

Kaalvoet-terapie.

Deur Marizaan Brink

Stadig maar seker laat sak ek my voete sodat dit in die klam seesand insak. Die sand vou om my tone soos 'n koue kombes. Die seeskulpies kraak onder my hakke en 'n rilling skiet deur my bene. Ek loop tree vir tree vorentoe, oë gevul met tranes wat binnekort gaan begin rol. Ek los spore agter my soos wat my voete hulle afdrucke in die sand maak. Na amper twee jaar. Ek is hier. Kaalvoet.

Twee jaar gelede was ek in 'n lelike motorfietsongeluk. Ek kan nie veel van daardie dag onthou nie. Ek het in die hospitaal wakker geword. “'n Lorrie het voor jou ingedraai,” sê my pa, maar ek fokus nie. Die gepiep van die masjiene waaraan ek gekoppel is trek my aandag.

Volgens die dokters was my kans om weer te loop maar skraal. Na verskeie operasies en berading, kon ek uiteindelik begin met fisioterapie. Nodeloos om te sê, ek was 20 maande, twee verjaarsdae, laas buite die hospitaal se wit beton mure. Die “get well soon”-kaartjies lê in stapels op die bedkassie en die teddiebeertjies staan uitgestal op die vensterbank. Maar vandag kan ek uiteindelik vanuit, wat voel soos 'n tronk, ontsnap en verder lewe (net nie weer op 'n motorfiets nie).

My ma het gevra waarheen ek graag eerste sal wil gaan. “See toe!” skree ek uit sonder enige twyfel. Ek is eintlik 'n kind van die see, of dis hoe ek myself beskryf. Ek het voor my ongeluk elke naweek strand toe gery, met my tone in die sand gaan sit en boek gelees. (Dit was juis ook hier waarheen ek die dag van my ongeluk op pad was.) Ek het altyd vir my boetie vertel hoe vry dit my laat voel.

Om kaalvoet langs die see te stap en die skerp reuk van bamboes in te asem was amper soos 'n tipe terapie vir my. As ek maar net dit in plaas van 'n duur fisioterapeut, wat onvanpaste grappies maak, kon gebruik het. Wanneer die druk van student-wees bietjie te erg geraak het, was kaalvoet-terapie my Xanax.

My pa draai af na kusweg en stop só dat ons ons voete dadelik op die sand kon neerplak as die deure oopswaai. Ek trek stadig my *sneakers* uit en gooi my sokkies eenkant toe. Dit gly onder die sitplek in, maar ek gee nie om nie. Kaalvoet sit ek in die

kar. Haal diep asem. Jy is hier, Na twee jaar. Opgewondenheid om weer die see te sien spoel oor my soos die branders wat hard buite die Land Rover se deure breuk.

Die koue wind prikkel my wange soos die kar se deur oopgaan. Mamma help my om my bene een-vir-een om te swaai sodat ek met my gesig na die see kyk. "Versigtig net", sê sy terwyl ek haar wegstamp. Ek wil sêlf probeer staan. Ek wil sêlf weer die seesand onder my kaal voete voel.

Die trane begin rol soos die yskoue water my voete kom groet. Ek hoor die gekras van 'n seemeeu bo my en sien robbe wat in die verte wegkruipertjie speel. My broer tik my op my skouer en druk 'n leesboek in hand. "Nou kan jy weer vry voel," fluister hy. Ek voel verlig. My kaalvoet-terapie is besig om te werk.

[546 woorde]