

'IK WIL RUST IN MIJN HOOFD'

TEKST
RICK BLOM
FOTOGRAFIE
JANTINA TALSMA

W

Wat een jaar!

'Ja, heftisch! Het was soms echt een waas, maar ik heb ook van elk moment genoten. Het was zo leuk.'

Alles wat je management twee jaar geleden aan doelen beschreef, is afgevinkt en nog veel meer van wat jullie niet hadden durven bedenken.

'En alles was nieuw. Maar het is niet te snel gegaan voor mij. Ik hou van prikkels en chaos. Het was voor mij misschien wel het perfecte jaar.'

Er was zelfs een zeer bekende Engelse muzikant die je nummer *Dat heb jij gedaan* wilde coveren?

'Ik weet niet of ik zijn naam mag noemen. Hij was producer van het eerste album van Lady

In de eerste week van 2022 belandde haar single *Dat heb jij gedaan* op 1 in de Top 40 om vervolgens acht weken op die plek te blijven. Het is inmiddels meer dan 60 miljoen keer gestreamd. Meau (22) trad vorig jaar op op Pinkpop, Pukkelpop, Paaspop en Concert at Sea, werkte samen met Racoon, Paul de Munnik en Bente en was te zien in alle mogelijke tv-programma's. En dat allemaal in haar eerste volledige jaar als artiest.

Gaga, was ook haar manager en die van Sting en van nog meer grote namen. Hij hoorde niet alleen *Dat heb jij gedaan*, maar ook het liedje *Blijven rijden* en wil graag dat ik of een andere muzikant dat in het Engels uitbrengt. Dat wil ik alleen als iemand een hele goede vertaling maakt, zodat het liedje nog steeds goed tot zijn recht komt, en als een hele vette internationale artiest dat dan zingt. Zelf doe ik het niet. Nu in elk geval niet. Het is een liedje dat dichtbij me staat. In het Nederlands kan ik daar het best mijn gevoel in leggen. In een vertaling zou het gemaakt aanvoelen. Zou ik het doen, dan zou het alleen voor de commercie zijn. Op zich is daar niks mis mee, maar het geeft me dan niet de voldoening die het me nu brengt. Maar zeg nooit nooit.'

Als meisje van acht wist je al: muziek wordt mijn leven. Maar na je aanmelding voor de Herman Brood Academie om een opleiding te volgen tot popmuzikant, was je volgens je manager amper met muziek bezig.

'Dat is waar. Alle dingen die moesten, ston- ➤



den op een laag pitje. Ik was de eerste anderhalf jaar gewoon heel veel aan het feesten.'

Had je dat nodig?

'Ik denk het wel. Als ik mezelf niet zo geweldig voel, zoek ik graag afleiding. Ik was negentien en zat niet goed in mijn vel. Het was net officieel klaar met degene over wie ik het liedje *Dat heb jij gedaan* schreef. Een gekke periode waar ik niet aan toe wilde geven. Ik wist niks echt zeker meer, dacht liever nergens over na. Ik zocht vergetelheid en ging uit om mijn gevoel een beetje te verdoven.'

Hoe feest je als je niet lekker in je vel zit?

'Iets meer drinken en iets meer roken, haha. Ik kon goed feesten, maar ik kon vooral niet zo goed thuiszitten. Die connectie met anderen

'Omdat vroeger alles zo fijn was, voelt die drempel hoog. Vertellen dat ik niet lekker in mijn vel zit, is naar mijn idee nooit echt bespreekbaar'



vond ik op dat moment fijn. De hele nacht dansen en lullen met iedereen. Niet dat het echt hielp. Het was beter geweest als ik was gaan praten met iemand en wat minder had gedronken: als ik de ochtend na zo'n nacht weer wakker werd, voelde ik me extra alleen.'

Je zat in die flow van feesten, uitgaan, was niet met muziek bezig, noch met je gevoel. En toen kwam die coronapandemie en ging alles op slot.

'Eigenlijk was dat heerlijk. Dat had ik echt nodig. Ik had geen zin meer om nog veel uit te gaan. Op dat moment ging ik ook samenwonen met een jongen die ik op de academie had leren kennen. We zijn nu niet meer bij elkaar, maar door de rust die ik toen kreeg, vond ik de ruimte om te voelen. Om tot mezelf te komen en te kunnen nadenken.'

