



Actrice Hélène Devos

‘Als ik speel,
zie je niets aan me’

TEKST ELS QUAEGEBEUR
FOTO'S KOOS BREUKEL

De Vlaamse H el ne Devos (28), sinds 2011 bij Toneelgroep Amsterdam, praat zonder schroom over haar psychische moeilijkheden. ‘Ik werd bang voor sociaal contact, voor de straat oversteken, voor de telefoon.’

Met nat haar doet H el ne Devos de deur open van een huis om de hoek van de Dappermarkt. Het is tien uur in de ochtend. Betrekkelijk vroeg voor een acteur. Ze komt net onder de douche vandaan. De dag ervoor was de doorloop voor de reprise van *Kings of war*, een viereuhalf uur durend toneelstuk van Toneelgroep Amsterdam. Het is de enige repetitie die de spelers doen voor showtime, vertelt de 28-jarige Vlaamse uit Kortrijk, over haar schouder kijkend op de steile trap naar haar studioappartement. “We kennen het stuk zo goed. Het is meer voor alle techniek die erbij komt kijken. Zenuwen heb ik nu niet. Straks een beetje, klamme zweet-handjes vlak voor ik op moet.”

Devos is een fee rieke verschijning met een onderzoekende blik in grote bruine ogen. Haar lichaamsbouw is delicaat en ze heeft een prachtig gezicht waar niets onnatuurlijks op zit. “Ik ben niet opgegroeid met maquillage. Mijn mama gebruikt ook niets. De eerste keer dat ik bij TA in de kleedkamers kwam, keek ik vol verwondering naar de actrices. Wat zitten die nu allemaal te smeren? Dat wil ik ook, dacht ik. Van Ivo (van Hove, directeur van TA) mocht ik het niet. Hij zei: ‘Jij moet niets doen, god doet jouw make-up nog.’”

Even smetteloos als haar huid is haar huis, waar niets rondslingert. Na een jaar renoveren was het in de zomer van 2016 af. “Heel Amsterdam heb ik afgelopen sinds mijn vertrek uit Belgi . Kleine kamertjes, superduur, tijdelijk. Verschrikkelijk. Ik ben hier zo gelukkig mee, en heel trots.”

Bezorgd kijkt ze naar twee planten die ze van collega Ramsey Nasr heeft gekregen. De bladeren hebben hier en daar een verlept randje. “Ze moeten uit die plastic potten, het is te verstikkend zo.” Tijdens het thee zetten wisselt ze hierover berichten uit met Hans, haar vriend die in Antwerpen woont. Hij is zich meer gaan verdiepen in tuinieren sinds hij wegens ernstige rugklachten niet meer kan werken. “Hans schrijft dat ik mest moet kopen. En hoe ik ze moet meenemen in de trein, de

volgende keer dat ik naar Belgi  kom. Dat is lief.”

Haar verhuizing naar Amsterdam werd in gang gezet met een open sollicitatiebrief naar Toneelgroep Amsterdam, op haar 21ste. “Ivo van Hove zit in de jury bij ons op de toneelschool, hij beslist mee wie mag blijven. In mijn klas was de onderlinge verstandhouding niet erg goed. We praatten eigenlijk nergens over met elkaar, ook niet waar we stage wilden lopen in ons derde jaar. Tot een jongen stoer zei dat hij Ivo had gemailld. Wat, dacht ik, heb jij dat gedurfd? Dan ik ook. Ik mocht komen. En blijven. Hoe fijn ik het hier ook vind, ik heb niet voor Nederland gekozen, ik heb echt voor Ivo gekozen.”

Hoe was het om in Amsterdam aan te komen?

“Verwarrend. Ik was hier nooit eerder geweest. Vooral aan de directe manier van communiceren moest ik erg wennen. Ik kom van uitzonderlijk schuchter, zelfs naar Vlaamse maatstaven. Heel stil, heel slecht opkomen voor mezelf; dat heb ik inmiddels wel een beetje afgeleerd. Door de andere acteurs bij TA kreeg ik een paar keer in mijn gezicht gesmeten dat ik mijn mond meer moest opendoen. Marieke Heebink noemt de ‘typisch’ Vlaamse bescheidenheid valse bescheidenheid. Dat zie ik nu ook wel. Het is niet alsof we geen mening hebben. Vlamingen zitten zoveel in stilte binnen te vretten.”

“Peter de Graef, een fantastische Belgi-

sche acteur, zei eens in een interview: ‘Op genetisch niveau heeft de Vlaming nog altijd niet door dat hij bevrijd is.’ Daarom zijn we ook nog steeds foefelaars. Zwart werken, de belasting ontduiken, en daar ook trots op zijn h , vanuit wantrouwen jegens de overheid, de autoriteiten. In Nederland kun je nauwelijks foefelen, al zou je het willen. Allez, pak nu eens de tram. Daar zit gewoon een mevrouw in het midden, alleen om te controleren of niemand foefelt.”

