



PASCALE NAESSENS WORDT 50: HUMO SPRAK MET EEN LAATBLOEIER

‘Mensen zeggen vaak dat ik veranderd ben, maar eigenlijk ben ik gewoon méér mezelf’

‘She did it her way,’ horen we opeens in ons achterhoofd, oldskool als we zijn. Naessens gaat haar eigen weg, en dat doet ze eigenlijk al haar hele leven.

PASCALE NAESSENS «Toen ik nog in Gent woonde, heb ik mijn bed en bureau zelf in elkaar getimmerd. Je mocht er niet te hard tegen leunen, want dan trok alles scheef, maar het was wel mooi en precies wat ik wilde. Alle meubels in onze tuin hebben Paul en ik ook samen in elkaar gezet. Paul heeft natuurlijk ook wel een uitgesproken mening over alles. Dat zorgt soms voor discussie. We hebben een nieuwe zetel, maar het heeft twee jaar geduurd voor die er was, omdat we het maar niet eens werden.»

HUMO ‘Nog eenvoudiger met vier ingrediënten’ werd in 2018 het meestverkochte boek, terwijl het pas in september op de planken lag.

NAESSENS «Onvoorstelbaar, hè? Het was een boek dat er eigenlijk niet eens zou komen. Ik had de uitgeverij net gezegd dat ik even rust wilde. Maar een maand later hoorde ik weer eens iemand zeggen dat gezond eten zo’n gedoe is, waarop ik dacht: dan maak ik het nóg eenvoudiger. Als het snel

Pascale Naessens wordt 50. Ze is 25 jaar getrouwd met Paul Jambers en schreef in 2018 haar tiende boek ‘Nog eenvoudiger’, dat wéér het meestverkochte boek was in Vlaanderen. Naessens zit voor me aan een zelfontworpen tafel. Haar universum is af: ze creëerde haar eigen meubels, ontwierp servies, bedacht gerechten, en stelde zelfs muziekcompilaties samen om het af te maken. ‘Ik hou van hard werken.’

STEFANIE DE JONGE / FOTO'S JOHAN JACOBS

moet gaan in de keuken, denk ik dat het met een paar ingrediënten minder ook kan. En dus begon ik toch weer te schrijven, zonder dat iemand het wist, zonder deadline: zálíg. Ik hou van hard werken. Ik zal echter nooit een burn-out krijgen, want alles wat ik doe, doe ik omdat ik er compleet achter sta en er zin in heb.»

HUMO Heb je je missie uitgebreid? Ik las dat je een evenement organiseert met lezingen over hoe je burn-outs kunt voorkomen en over hoe je kunt afkicken van de sociale media.

NAESSENS «Ja. Ik ben niet tégen de sociale media, maar ik verafschuw de nepwereld waarin ze je proberen mee te sleuren. Ik wil zelf de baas blijven,

ik wil ze alleen gebruiken om er zelf sterker van te worden. Vroeger ging ik altijd in discussie met mensen die bijvoorbeeld over mijn geld begonnen. Dat doe ik niet meer. Ik druk gewoon op een knop en gooi ze van mijn platform. Mensen met grof taalgebruik druk ik ook – ploef! – weg. Ik heb daar steeds meer plezier in.»

HUMO Volgens mij verkopen je boeken ook zo goed omdat iedereen voelt dat je oprecht bent in alles wat je doet, wat er ook over jou wordt geschreven. Mensen hebben meer dan ooit nood aan echtheid.

NAESSENS «Zelfs ik voel die nood, ik ben me opeens veel meer bewust geworden van hoeveel belang ik hecht aan mijn echte vrienden en aan een

eerlijke omgang. Al kan ik ook niet anders dan eerlijk zijn. Ik besef nu dat ik daarom vaak een buitenbeentje was. Dat was al zo toen ik bij de televisie werkte. Bij alles wat ik deed, vroeg ik me af: wat is hier eigenlijk de zin van?

