

Een oude liefde, die voor een Grieks eiland,  
kan na jaren weer opbloeien.

# Heimwee naar KÝthira



Rian Coumou

Herinneringen aan een bijzondere tijd: zo'n dertig jaar geleden woonde ik twee jaar op het eiland KÝthira. Het was nog in de tijd dat op de zondagmarkt in Potamós, de hoofdplaats van het eiland, de ezeltjes tot ver buiten het dorp geduldig wachtten tot hun eigenaars een behoorlijke hoeveelheid *kafedákia* hadden gedronken en genoeg roddels hadden uitgewisseld. Veel wegen waren nog niet geasfalteerd, en in Platía Ámmos, een kustplaatsje in het noorden, was er nog geen elektriciteit. Met mijn toenmalige geliefde woonde ik zo'n drie kilometer boven Platía Ámmos, in Karavás, een dorpje dat tegen de heuvels geplakt leek, en waar in het voorjaar de amandelbomen weelderig bloeiden. Tijdens onze avondwandelingen zagen wij beneden, richting strand, de lichtjes van de olielampen van Platía Ámmos. In het *kafeníon*, waar Boulis en Popi de scepter zwaaiden, bevond zich de enige telefoon van het dorp. De dorpelingen schreeuwden hun bood-

schappen door de hoorn, alsof zij bang waren anders niet gehoord te worden aan de andere kant van de lijn. Karavás lag enigszins in een vallei, en het huis waar wij woonden, lag aan de overkant van die vallei, hemelsbreed zo'n 300 meter van het *kafeníon*. De enkele keer dat er voor mij gebeld werd, ging Popi op haar balkonnetje staan en haar schelle stem kon je dan in het hele dorp horen: *Riánaa, tiléfono!* Eens maakte ik per ezel de tocht van Karavás naar Potamós, zo'n zeven kilometer over een ongeplaveide weg. Het uitzicht op Elafónisos en de Peloponnesos was juist op die dag adembenemend schoon. Hoe lang de tocht duurde, weet ik niet meer. Wel kan ik mij de gedachte die ik toen had, herinneren: 'Hier ben ik vaker geweest, er stroomt vast Grieks bloed in mijn aderen.' Nu zie ik die gedachte als de oprisping van een romantische, maar wat naïeve geest. Feit is echter, dat KÝthira me nooit heeft losgelaten.

## Opnieuw ontdekt

In de eerste vijftien jaren dat ik er weg was, keerde ik regelmatig terug. Eerst alleen met mijn man, later ook met de kinderen. Iedere keer dat ik weer wegging, had ik op de boot naar Athene al heimwee.

Langzamerhand zagen we KÝthira echter veranderen. Wegen werden geasfalteerd, er kwamen veel auto's. Het leek of de Griekse jongeren eerder mobiele telefoons op zak hadden dan overall elders. In plaats van de Grieken, zagen wij Albanen op het land werken, of de wegen plaveien. Ezels verdwenen uit het landschap en van de wegen.

Tien jaar lang zag ik KÝthira niet meer. KÝthira had mij teleurgesteld, ik keerde het de rug toe. Tot in het voorjaar van 2010. We besloten het een week lang te 'proberen'. Als het eerder zou tegenvallen, konden we altijd nog de boot naar Kreta nemen.



We logeerden bij Nederlanders, die daar een jaar eerder een *guest-house* hadden geopend. Het imposante gebouw dat zij daar nieuw hadden opgebouwd, leek er al minstens 500 jaar te staan. KÝthira herontdekten we per huurauto. We togen naar afgelegen plekken, trokken daar de wandelschoenen aan, en liepen er op oude ezelpaden. We zagen de bloemenpracht, ontdekten op een dag wel tien verschillende soorten orchideeën, roken de tijm en de marjolein, en raakten weer diep onder de indruk van de pracht van het eiland.

## Mindfulness

Die vakantie werd een nieuw plan geboren. In Nederland had ik de opleiding tot *mindfulness*trainer gevolgd. De combinatie van KÝthira, wandelen en *mindfulness* leek mij geweldig. *Mindfulness* is wetenschappelijk onderbouwd, je leert je bewust te zijn van het hier en nu, en van al je zintuigen. Niks geen fantasieën over 'in mijn leven oude Griekse genen', nee, eigenlijk nuchter kijken wat er nu is, en dat ondergaan.

Samen met Albert en Anita, het Nederlandse stel van het *guest-house*, werkten we het plan uit. Het moesten stiltewandelingen worden, om echt de aandacht te kunnen richten op het wandelen en de omgeving, en zeker ook op jezelf: wat ervaar je al wandelend in zo'n prachtige omgeving? In het programma namen we ook dagelijks enkele lichaamsgerichte oefeningen op.

Sinds 2012 wandel ik nu in het voorjaar een aantal weken met groepen. Steeds weer andere wandelingen. De ene dag gaan we door de kloof met de watervallen, de andere dag lopen we door de verstilde bossen in het noorden van het eiland, en nog weer een andere keer maken we de wandeling naar Paleóchora, de oude verborgen stad op KÝthira. Ik weef oude Griekse mythes en gedichten door de dagen heen. Iedere dag is anders, maar iedere dag is mooi.

KÝthira is weer terug in mijn leven! Als ik op de boot of het vliegtuig naar huis stap, voel ik de heimwee naar KÝthira al weer opkomen. Gelukkig is een jaar snel voorbij. Ieder voorjaar, eind maart, begin april zal ik er zijn! 🐼