Lukt het nog steeds om af en toe die rust te vinden?

'Ik heb nu weer een periode dat alles zo hard gaat, dat ik dat moeilijk vind. Na dagenlange drukte vind ik het lastig om in mijn eentje te zijn. Heb ik eens een rustig avondje, dan wil ik liever met een vriendin wat drinken. Alleen zijn is veel confronterender, nu ik geen relatie heb. Dan zit ik daar met mijn gedachten. De muren komen op me af en dan word ik gek. Ik voel dan zoveel onrust. Dat trek ik slecht. Soms ga ik rondjes lopen door de stad, stilzitten lukt niet. Ik voel chaos in mijn hoofd en denk aan alle dingen die gebeuren of nog op de planning staan. Dan maak ik lijstjes met alles waar ik over na moet denken of die ik moet doen: een nieuw nummer, een nieuwe clip, een interview. Ik wil rust in mijn hoofd. Sinds een maand praat ik daarom met een psycholoog. Dat helpt.'

Hoe zijn die gesprekken?

'Er wordt me een spiegel voorgehouden en dat is chill. Na die eerste paar keer was het net alsof ik naar de sportschool was geweest. Het geeft mij het gevoel dat ik goed voor mezelf zorg. Het is fijn om met iemand te praten, waardoor je duidelijker krijgt wat beter kan en hoe je ook lief kunt zijn voor jezelf.'

Gaat het over druk, chaos en hectiek, of ook over het verleden?

'Ook daarover. Ik had het fijn met mijn ouders. Mijn jeugd was eigenlijk perfect. Er was nooit iets en ik zat altijd wel goed in mijn vel. Daarom leerde ik niet om te praten. Als het eens wat minder goed met mij ging, durfde ik dat nooit

goed te zeggen. Die opening kon ik niet maken.'

Je wilt de harmonie niet verstoren.

'Precies. Dat merk ik soms ook in vriendschappen. Als ik met een groepje mensen ben en ik voel me niet zo goed, dan wil ik liever dat het positief blijft en zal ik niet snel zeggen wat me dwarszit.'

Heb je ook het idee dat je daar weinig ruimte voor hebt?

'Ik voel me er ongemakkelijk bij. Omdat vroeger alles zo fijn was, voelt die drempel hoog. Vertellen dat ik niet lekker in mijn vel zit, is naar mijn idee nooit echt bespreekbaar.'

Uit je je gevoelens niet, dan ettert dat door.

'Dat is waar ik me steeds meer van bewust ben.'

Je vader vertelde dat jullie het inderdaad niet vaak uitgebreid hebben over de dingen des levens.

'Dat is waar.'

Voor we erover kunnen praten, heeft Meau alles al uitgedacht, zei hij. Maar dat is dus niet zo.

'Nee, dat is niet zo. Doelt hij dan ook op de liefde?'

Ja, ook daarop.

'Met mijn psycholoog heb ik het daar wél over, met mijn ouders heel soms. Ik weet dat ik ze kan bellen als er wat is, maar toch ervaar ik altijd een soort ongemak, een knoop in mijn maag. Het voelt dan zo awkward, dat ik het maar niet doe. Ik weet dat m'n ouders altijd begripvol zouden reageren, maar alsnog vind ik het soms lastig om de stap te zetten om het te zeggen als ik me ergens minder goed over voel. Al zou het me wel helpen, denk ik.'

Ben je bang voor hun reactie?

'Mijn ouders zijn heel luchtig. Ik zie hen nooit niet goed in hun vel zitten. Soms vraag ik me af of zij zich echt altijd zo voelen. Mijn vader is nuchter en mijn moeder altijd superpositief. Dat bewonder ik in haar, maar omdat ik nooit zie dat zij het ook weleens lastig hebben, leerde ik niet om met hen over mijn diepere gevoelens te praten. Dan denk ik eerder: ik ga wel naar een vriendin.'

Voelde je je soms alleen?

'Soms wel. Bijvoorbeeld in de periode waar *Dat heb jij gedaan* over gaat, die toxische relatie waar ik in zat.'