»In die tijd was ik nog heel onzeker. Ik heb lang gedacht dat ik niet veel waard was en dat ik geen talenten had, maar ergens voelde ik wel dat er iets was, een kern waartoe ik nog geen toegang had. Ik heb altijd het vertrouwen gehad dat alles wel goed zou komen, als ik maar bij die kern zou raken. Mensen zeggen me vaak: ‘Wat ben jij toch veranderd, Pascale.’ Dan denk ik altijd: nee, ik ben juist méér mezelf geworden.

»Het is nog maar heel recent dat ik nu en dan vanop een afstand naar mezelf kijk en denk: wauw, wie had dat gedacht? (lacht) Ik ben een laatbloeiër, ik was al 40 toen ik begon te schrijven. Maar daar ben ik blij mee, anders lag mijn hoogtepunt al achter mij. Nu zit ik er nog lekker middenin.»

HUMO Vroeg jij je, toen je bij VTM werkte, echt de hele tijd af wat voor zin het allemaal had? Nu begrijp ik waarom ze je contract hebben verbroken. NAESSENS (schaterl) «Toen ik omroepster was, ben ik eens bij mijn bazen binnengelopen

► omdat ik vond dat ik een goed plan had: 'Alle omroepsters zijn ongelukkig omdat ze hun ei niet kwijt kunnen. Waarom maken we niet een soort 'Vlaanderen vakantieland', waarvoor alle omroepsters een reportage mogen maken over iets wat hen echt interesseert? Zo heb je én een programma, én gelukkige omroepsters, én een kweekvijver voor talent.' Ik vond het een schitterend idee, maar die bazen zeiden natuurlijk: 'Zwijg, Naessens, met al je gezever!' (lacht)»

HUMO Ze vonden je lastig.

NAESSENS «Iederéén die met mij heeft samengewerkt, vindt me verschrikkelijk lastig. Ik ben me daar ook wel bewust van. Toen ik bij VTM 'Red mijn huis' presenteerde, merkte ik tijdens een testscreening dat ze de beelden hadden gemanipuleerd. Ik ben toen opgesprongen en heb gezegd: 'Of je monteert die aflevering anders, of ik stap naar de pers om te zeggen dat het programma nep is.' De producer is toen zelfs aan een hogergeplaatste gaan vragen of ze niet iemand anders konden krijgen om het programma te presenteren (lacht).

»Nog steeds pak ik meteen de telefoon en beleg ik een vergadering met mijn uitgeverij als ik het bijvoorbeeld niet eens ben met correcties in mijn teksten. Ik zeg dan eerlijk wat me niet zint. We komen er altijd samen uit en staan dan een trede hoger dan ervoor, want we hebben er allebei iets uit geleerd. Ik vind dat beter dan op hoge poten de samenwerking te verbreken, om dan overal je onvrede te spuien en gefrustreerd rond te lopen. Mensen vinden me soms hard, maar wat is er harder: eerlijk zijn in iemands gezicht, waar moed voor nodig is, of achter iemands rug lopen roddelen? Dat vind ik pas hard.

»Ik ben in elke situatie dezelfde. Ik kan niet anders. Mijn grootmoeder, met wie ik lang geen al te beste relatie had, had op een gegeven moment



'Ik ben een laatbloeier, maar daar ben ik blij mee. Anders lag mijn hoogtepunt al achter mij. Nu zit ik er nog lekker middenin.'

besloten me wel te mogen, en wilde een juweel voor me kopen. Ik zei haar toen: 'Geef het liever aan mijn moeder, zij zit al veel te lang naar jouw liefde te hunkeren.' Ze heeft me het sieraad toch gegeven, maar ik heb het nooit gedragen omdat het voelde alsof ze er mijn liefde mee wilde kopen. We hebben na die botsing wel nog een paar harde gesprekken gehad. Daarin hebben we elkaar beter leren kennen en zijn we elkaar zelfs enigszins gaan appreciëren. Dat is toch winst.

»Ik zou ook nooit in een relatie kunnen blijven zitten die niet helemaal klopt. Ik wil in staat zijn om op ieder moment te kunnen opstappen, en de vrijheid hebben om elke dag weer voor mijn man te kiezen.»

WIJN OM TE VIEREN

HUMO Je bent al de helft van je leven met Paul samen.

