimistisch leven is een vol en scheppend leven, met evenveel dromen als *reality checks*. Naast spelende kinderen en champagne duiken ook blikken goedkoop bier en een volle asbak op. Naast zelf-overwinning ook overgave aan de ander. De mogelijkheden zijn eindeloos: navigeer naar smaak, behoefte en stemming, is ons advies. Blader en kijk je ogen uit, lees, herlees en blijf nog even. We hopen dat dit boek voor iedereen, optimist, pessimist of iets daartussenin, een vrolijke bevestiging zal zijn van de bont geschakeerde caleidoscoop die het leven is.

Mei 2016,

*Miriam van Ommeren*

*Saar Francken*

*Miriam Rasch*

*Sonja Schulte*

*Marijn Sikken*

*Renske van Enckevort*

*Artur Schmal*

DE VERLOSSING – Romy Claessen, olieverf op papier



***L'Univers du Sommeil***

*Daniël Rovers*



***The Andromeda Strain***

*Cassander Eeftinck Schattenkerk*



***Zonneschijnstadjes***

*Sonja Schulte*



***Muurschildering***

*Anna de Bruyckere*



***IJsland***

*Thomas van Huut*

**UTOPIE**

# L'UNIVERS DU SOMMEIL

*Daniël Rovers*

**2:45 A.M.**

Een pluk haar in mijn handen nemen/afknippen/opeten.

**2:58 A.M.**

Mijn linkerhand steekt boven het dekbed uit. Vijf vingers met roze nagelmaantjes in stadslicht dat tussen de kieren van de gordijnen schijnt. Rimpels bij de knokkels, blonde donshaartjes daar vlak onder. Een monsterlijke hand. Een kussen gevuld met schapenwol uit Texel. Spreek uit: Tessel. Ik lig op mijn zij, mijn ribbenkast en rechterborst tegen het matras, knieën tegen elkaar aan gedrukt, benen gestrekt. Ik voel de contouren van mijn lichaam/ik ben de contouren van mijn lichaam. Ik tel de seconden: 1, 2, 3. Ben louter lichaamsrand in de nacht, een krijttekening op de stoep in een Amerikaanse tekenfilmstad. Het woord is louter 1, 2, 3.

**3:13 A.M.**

Hij zal zijn ogen openen/een geeuw onderdrukken/me aankijken/een kus op mijn voorhoofd drukken. Christus. Bijna vaderlijk.

**3:33 A.M.**

Het bed is één meter veertig breed en uitgerust met een originele Lattoflexbodems®, of eigenlijk met twee originele Lattoflexbodems® van elk zeventig centimeter breed, waarboven een hard Lattoflex-matras®, met wollen hoes, warm in de winter, koel in de zomer, het duurste dat L'Univers du Sommeil te bieden had. De verkoper (slaapadviseur) leek sprekend op de Nederlandse nieuwslezer die in de jaren tachtig uit de gratie van het publiek raakte omdat hij pornografische verhalen bleek



te schrijven. Ik informeerde naar goedkopere alternatieven. De slaapadviseur: 'We zijn Ikea niet.' Hier, zo maakte hij met zijn ik-weet-wat-slapen-is-blik duidelijk, kocht je geen ledikant/bed/lattenbodem, nee, hier verschaft je jezelf toegang tot een ander universum, het universum van de slaap. De kunst van het slapengaan/blablabla. Hij sprak met overtuiging en kleine beetjes spuug. Na een kwartier proefliggen trok ik de grote glazen deur van de winkel achter me dicht in de overtuiging geen compromissen te hebben gesloten met betrekking tot dit zo onderschatte – 'wetenschappelijke studies bewijzen voortdurend het belang van een diepe, ononderbroken nachtrust' – onderdeel van het menselijk welzijn en geluk. Het woord is louter 1, 2, 3.

**3:45 A.M.**

Hij moet mijn hand in de zijne nemen en zeggen dat ik zulke warme handen heb.

**3:47 A.M.**

Een meter veertig bij twee meter twintig, de gulden snede. In de winkel, onder de roosterverlichting, lag ik op mijn rug met mijn schoenen aan op het bed, mijn armen gestrekt zoals op die tekening van Leonardo da Vinci, alleen mijn handen kwamen tot buiten de omtrek van het matras. Het bed, het ruimteschip dat me de komende jaren naar interstellaire bestemmingen zou voeren, was me op het lijf geschreven. Ik richtte mijn bekken op en liet me uit vogelnestjesstand neervallen om de hardheid van het matras te testen. Een bejaarde dame die aan de andere kant van de etalageruit haar poedel uitliet, keek me aan. Een prima matras. De hond wiegelde zijn witte pluizige staart. Doe het niet.

