

## WHAT'S IN A NAME



FOTO PATRICIA STEUR

Liesbeth Steur is schrijver van verhalen over mensen. Alles wat zij schrijft, is non-fictie. Het leven is zonder ook maar iets te verzinnen voor haar al fantastisch genoeg. Liesbeth woont in het natuurgebied van de Serra de São Mamede aan de voet van Marvão in Portugal. Naast het schrijven heeft ze een yoga- en meditatiestudio en organiseert drie keer per jaar *retreats* voor hen die op zoek zijn naar een tevreden leven. Meer lezen: [liesbethsteur.com](http://liesbethsteur.com) en [yogastudiomarvao.com](http://yogastudiomarvao.com).

## OVERVLOED

De zon komt hier niet zo vroeg op. Pas rond zeven uur verschijnt hij boven de kim en in de avonden verdwijnt de verwarmder rond acht uur al achter de berg van Marvão, en slaakt het land een zucht van verlichting. Ik laat de kippen uit hun hok, praat met ze, geef ze te eten en daarna loop ik naar het zwembad om mijn baantjes te trekken. Zonder lawaai. Want de stilte is mij heilig. Als ik daarna in de zon zit om op te drogen hoor ik de vogels en het geruis van de olijfbomen. In Marvão, daar hoog op de berg, slaat de kerkklok acht uur. Niet iedere slag is even helder want de wind neemt het geluid soms mee.

Er rijdt een auto over het weggetje naar boven. Ik kijk onder de olijfbomen door. Het is Saúl die naar zijn wijngaard gaat. Dan sta ik op, ga douchen, aankleden en ontbijten. Met zwarte thee. En alleen deze: 'Russian Breakfast Tea' van Mariages Frères uit Parijs. De grootste luxe vind ik dat. Ik maak een toast van wit zuurdesembrood en kies voor een zelfgemaakte jam. Vandaag de Reine Claude. Op de

veranda met uitzicht op de kippen en de olijfboomgaard kraakt de toast tussen mijn tanden. Meestal ben ik rond half tien klaar voor de wereld. Ook op de dagen dat ik yogalessen geef, want die starten pas om tien uur. En als ik geen lesgeef doe ik allerlei dingen in en rond huis en tuin, praat met de burens of doe boodschappen. Gewoon, de dagelijkse dingen. Na de lunch neem ik twintig minuten om 'mezelf van binnen te bekijken'. Zo noemde mijn moeder haar *powernap*. En dan begint de middag. Binnen, achter mijn bureau in de koelte van het huis. Om te schrijven aan het boek over de familie, aan mijn blog of om te studeren, mijn favoriete bezigheid. Portugees, yoga en alles wat de mens aangaat op fysiek, mentaal en spiritueel gebied. Leren is levenslang. Pas tegen zessen waag ik mij weer buiten. Meestal om een duik te nemen en rond te vragen wat we gaan eten vanavond. Want dat is altijd wel een 'issue' hier met een man die een lekkerbek is en een ex-chef in huis (mijn jongste zoon woont hier sinds

kort ook). Ondanks dat ik al jaren eten bereid, leer ik iedere dag van de ex-chef. Alle basisprincipes komen regelmatig langs. Eigenlijk wordt het alleen maar beter. We hebben een moestuin, dus die opbrengst bepaalt vaak wat er op tafel komt. Ook de gulle giften van burens en vrienden geven heel wat variatie en werk in de zomer. Inmaken is inmiddels een tweede natuur geworden. In de avond zitten we gewoonlijk tot laat onder de pergola. Daar voel ik de temperatuur dalen, zie de maan opkomen en ik sla dan een diepe zucht. De sterren verschijnen. De tuin en moestuin krijgen nog water en vaak ga ik vroeg slapen om in de ochtend weer de overvloed te voelen die overal is. In ieder detail. Overal.