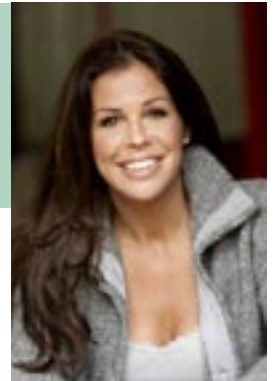


Handtassen spreken boekdelen, aldus psychosociaal therapeute **Yoeke Nagel**. In onze tas dragen we met ons mee wat we belangrijk vinden in het leven. Yoeke leest in iedere Balance een beroemde of minder beroemde handtas.

# DE TAS VAN...



**...ANNEMARIE POSTMA (40)**, AUTEUR VAN ONDER ANDERE *THE DEEPER SECRET* EN *ZIELS EIGENWIJS*: "HOE HOUD IK RUIMTE VOOR MEZELF TERWIJL IK TOCH DOE WAT DE VOORZIENIGHEID VAN ME VRAAGT?"

Ze spreekt alsof ze zich eraan ergert dat ze maar één ding tegelijk kan zeggen. Annemarie Postma wil snel, efficiënt en vol overgave leven. Ze draagt een tas die haar maar **weinig bescherming** biedt tegen de botsingen die zo'n levenshouding soms oplevert: een **kleine ronde** tas, van **soepel** en **zacht** suède. "Ik kijk altijd of een tas goed staat op schoot," legt Annemarie uit. "Een grote tas met een stevige bodem is nu eenmaal niet handig in een rolstoel." Gelukkig heeft ze net een nieuwe tas gekocht die beter bij haar past: van iets steviger materiaal en vooral iets groter. Want **wie ruimte voor zichzelf zoekt**, zoals haar vraag luidt, kan de kunst afkijken van een **grote tas** die ruimte in beslag durft te nemen.

## GEEN PORTEMONNEE

Opvallend is de hoeveelheid **grote spullen** in Annemarie's tas: een boek, tijdschriften, een grote agenda en make-up in grote tubes en flesjes. Die gaan kennelijk al jaren mee. Daarnaast een keurig randje kleinere spulletjes, dat een heldere grens tussen de binnen- en buitenwereld aangeeft. "De **periferie van Postma**," lacht ze. Geen portemonnee, want Annemarie betaalt met plastic. Haar verlangen naar '**ruimte, rust en stilte voor zichzelf**' komt voort uit het gevoel dat er de laatste tijd vaak een beroep op haar wordt gedaan zonder dat daar iets tegenover staat. "Ik kies ervoor om al mijn activiteiten te concentreren op mijn werk. Ook mijn contacten. Maar er moet wel een balans blijven tussen wat ik

voor een ander doe en wat ik terugkrijg. De term **wederkerigheid** omvat dat principe. Dat mis ik wel eens." Ik stel voor wat meer ruimte te maken: "Leg bijvoorbeeld eerst eens wat grote spullen weg."

## HET LEVEN HEEFT HAAST

"Ik was al bang dat je dat zou vragen," zegt Annemarie. Toch geeft het haar lucht als het tijdschrift even buiten beeld verdwijnt. Met een diepe zucht haalt ze vervolgens het **boek weg**. Haar **spreektempo daalt** al wat. Als ze, na een lichte aarzeling, ook nog haar **agenda verwijderd**, breekt een **glimlach** door. "Dit voelt als vakantie!," constateert ze vrolijk. "Heerlijk." Dan zet ze de grote pot vitamines in het centrum. "En dan ga ik meer op mijn gezondheid letten!," neemt ze zich voor. Meteen slaat ze weer dicht: het **heilige 'moeten'** is de **boosdoener**. Mijn suggestie om dagelijks te mediteren voor een goede portie gestructureerd 'nietsdoen' wijst ze van de hand. "Ik kan nou eenmaal niet goed tegen nutteloosheid," zegt ze. "Het leven heeft haast met mij. Alsof ik mijn bestaansrecht voortdurend moet verdienen. Maar ik vind wel rust en ruimte door lekker met mijn hondjes te wandelen. Zij zijn onze leermeesters. En als dank doen we ze dan een riem om." Alsof er ter plekke een nieuw boek ontstaat...



TEKST: Yoeke Nagel. FOTOGRAFIE: Jose van Riele (portret), Robin de Vries (tas).

Meer weten over damestasjes lezen? Lees dan *Damestasjeslezen, het orakel dat je bij je draagt* van Yoeke Nagel, € 14,95 (Uitgeverij A3boeken). Voor workshops en lezingen kijk op [www.yoeke.com](http://www.yoeke.com).