NAESSENS «Ja, ik ben al langer bij Paul dan dat ik ooit thuis bij mijn ouders heb gewoond – en dat leek al een eeuwigheid.»

HUMO Vond Paul jou eigenlijk ook lastig?

NAESSENS «Dat kan niet anders. Ik was in die tijd keihard aan het wroeten en constant aan het filosoferen, ik werd soms echt kwaad als iets niet lukte. Ik denk dat elke jongen van mijn leeftijd het toen niet lang met mij uitgehouden zou hebben. Dat Paul ouder en wij-

zer was en mij kon kalmeren, was heel belangrijk voor mij. Dat hij in mij geloofde ook. Als je iemand hebt die in jou gelooft en je stimuleert, kun je ineens veel in beweging zetten.»

HUMO Had er tot dan toe nooit iemand in je geloofd?

NAESSENS «Dat was het niet. Thuis werd er niet veel van een meisje verwacht. Mijn broer moest uitvliegen, maar het enige dat ik moest doen, was met een goeie partij trouwen... Dat was niet slecht bedoeld, het was echt nog de klassieke opvoeding. Ik wist dat een man vinden niet mijn enige doel kon zijn, maar ik wist niet wat mijn doel dan wél was, daar vond ik nergens aanwijzingen voor.»

HUMO Tegen die achtergrond was het wel heel moedig om voor Paul te kiezen.

NAESSENS «O, maar ik heb wel getwijfeld, hoor. Ik kreeg zoveel kritiek van familie en kennissen dat ik op een gegeven moment besloot dat het beter was ermee te stoppen. Ik heb toen een fles wijn gekocht om bij ons afscheid samen op te drinken, maar op weg naar hem dacht ik: foert, ik hou van die man! Toen hij de deur opendeed, heb ik gezegd: 'Hier, wijn om de liefde te vieren.'»

HUMO Wat trok je zo aan in hem? Ik heb het gevoel dat jullie elkaar uitdagen.

NAESSENS (lacht) «Ja, we hebben wel hetzelfde arbeidsethos:

keihard overal voor gaan en niet stoppen tot je bent waar je wilt zijn. Maar wat mij vooral aantrok aan Paul, was dat hij zo'n eenzaat is, dat hij in alle rust zo op zichzelf kan leven en geen andere mensen nodig heeft. Daar gaat zo'n intrigerende kracht van uit. Ik wilde weten hoe hij dat deed. Ik wilde ook die vrijheid van naar niemands pijpen te moeten dansen. Die kracht van hem vind ik nog altijd intrigerend.»

HUMO En hoe intrigeer jij hem? 'Ik denk dat hij vooral van mijn eigenheid geniet,' zei je me eens, 'en van hoever hij bij mij durft te gaan in het emotioneel zijn.'

NAESSENS «Dat hij zich met mij durfde te engageren, ja. Ik denk dat hij lang weigerachtig stond ten opzichte van relaties, hij 'had dat niet nodig'. Paul was best cynisch toen ik hem leerde kennen. Dat heb ik er wel uit gekregen. Toen hij me in zijn omgeving voorstelde als zijn nieuwe vriendin, was de reactie meestal: 'Allee, de volgende.' Paul zei altijd: 'Ja, maar nu is het anders.' Dat vond ik heel fijn. Ik denk dat hij het heel prettig vond dat ik tegen hem altijd eerlijk zei wat ik vond. Hij had toen nood aan mensen die niet alleen maar ja knikten in zijn buurt, zoals de meesten doen. Ik las in zijn laatste interview in Humo dat hij veel heeft gehad aan de raad die ik hem heb gegeven toen hij 'Jammers in de politiek' aan het maken was. Dat vond ik stiekem wel geweldig. Maar het belangrijkste voor Paul is dat ik zoon en warmte in zijn leven heb gebracht.