Volgens je beste vriendin Sophie was je ex 'gestoord, bizar, heel onaardig en bot'. En dat zijn nog understatementen. Zelf zing je er dit over: 'Jij duwde iedereen ver van me weg, dingen die jij tegen me zei, dat vrienden me haatten, maar jij hield van mij, je uitspraken waren zo goed als gestoord, vooral met een slok op, dan draaide je door.' Dat klinkt bedreigend.

'Misschien gek, maar op die momenten ervaarde ik dat niet echt als bedreigend. Soms was het zelfs lachwekkend, zo absurd was het. Als hij gedronken had, dan schold hij me uit en spuwde gif. De volgende dag vertelde hij weer hoe geweldig ik was. Daardoor raakte ik op een bepaalde manier gebrainwasht. Hij was manipulatief. Pas achteraf wist ik wat er eigenlijk was gebeurd en dat ik op momenten ook bang ben geweest. Ik praatte er later over met een vriendin die iets vergelijkbaars had meegemaakt. Er kwam toen zoveel naar boven, dat ik diezelfde avond *Dat heb jij gedaan* schreef. Dat nummer kwam er in één keer uit.'

Hoe oud was je toen je die relatie had?

'Zeventien ongeveer. Al met al duurde het op en af een jaar of twee.'

Hoelang hield je vol dat het normaal was wat er toen gebeurde?

'Ik dacht: hij is nou eenmaal zo, maar hij houdt wél veel van me. Hij had ook dingen meege maakt, waardoor hij misschien ook zo reageerde.'

Praatte je het zo goed?

'Misschien een beetje. Soms wilde ik me er wel over uitspreken, maar dan voelde ik een blokkade waardoor ik er niks meer over zeggen kon. Dat had ik niet alleen bij mijn ouders, maar ook bij anderen. Op een gegeven moment durfde ik er bijna niks meer over te vertellen. Over wat ik wél had gedeeld, vroegen mensen zich al af waarom ik niet bij hem wegging. Logisch. Ik had ieder ander precies hetzelfde aangeraden, maar ik zat er zo erg in dat ik steeds dacht dat ik toch bij hem wilde blijven.'

Om hem te beschermen of te helpen?

'Allebei. Ook daarom ging ik mijn ouders niet vertellen wat hij allemaal zei of deed. Ze waren al geen fan van hem, dus dan zouden ze zeker zeggen: stop met die gast. En als je, zoals ik, zo iemand wil beschermen en helpen, houd je je mond maar. Ik wilde mezelf ook indekken, trouwens, voor als hij toch weer bij ons thuis- ➤

kwam of ik bij hem wilde gaan slapen. Dus toegeven wat er echt speelde, kon ik niet.'

Je vader had geen idee van de aard van die toxische relatie.

'Echt niet?'

Hij dacht: *what the hell is this* toen hij *Dat heb jij gedaan* hoorde.

'Echt? O... Dat heeft hij nooit tegen mij gezegd. Ik dacht dat hij dat wel wist.'

Hoe was het om je ouders dat nummer te laten horen?

'Doodeng. Ik was bij hen thuis. Na het eten zette ik het liedje op. Mijn moeder moest een beetje huilen. Mijn vader zei niet zoveel.'

Toen hij dat nummer hoorde, voelde je vader de pijn die jij in die relatie moet hebben gevoeld.

'Ja... Nou... O... Dat wist ik helemaal niet...' En dan, huilend: 'We hebben het er echt nooit over gehad... Het is gewoon altijd zo luchtig. Ik weet niet... Het is altijd fijn als ik bij mijn ouders ben, maar zeggen dat ik ergens mee zit, vind ik soms gewoon lastig. Af en toe vind ik het ook wel gek dat ze soms niks vragen. Of doorvragen. Misschien omdat ze dan voelen dat ik het ook moeilijk vind. En misschien nemen ze aan dat ik zulke dingen wel met anderen bespreek.'

Eigenlijk beschermen jullie elkaar.

'Zoiets zei mijn psycholoog ook. Ik probeerde het te verwerken door *Dat heb jij gedaan* te schrijven. Ik besef nu dat het een stukje van de puzzel is om er goed uit te komen, maar niet het hele verwerkingsproces.'

Volgens je vriendin Sophie ben je effectief in het vluchten in je werk.

