

► ManMade

Matraszolen

De markt voor sportschoenen is een heel serieuze. Voor elk soort sport heb je blijkbaar een specifieke schoen nodig en zelfs als je helemaal niet wilt sporten, worden veelkleurige sportschoenen alsnog door iedereen gedragen. Waarom is dat eigenlijk? Een van de redenen zal de actieve marktwerking zijn, de andere heeft waarschijnlijk met het comfort van de sportschoen te maken. Regelmatig zie je senioren op sportschoenen lopen, het lijkt er dan op alsof ze massaal mee gaan doen aan een lokale halve marathon maar niets is minder waar. Sportschoenen bieden een ongeëvenaard, plezierig lichtvoetig comfort. Dat comfort is vooral te danken aan de lichte en verende flexibele zool. Op een harde ondergrond worden trillingen tijdens het lopen op doeltreffende wijze gedempt. Hoe komen die zolen aan die dempende eigenschappen? Het antwoord is lucht, simpelweg de lucht die ingesloten zit in het materiaal van de zool. De zool wordt meestal in twee stappen vervaardigd uit polyurethaan: een kunststof die ontstaat door een chemische reactie tussen twee verschillende, vloeibare componenten. Tijdens de reactie ontstaan er kleine luchtbelletjes, zoals bij koolzuurhoudende frisdranken. Omdat er met de receptuur van componenten bijna eindeloos te variëren is, kom je polyurethaan in heel veel uiteenlopende gedaantes in je directe omgeving tegen. De zachtheid van je autostuur en dashboard is te danken aan polyurethaan. Het zachte matras op je bed maar ook de hardere vloer in de sporthal of de isolatieplaten onder het dak van je huis zijn van hetzelfde materiaal. De doe-het-zelver kent polyurethaan vooral als PUR-schuim. Gaten en kieren zijn makkelijk gevuld met het razendsnel opzwellende schuim uit de spuitbus. Het purren is onder klussers een vanzelfsprekend werkwoord.

Terug naar de sportschoenzool. De buitenste laag wordt gemaakt van een slijtvaste, dichte polyurethaan terwijl de binnenzool juist een heel open en meestal zachte schuimstructuur heeft. Deze twee zoolstukken worden, met of zonder gelonderdelen in elkaar gelijmd. Vervolgens wordt de uit vele onderdelen samengestelde bovenschoen vastgeplakt op de polyurethaanzool. Zo loop je je dus uiteindelijk op een soort vederlichte minimatrassen.

JOOST ALFERINK

In de rubriek 'ManMade' vraagt ontwerper Joost Alferink zich af waarom de dingen zijn zoals ze zijn.



Illustratie Tomas Schats

► dagansicht



© Boomerang supports bumperstickers
www.boomerang.nl

Dagansicht is een 'beeldcolumn', die commentaar geeft op de actualiteit.



Zelf een dagansicht insturen?
boomerang.nl/nrcnext

Dagansicht is een project van Boomerang Media en nrc.next.

► 160

Soms lieg ik liefje dat het gedrukt staat maar voorlopig tast ik op toetsen naar onweerlegbare woorden die in deze krant vertellen hoe zielsveel ik van mij houd

HELMERT HOBOER
NIJMEGEN



Een '160' is een gedicht van 160 tekens inclusief spaties: het maximale formaat van een sms'je. **Zend zelf een 160** in via www.precies160.nl of 06-18881117 (25 ct per bericht)

Ik laat me niet meer opjagen

Zo blijft Miek Pot (49) geïnspireerd

► Miek Pot had een wild leven als Leids student en een stil leven als non in het klooster.

► Zij schrijft nu boeken en is een spirituele trendwatcher.

Door HIDDE TANGERMAN

Het is misschien een lange reis voor een interview, van Amsterdam naar Brugge en weer terug. Maar als de aanleiding intrigerend is, telt afstand niet. Bovendien ben ik ook nieuwsgierig naar hoe een ex-non eigenlijk woont. Want dat is Miek Pot. Na een wild studentenleven in Leiden bracht ze twaalf jaar door in een Kartuizer klooster in België en Zuid-Frankrijk.

Zwijgend, biddend en mediterend. Toen besloot ze weer terug te keren in de wereld. Nederland was te veel veranderd, dus ging ze in België wonen. Ze schreef twee boeken over haar ervaringen en is bezig met een derde.

In een stil straatje in de binnenstad van Brugge bel ik aan. Miek Pot doet open en laat me binnen in haar huiskamer. Die is gezellig druk ingericht met veel meubels. Overal liggen stapels boeken opgetast. Aan de muur hangt een enorm abstract schilderij met veel rood en blauw. „Vind je het huis passen bij mijn persoon?” vraagt ze. Voor een voormalige non had ik een wat soberder inrichting verwacht. Ik kijk rond en tel vier, nee, vijf Mariabeelden. Ze is verzet op Mariabeelden, zegt ze. „Je kunt ze hier soms voor een habbekrats kopen, dus ik heb hier de meest gekke beelden staan.” Ze praat gemakkelijk. Zo gemakkelijk dat je je bijna niet kunt voorstellen hoe ze ooit twaalf jaar lang heeft kunnen zwijgen. In Nederland komt ze nog regelmatig om lezingen te geven over spiritualiteit. Dat is nu haar werk. Tegenwoordig is haar hoofdthema Tao of evenwicht. Dat vindt ze in deze crisistijden belangrijk, want we zijn duidelijk het evenwicht kwijt. Haar motto, naar Mattheüs, is: maak je niet bezorgd over de dag van morgen, want de dag van morgen zal zich wel bezorgd maken over zichzelf.