»Ik beseft meer en meer dat de liefde tussen ons heel bijzonder is, dat zo'n liefde je vleugels geeft. Het dringt stilaan tot mij door dat alles wat ik meemaak, uitzonderlijk is. Het liefst van al zou ik van elk moment twee momenten willen maken, omdat ik weet dat vroeg of laat... Aan alles komt een ►

► einde. Er beginnen om me heen mensen ziek te worden en dood te gaan, en in Paul zijn omgeving gaat het nog veel harder.»

HUMO Filosofer je nog steeds veel of heb je de zin van het leven intussen ontdekt?

NAESSENS «Ik ben me erg bewust van de banaliteit van het leven. Je bent er, en straks ga je dood. En daartussenin moet je er maar iets van zien te maken. Ik probeer zoveel mogelijk aan die banaliteit te ontsnappen. Ik maak mooie meubels en lekker eten, en ik heb een goeie partner gezocht om het leven draaglijker te maken. Er zijn altijd momenten waarop het je inhaalt en de ondraaglijkheid ervan zich weer opdringt, maar ik vind dat niet erg. Ik kan er zelfs van genieten: mijn melancholische buien maken deel uit van mijn geluk.»

EXTRA GROENTJES

HUMO Als je op de afgelopen vijftig jaar terugkijkt, wat is dan hét hoogtepunt?

NAESSENS «Ik denk nu vooral aan mijn interviewboek 'Openhartig over eten'. Daarvoor heb ik onder anderen meisjes over hun eetstoornis gesproken. Tijdens die interviews heb ik zitten huilen omdat ik zo goed weet wat ze meemaken. In de tijd dat ik streed met mijn eigen eetgewoontes, dacht ik ook: ik ga er nooit van verlost raken. Maar ik ben blijven zoeken en vond de sleutel in een andere manier van eten. Toen ze mij vertelden hoe mijn manier van koken hen daar

ook van had bevrijd, besepte ik dat ik de sleutel heb kunnen doorgeven. Precies daarom ben ik boeken beginnen te schrijven. Dat moment is voor mij onvergetelijk.»

HUMO Dan zal de bewering van de moeder die zei dat jouw boeken bij haar dochter anorexia hebben veroorzaakt, wel hard zijn aangekomen.

NAESSENS «Dat is een kwestie van onwetendheid. Er is nog zoveel onwetendheid over eetstoornissen, zelfs in de instituten die die meisjes opvangen. Laatst vertelde een meisje me dat ze er verplicht werd een zak chips te eten. Ze moest zich aanpassen aan de maatschappij, hadden ze gezegd, en daarin is af en toe een zak chips eten normaal. Daarvan gaan mijn haren dus overeind staan. Als je bijna niet eet of alleen maar vet eet, gaat je lichaam bij gebrek aan koolhydraten ketonen verbranden. Als je dan plots een hele lading koolhydraten binnenkrijgt, schakelt je lichaam meteen weer over op het oude systeem en begint het in volle vaart koolhydraten te verbranden. Daardoor stijgt je suikerspiegel en wil je alleen nog maar eten. Zo iemand komt dan buiten met een eetstoornis én een eetverslaving.

»Er is ook wetenschappelijk aangetoond dat een eetstoornis in veel gevallen een eetverslaving is, en dat er een genetische factor in het spel is die maakt dat de ene sneller eetverslaafd raakt dan de andere. Daarom moeten we absoluut van het idee af dat we allemaal volgens dezelfde driehoek moeten eten.



'Mensen vinden me soms hard, maar wat is er harder: eerlijk zijn in iemand gezicht of achter iemands rug lopen roddelen?'

»Dokter Vera Tarman legt in haar boek 'Food Junkies' uit dat er mensen zijn bij wie kleine hoeveelheden suikers en vetten het beloningssysteem in het brein al activeren, waardoor ze hun hongergevoel niet meer onder controle hebben en geneigd zijn steeds meer te eten. Dat is precies hetzelfde mechanisme dat mensen verslaafd maakt aan roken en drinken. Vroeger dachten we dat maar een kleine minderheid slecht reageerde op suikers en vetten, maar intussen is bewezen dat zeker 40 procent daar aanleg voor heeft. Ik weet hoe desastreus dat is. Ik kreeg ook lang dat hongergevoel niet onder controle en wilde altijd maar eten. Pas toen ik stopte met voornamelijk koolhydraten te eten en vooral groenten en vetten begon te eten, kreeg ik weer een verzadigd gevoel.