'Soms weet ik niet hoe ik mijn gevoel moet omschrijven. Dan pak ik mijn gitaar en dan komen de woorden wel. Mij helpt dat.'

'Als hij gedronken had, schold hij me uit en spuwde gif. De volgende dag vertelde hij weer hoe geweldig ik was. Daardoor raakte ik op een bepaalde manier gebrainwasht'

Volgens je manager heb je voor elk nummer dat je schrijft goed in de spiegel gekeken. Wie zie je als je naar de teksten van je nummers kijkt?

'Ik schrijf het meest als ik niet goed in mijn vel zit. Het zijn momentopnames. Als je de zinnen leest, dan lijkt het heel donker allemaal, maar over het algemeen voel ik me goed. Ik ben happy en geniet van alles wat me overkomt. Die vrolijkheid is echt, maar soms is er gewoon een dag dat er iets niet goed zit en ik me onrustig voel. Dat schrijf ik dan van me af.'

Helpt dat? In het nummer *Helen* schrijf je: 'Want ik weet dat ik eigenlijk blij zou moeten zijn, met wat er gebeurt met mij, mooie dingen deze tijd, maar o het is nooit genoeg, het voelt nog kloter dat ik weet dat het niks veranderd heeft en dus niet geholpen heeft me te helen.'

'Toen mijn ouders dit hoorden, maakten ze zich echt zorgen. Ik weet dat nog, omdat het best bijzonder was dat ze er iets over zeiden. Tijdens een show waar ze bij waren, zong ik *Helen* voor het eerst live. Volgens mij durfden ze er eerst niks over te zeggen, want pas twee weken daarna vroegen ze aan de hand van dat liedje ineens of alles wel goed ging. Ik ging het meteen weer weglachen en zei dat het ging over één dag waarop ik me kut voelde. Ik ben heel gevoelig en kan ineens in zo'n emotie zitten. Ik vind het vooral moeilijk om te begrijpen dat ik me kut voel, hoewel er zoveel vette dingen aan de hand zijn. Alsof ik ondankbaar ben.'

Misschien moet je nog aan dat succes wennen?

'Je kunt je er niet op voorbereiden en ik moet nog veel leren, maar ik ben er al wel aan gewend. Het voelt allemaal heel natuurlijk. In de industrie ben ik ook met open armen ontvangen. Wel moet ik me realiseren dat wat ik nu meemaak niet normaal is. 2022 was mijn eerste professionele jaar en het was zo groots. Over twee of drie jaar kan het anders zijn. Daar moet ik af en toe stil bij blijven staan.'

Het succes heeft ook invloed op je privéleven. Feestjes, vriendschappen: je moet vaak nee zeggen.

'Soms is dat lastig.'

Onlangs maakte je het uit met je vriend met wie je bij het begin van de pandemie samen ging wonen. Is dat het grootste offer dat je dit jaar moest brengen?



‘Het was een groot offer, maar ik denk wel dat het de juiste keuze was. Afgelopen jaar veranderde veel in mijn leven en wij zijn echt twee verschillende personen, uitersten. Toen we tijdens de pandemie bij elkaar kwamen, paste het goed. Maar met alle hectiek dit jaar merkte ik dat we misschien niet de juiste persoon voor elkaar zijn. We hadden nooit ruzie en zelfs toen ik het uitmaakte, gingen we goed uit elkaar, maar op een gegeven moment was het meer een sterke vriendschap dan dat we echte geliefden waren. Het was de beste keuze, maar tegelijkertijd niet iets wat ik had willen laten gebeuren.’

Twijfel je weleens? Over de vlucht die je carrière heeft genomen en de keerzijde die het heeft?

‘Af en toe, misschien. Soms wil ik nog even jong zijn en lekker aankloten. Mezelf zijn zonder dat iemand mij kent. In de liefde nieuwe dingen ontdekken en niet bang zijn dat een juicechannel daar gemene roddels over schrijft. Succes maakt ook onvrij en dat is ingewikkeld. Tegelijkertijd is dit wat ik het allerliefste doe en heb ik zo sterk het gevoel dat ik dit wil, dat die twijfel nooit groot genoeg is om dit nieuwe leven op te geven.’ ✕