**3:53 A.M.**

Mijn rechterhand tussen hoofd en kussen en het uitzicht dat ik heb: zijn blonde haren, zijn smalle, lange neus, zijn smalle lippen, ogen die gesloten zijn. Wimpers en wenkbrauwen raken elkaar nooit. Niet. Het hoofd boven het winterdekbed: Holofernes in een twijfelaar. Ik ruik appelpartjes/gisteravond gewassen haren/Elsève voor slap en futloos halflang haar.

**4:02 A.M.**

In twee grote, platte, rechthoekige kartonnen dozen werd het bed afgeleverd. Het dikke matras lag dubbelgevouwen in plastic folie, als een broodje kaas in een vitrine op het station. Twee ingenieurs van de slaapschroefden het bed met hun elektrische boren in een halfuur in elkaar. Maakten obscene grappen in het Frans die ik niet begreep.

**4:04 A.M.**

Hij ademt zwaar. Astmatisch. Duivenmelkerslong.

**4:05 A.M.**

Die eerste avond slapen met kloppend hart, nooit een goed begin, ik deed geen oog meer dicht. Steeds opnieuw proberen me in het matras te nestelen, maar het ding gaf geen krimp. Zo hard als een plank. De volgende ochtend wakker worden uit amper een hazenslaap, mijn rug een lat/een aluminium raamkozijn, aan vervanging toe. De tweede nacht evenmin toegang tot het universum van de slaap, hoofdingang gesloten. De derde nacht het zekere voor het onzekere genomen: uit de kamer van Mascha het oude matras gesleept waar ik in de maanden voor de grote aankoop in de beddenhemel heerlijk op geslapen had. Het bevlekte ding op mijn maagdelijke matras gelegd.

**4:12 A.M.**

Hij wilde het niet weten. 'Vertel het niet!' Hystericus. Hij drukte met zijn wijsvingers zijn oren dicht.

**4:16 A.M.**

Yogalessen van lang geleden, armen gestrekt, handpalmen naar boven. Inademen en uitademen vanuit al die lichaamsdelen die je noemen kunt: buik/voeten/onderrug. Tien weken lang lag ik daar, tussen één en twee op zo'n groen synthetisch matje in de universitaire gymzaal. De zachte g's van yoga-instructeur Herman, die zijn yoga-studenten naar een lunchbreak-nirvana fluisterde: adem in/adem uit/adem in/uit/ontspan je helemaal/let op je adem/voel hoe je buik oprijst bij het inademen/hoe hij inkrimpt bij het uitademen/voel nu een voor een de verschillende delen van je lichaam/voel je nek/je schouders en je armen/voel hoe je nek overgaat in je schouders/hoe je schouders vastzitten aan je armen.

**4:21 A.M.**

Of inplakken. Geluid dat een schaar maakt als haar benen sluiten.

**4:25 A.M.**

Ik kon er niet tegen, ben gestopt. Naar het houten plafond staren en het idee krijgen dat je aan het oefenen bent voor de kist. Het gevoel geen mens maar ademhaling te zijn. Het woord louter 1, 2, 3. Ik wil niet zo evenwichtig als een groene yogamat worden. Herman die de jongens van de cursus opdroeg eerst hun rechter- en vervolgens hun linkerbalzakhelft te ontspannen. Lattoflex®.

**4:34 A.M.**

Ik hoor hem ademen, zwaar en traag als een walrus. Zijn adem stukt, hij rekt zich uit en zonder verder een woord te zeggen streelt hij mijn gezicht/mijn hals/mijn lippen. Hij laat zijn hand in mijn nek rusten en zegt:

**4:49 A.M.**

Ik zit vast in mijn lichaam. Of beter: iets zit vast in mijn lichaam. Het iets in mij dat denkt. Geest? Ja. Geest. Geest zit vast in mijn lichaam, ongeveer ter hoogte van mijn tenen. Aan niets anders denken/denken aan niets anders dan niets denken. Twintig centimeter verderop de aanvang van een ander: universum. Droomt hij over zijn toespraak tot de stad? Aansteller. Het woord is louter 1, 2, 3.

**4:53 A.M.**

Jezelf zien liggen. Geest heeft zich gesplitst. Een deel houdt zich op ter hoogte van je tenen, een ander deel stijgt op en klampt zich vast aan de gloeilamp die daar in zijn eentje boven hangt. Lampenkap. Uitzicht over de kamer: het donkergrijze vloerkleed/ledikant van berkenhout/verspreide kleren/gangkastlijken. *Urban sprawl*. Twee mensen, één bed: hij ligt in foetushouding de hele nacht door te slapen, zij die nu al uren wakker is. Ruggelings.

**5:11 A.M.**

Twee weken na de levering opnieuw L'Univers bezocht: of het mogelijk zou zijn een hard matras in te ruilen voor een zacht matras? Natuurlijk, maar u betaalt dan wel voor een geheel nieuwe keuze. Dat matras alleen