»Dat er nog steeds verkondigd wordt dat iedereen gewoon normaal maar met mate moet eten, maakt me gek. Dát zeggen tegen mensen met aanleg voor een eetverslaving is hetzelfde als tegen een alcoholicus zeggen: op weekdagen geen drank, maar in het week-

end mag je een whisky'tje. Dat werkt niet. Iedereen kent de gevaren van alcohol. Er mag binnenkort zelfs geen reclame voor alcohol meer worden gemaakt. Zo zal er ooit ook in reclame gewaarschuwd worden dat 40 procent van de mensen moeten uitkijken met suikers en vetten. Dat zal de industrie natuurlijk zo lang mogelijk tegenhouden, zij draagt liever de boodschap uit dat je maar maat moet leren te houden.

»Ach, ik blijf gewoon stug doorschrijven over hoe het volgens mij echt zit. Ik weet nog dat mensen bij mijn eerste boek dachten: pfff, best tof, maar wat zeurt ze nu over brood en aardappelen? Niemand begreep waar ik mee bezig was. Twee boeken later zagen ze: 'Goh, dat is toch wel serieuze materie.' Toen kwam de golf van kritiek, allicht gevoed door een stukje jaloezie. Maar intussen berichten de media volop over koolhydraatarme diëten zonder dat iemand zich nog verslikt.»

HUMO Het is een win-winsituatie. De wereld eet gezonder en jij beschikt over 3,4 miljoen euro, las ik.

NAESSENS «Dat zijn wilde cijfers. Ik verdien geld met mijn boeken, en dat is natuurlijk heel fijn. Het is nooit mijn streefdoel geweest om veel geld te verdienen, maar het is een bonus die niet iedereen te beurt valt, dat besef ik heel goed.»

HUMO Je bent wel iemand die meteen naar het management mailt als ze ziet dat haar boek niet in de rekken van de Delhaizewinkels ligt.

NAESSENS «Ja. 'Er liggen bij u boeken die lang niet zo goed verkopen als het mijne. Waarom legt u mijn boek er dan niet?' Die vraag heb ik wel tien keer gesteld. Een week later lag het er wel. Ik heb niets tegen commercie, zolang wat ik verkoop maar klopt met de wereld die ik heb opgebouwd. Ik krijg elke week wel een voorstel om iets op Instagram te posten. Deze week nog kreeg ik de vraag van een fabrikant van olijfolie. Ik moest maar twee posts plaatsen en zou daarvoor 1.000 euro krijgen. Makkelijk verdiend, maar dat doe ik dus niet.

»Het is wel zo dat het geld me geruststelt voor later. Ik heb geen kinderen. Als alles normaal verloopt, zal Paul de eerste zijn om te gaan en zal ik alleen achterblijven. Ik fantaseer nu soms over wat ik dan zal doen. Ik denk dat ik dan een 'creatieve hangar' opricht, een plek voor jongeren die thuis geen atelier hebben. Zolang het kan, zal ik daar keramiekles geven. Maar ze zullen er ook meubels kunnen maken, lassen, noem maar op. Die jongeren zullen me allemaal graag zien en af en toe koffietjes komen brengen, en ik ga ervan genieten hen bezig te zien. Ik ga zeker niet in een hoekje zitten wegwijnen. Als het me niet meer lukt de wereld in te trekken, dan breng ik de wereld gewoon naar mij.»

**EEUWIG SPITS
JAN MULDER**



Eind mei. In het sportcentrum te Zeist traint Oranje, dames en heren. Bondscoach Sarina Wiegman bereidt haar selectie voor op het WK in Frankrijk dat aanstaande vrijdag 7 juni begint, de jongens van Ronald Koeman oefenen voor de halve finale tegen Engeland tijdens de zogenoemde Final Four van Europa in Portugal.