Dat klinkt mooi, maar is het ook niet een beetje naïef?
„Ik vind het naïef om je zekerheden in deze wereld te zetten. Je ziet het nu met zo'n kredietcrisis. Mensen leggen hun zekerheden vast in een pensioen en in aandelen. Dan denk ik: dat vind ik naïef.”

Maar je moet toch aan de toekomst denken?

„Dat ben ik zeker met je eens. Ik maak ook plannen, ik kijk vooruit, maar ik weet ook: mijn plannen kunnen zo door elkaar geschud worden. En als ik mensen hoor, denk ik: ze hebben dat plan en dat is hun zekerheid. Nou, dat vind ik naïef hoor. Ik ben echt geen oosterse wijsheidsleraar die zegt: we gaan nu met een lenden-doekje lopen en halleluja. Ik ben ook goed verzekerd, ik doe ook braaf mijn

belastingaangiften en regel de sociale voorzieningen. Maar ik weet: mijn kaartenhuis is goed opgebouwd, en als het in elkaar dondert ligt mijn wereld niet overhoop. Als je vertrouwt op je innerlijke anker heb je veel meer zekerheden in die storm dan een spaarrekening. Je eigen fundament helpt je om daar doorheen te komen. Dus als je daar nooit aan gewerkt hebt....”

Niet iedereen kan het klooster in.

„Daar hoef je ook niet twaalf jaar lang voor in een klooster te zitten. Maar het is wel op zijn tijd belangrijk om aan zelfreflectie te doen, naar binnen te kijken, de eenzaamheid op te zoeken, toch eens aan jezelf te werken. Als die storm komt raak je misschien je pluimen en je veren kwijt, maar je

flessen wijn en sigaretten meer voor nodig. Dat kan ik met een spaatje. Ik hoef ook niet om drie uur in mijn bed te liggen. Toen ik net terug was uit het klooster, ben ik wel weer even het uitgaansleven ingedoken. Zonder drank, want daar kon ik niet meer tegen, maar wel lol maken met de mensen en gekke dingen zeggen.”

Hoe heeft u die twaalf jaar eenzaamheid overleefd?

„Als het je weg niet is houd je het niet vol. Dan is het een soort gevangenis. Dan blijft het buitenkant en dan word je gek. Er moet iets gebeuren, je moet geraakt worden. We werden heel erg getraind in gebed en meditatie. Op een gegeven moment ging ik dingen ervaren: rust, vreugde, stilte, een soort oeververtrouwen. Als ik daar in het voorjaar door de tuin liep, was dat voor mij het opperste geluksgevoel. Die eenvoudige verwondering voor het leven. In Zuid-Frankrijk keek ik 's nachts vaak naar de sterrenhemel. Die alomvattende stilte. Dat waren diepe geluksmomenten. Ik had altijd heel erg door het leven geraasd aan de oppervlakte, met zo'n ontevreden gevoel. In het klooster had ik echt het gevoel: hier gaat het eigenlijk om.”

Waarom dan toch weer uitgetreden?

„Ik kreeg op een gegeven moment een eenheidservaring, een inzicht van je haren tot aan je tenen. Dat was het mysterie, God, de ultieme werkelijkheid. Dat was wat ik zocht, mijn hele leven al. Ik voelde toen heel sterk dat ik daar weg moest, weer terug naar de mensen om verder te groeien. Gods beeld naar de wereld brengen, op een eigentijdse manier. Dat is mijn missie. Uiteindelijk is dat ook de weg. Het is niet de weg om je hele leven achter kloostermuren te zitten. Het was een prachtig kader, maar het was passé.”

Zaterdag Bespreking over een stilteweek in Tjechië. Daarna naar een astrologisch gesprek in de Jordaan. Gedineerd met mijn oom op één van de grachten.

Zondag Bezoek aan het graf van mijn grootouders in Heemstede. Terug met de intercity naar België.

blijft wel staan. Heel veel mensen gaan om hè.”

U bent vers uit het studentencorps het klooster ingestapt. Kan het extremer?

„Toen ik een jaar of zestien was las ik het boek *Narziss en Goldmund* van Herman Hesse. Dat ging over een vriendschap tussen de ascetische monnik Narziss en zijn leerling Goldmund die niet kon leren en achter de meisjes aanzat. Uiteindelijk liep het met allebei slecht af. Goldmund werd een soort liederlijke zwerver en Narziss bleef een uitgedroogde monnik, een zuurpruim. De moraal was: noch het ene noch het andere uiterste brengt geluk. Ik vond het een prachtig boek want ik herkende die beide persoonlijkheden in mezelf. Ik had ook die extremen. In Leiden had ik het meest wilde leven dat je je maar kunt voorstellen en daarna wilde ik ook het meest extreme klooster in. Nu vind ik die Narziss en Goldmund allebei vervelend. Ik ben 49 en ik heb de middeleeuwen gevonden.”

Zijn de wilde haren helemaal verdwenen?

„Ik kan nog altijd heel erg lachen en plezier maken, maar ik heb daar geen

nrc.next

Vrijdag 17 april 2009



Foto Mieke Meesen