“Ah ja, en wat ik ook soms beledigend vond vlak na mijn verhuizing was dat mensen in winkels Engels tegen me begonnen te spreken als ik iets vroeg.”

Ja, je bent toch een buitenlander.

“Yep. Ik kan er inmiddels mee lachen. Laatst kreeg ik in een tweedehandsboekwinkel een folder voor taalles in mijn handen gedrukt van de eigenaar. ‘Hier, voor je vrienden die nog niet zo goed Nederlands spreken als jij.’ Dan kan ik het toch niet laten om te antwoorden: ‘Ja maar meneer, ik kan wel Nederlands. Ik ben Vlaams.’ In een recensie stond ooit dat ik mijn nadrukken verkeerd leg. Daar word ik zo kwaad van. Ik leg mijn nadrukken anders, niet verkeerd.”

Je vriend Hans en jij zijn vijf jaar samen. Zie je jullie ooit samen in Amsterdam leven?

“Nee. Als er kindjes komen, en dat hoop ik, zal ik terugkeren naar Vlaanderen. Het is lastig want mijn toneel-ik is heel geluk-

‘Ik wil geen Nederlands kindje met een Hollands accent’



kig in Nederland en bij TA, maar ik voel dat mijn privé meer thuis is in Vlaanderen, ondanks al het binnenvretten en gevoel. Ik wil geen Nederlands kindje met een Hollands accent. Het is een verschrikkelijk dilemma, dat ik gelukkig de komende jaren voor me uit kan schuiven; er is nog tijd.”

Wat als Ivo van Hove weggaat bij Toneelgroep Amsterdam. Zou dat het dilemma doen verdwijnen?

Ze zegt een paar minuten niets. Dan voelt ze aan de aarde in de bloempotten.

“Ze hebben toch genoeg water gehad. Ja, wat als Ivo weggaat? Ik weet het niet. Ik hoop dat het voorlopig niet gebeurt, hij is de stuwmotor. Aan de andere kant, er

heerst bij TA natuurlijk ook een visie die de persoon overstijgt. De neuzen staan dezelfde kant op als het gaat om de hoogte van de lat: heel hoog. Je ziet dat ook terug in alle bijzondere gastregisseurs die worden aangetrokken. We zullen het wel meemaken.”

“Ik word ook ouder, hè. Het is zoetjesaan tijd dat ik meer stilsta bij wat ik zelf wil vertellen. Dertig komt eraan. Het is een beetje laat misschien, maar ik ben volwassen aan het worden. Lang vond ik, nog los van mijn deels Vlaamse schuchterheid, dat ik te jong was om iets te zeggen te hebben; over de wereld, het vak, mensen, het leven. Zo langzamerhand denk ik: nou, ik heb wel wat. Het is nog niet concreet,

daarvoor ben ik me nog te bewust van alles, maar het komt.”

Wat hoop je dat dertig zijn je zal brengen?

“Rust, rust, rust. Wat inzichten zou leuk zijn. Sinds een jaar studeer ik psychologie aan de open universiteit. Ik wil graag meer ondersteuning voor alles wat ik vind en voel, extra kennis opdoen. Psychologie is zo’n fascinerende wetenschap. De mens die de mens bestudeert; ik vind het al kunst op zich. Iedereen zou iets van een inleiding in psychologie moeten krijgen, om jezelf en anderen beter te begrijpen. Wat me frappeerde toen ik eraan begon, is dat het lang niet alleen gaat over stoornissen. Het gaat eigenlijk voornamelijk over hoe dingen normaal gesproken zijn.”

Dat is al gek genoeg natuurlijk.

“Ja, en wat is gek? Mijn broertje Willem en ik hebben best een ingewikkelde jeugd gehad. Onze vader is erg ziek. Hij is bipolair, maar dat is pas vastgesteld nadat ze hem eerst jaren en jaren hebben behandeld op basis van verkeerde diagnoses. Dat was een lijdensweg voor het hele gezin. Hij heeft een aantal keer een zelfdodingspoging gedaan en god weet hoeveel therapeuten lieten hem medicamenten slikken die achteraf gezien meer schade hebben aangericht dan goed deden. Het gaat nu beter, maar ik heb thuis lang moeten aanzien hoe weinig we nog weten van de menselijke psyche, hoe onzichtbaar het nog is.”

“Zelf ben ik ook al sinds mijn puberteit in behandeling voor van alles en nog wat. Ik vermoed sinds kort dat ik iets vergelijkbaars heb als mijn vader. De diagnose is nog niet definitief. Het moet eerst goed uitgezocht worden. Ik laat me niet zomaar een aandoening toedichten. Het is een lang proces. Ik ben 28 en al meer dan de helft van mijn leven op zoek naar hulp die helpt.”

Ben je daarom psychologie gaan studeren? Streef je ernaar je eigen hulp die helpt te worden?