Matthijs de Ligt en Frenkie de Jong zijn klaar en passeren de training van de vrouwen. De spelvreugde en klasse spatten van de Leeuwinnen af. Matthijs en Frenkie blijven automatisch staan en volgen geïnteresseerd de combinaties en individuele acties.

's Avonds, de talkshow 'M' op NPO 1. Te gast zijn de Oranjevrouwen uit 1973. Coach Bert Wouterse vertelt hoe de Oranjemannen destijds langs hun training wandelden: giechelend, grappen makend, neerbuigend. Op één speler na.

Ik hoopte een moment dat hij mijn naam zou noemen. 'Piet Keizer.'

2019. In Engeland is de koorts rond het WK voetbal voor vrouwen zo hoog opgelopen dat de 65 jaar oude strip 'Roy of the Rovers' dit jaar wordt vervangen door 'Rocky of the Rovers'. Rocky is het zusje van Roy. Ze zal in gezelschap van haar broer de wedstrijden van de Engelse Lionesses tijdens het toernooi volgen en voor het thuisfront optekenen. Jongens en meisjes van 8 tot 14 jaar kunnen de stripverhalen lezen op de site van National Literacy Trust.

Elke week zullen drie hoofdstukken worden gepubliceerd en luidop in schoolklassen worden voorgelezen. De BBC besteedde al verschillende reportages aan het initiatief, de jeugd is klaar om het vrouwenvoetbal te aanbidden, de beste Engelse Lionesses worden door paparazzi achternagezeten en een woordvoerder van de Literacy Trust verklaarde dat de eerste druk van de voetbalstrip met een vrouwelijke hoofdrolspeelster 'a landmark event in the history of the comic' is.

In België heeft de VRT de rechten van het WK gekocht. Pech: de Red Flames werden in de voorronde uitgeschakeld en daarom zal de Belgische publieke omroep zich vooral richten op de Nederlandse vrouwen, bijgenaamd de Leeuwinnen.

De VRT voelt de tijdgeest goed aan, vrouwenvoetbal wordt met de dag aantrekkelijker. En wat er dezer dagen aan kopij uit de hoek van de mannen komt, is dit: 'Scheidsrechtersbaas Frank De Bleeckere van de KBVB heeft voor het komende seizoen in plaats van de gebruikelijke 15 procent een nieuw vetgehalte verordonneerd. De Bleeckere wil de Belgische scheidsrechters zo weer laten aansluiten bij de Europese top en heeft,

ondanks protesten, het zeer scherpe percentage van 12 doorgezet.' Scheidsrechters die het met 13 net niet hebben gehaald, worden gedegradeerd tot grensrechter. Wie nog slechter scoort, is gedoemd tot video assistant referee (VAR) en mag zo dik worden als hij maar wil. Zelfs een beroerde tekenaar ziet hier stof voor een komische strip en luidop voorlezen in de klas.

Ooit werd over het vrouwenelftal gegiecheld. Nu komen de mannen hun traptechniek bewonderen

Als Europees kampioen behoren de door de VRT geadopteerde Leeuwinnen tot de favorieten van het toernooi. De Oranjespeelsters hebben lucratieve contracten bij beroemde clubs als Manchester City en FC Barcelona, Olympique Lyonnais en Arsenal, en verdienen alle respect dat ze krijgen. Op de opendeurdag bezochten duizenden fans hun trainingskamp, Frenkie en Matthijs keken enige traptechniek af, eindeloze rijen verschenen voor tafels met de sterren, die urenlang selfies en handtekeningen gaven. Feest in het land.

Zuid-Korea zwaaide zijn selectie ook enthousiast uit. Voordat ze op de nationale luchthaven het vliegtuig naar Parijs konden boarden, werden de watervlugges aanwalsters So-yun Ji, Seol-bin Jung, Geum-min Lee en Mi-ra Moon bestormd door krijsende voetballiefhebbers. Vrijdag aanstaande is de openingswedstrijd: Frankrijk - Zuid-Korea. Ik ben, in de geest van Piet Keizer, uw analist.



«**Het is nooit mijn streefdoel geweest om veel geld te verdienen, maar het is een bonus die niet iedereen te beurt valt, dat besef ik**»