“Ik wil mijn papa redden. En mezelf, ja. En dan bij uitbreiding de hele wereld. Veel mensen vinden dat ik niet moet praten over mijn psychische moeilijkheden. Maar waarom niet? Ik ben het beu om er rond te dansen, net te doen alsof er niets aan de hand is uit angst voor vooroordelen. En daarbij, ik word nog beschermd door mijn vak: als acteur mag je een beetje gek zijn. In een andere omgeving is het vaak erg eenzaam, denk ik zo. Dat is spijtig en onterecht. Niemand is veilig voor een stoornis, hoor. Al die burn-outs, al die depressies. →

En dat zijn ook allemaal maar woorden, hè? Wat is een burn-out, wat is een depressie? Waarin verschilt het van bipolariteit of borderline, een diagnose waar ze bij mij over twijfelden en daarna weer introkken. Zoiets kan gebeuren. Zoiets maakt je niet minder. Mens zijn is tegelijk heerlijk en verschrikkelijk.”

Hoe beoordeelde jij jezelf toen je een kind was?

“Er klopte iets niet met mij. Dat heb ik altijd gevoeld. Een paar jaar geleden schoof een psychiater mij een boek onder de neus over hoog-sensitiviteit. Misschien had ik dat al wel als kind. Ik snapte nooit hoe andere mensen zo licht konden doen over dingen. De minste vorm van nonchalance was mij vreemd. Ik was zo consciëntieus, kon dagen malen over iets wat iemand tegen me zei.”

“Vanaf mijn puberteit kreeg ik zware depressies. Ik kon het niet gewoon meebelevan met de rest. Mijn vriendinnen dardelden in korte rokjes door de lente, jongens kwijlend achter hen aan, en ik kon alleen maar denken: dit is zo dierlijk, ik kan hier niet in mee. Lang voelde ik een zekere afgunst. Ik wilde dat ik ook zo hard kon loslaten, me zo vrij kon voelen.”

“Door mijn vaders zelfmoordpogingen kreeg ik een angststoornis. Ik werd bang

‘Ik ben achterdochtig jegens medicamenten en therapeuten’

voor sociaal contact, voor de straat oversteken, voor de telefoon. Ik ben zo vaak gebeld dat het mis was met hem. Het is flink verbeterd, maar ik schrik nog altijd als de telefoon gaat.”

Je durft wel op een podium te staan voor een volle zaal, omringd door acteurs met driehonderd jaar meer ervaring dan jij, geregisseerd door misschien wel de beste toneelregisseur ter wereld.

“Ja, geen probleem. Dat durf ik, dat moet. En nu met ouder worden, begin ik me ook in het echte leven wat losser te voelen. Niet dat ik ineens dartel ben, maar er is meer lichtheid.”

Gebruik je medicijnen?

“Nee. In het verleden heb ik verschillende antidepressiva geslikt, maar ik wil niet meer. Door wat mijn papa is overkomen, ben ik achterdochtig geworden jegens medicamenten en therapeuten. Ze proberen vaak maar wat uit de losse pols, is mijn ervaring. Alleen als ik echt raar ga doen en een arts op wiens vakbekwaamheid ik vertrouw me precies kan uitleggen waarom het beter is als ik pil zus of zo slik, zal ik het wel doen.”

“Op dit moment leid ik een leven dat waardevol is voor mij, ik hou mezelf zonder medicatie onder controle. Volgens mij heb ik net een paar maanden een manie gehad en kan ik nu maanden op een depressie. Daarop moet ik me voorbereiden. Maar pas op hè, bipolariteit is nog niet officieel vastgesteld. Dit is mijn eigen diagnose.”

Is zo’n manische periode ook fijn?

“Ja, vind ik wel, misschien ook omdat het zich bij mij niet zo manifesteert dat ik plotseling een veel te dure auto koop of het eerste vliegtuig naar Kaapstad neem, terwijl ik ’s avonds moet spelen.”

Is het bij jou te vergelijken met een uitzonderlijk goed humeur?

“Een beetje heftiger. Ik heb periodes gehad dat ik veertien uur per dag sliep en dan nog moe was. Zo depressief. De laatste maanden kom ik toe met vijf, zes uur slaap, sta dan op en kan niet wachten om iets te ondernemen. Dus ja, dat zijn nogal grote verschillen.”

“Ik weeg nu te weinig. Dat ligt ook aan de manie, het schommelen in gewicht. Ik ben altijd een mager kind geweest, maar als er veel aan de hand is, verlies ik ook nog eens mijn eetlust, ook al houd ik erg van eten. Ik kom uit een slagersfamilie. Mijn grootvader was slager en de twee broers van mijn papa zetten zijn winkel nog altijd voort. Slagerij Devos in Moorsele. Ik ben opgegroeid met goed vlees, gebakken in veel roomboter. Hoe zegt

BED HABITS

CONTEMPORARY BEDROOM DESIGN



Bezoek onze showroom

OOSTELIJKE HANDELSKADE 639 AMSTERDAM WWW.BEDHABITS.NL

BEDDEN

NACHTKASTJES

KLEDINGKASTEN

SLAAPBANKEN

BEDTEXTIEL

en meer

mijn opa het ook alweer? *Geweun ne keer weg en weer.*”

Kort bakken?

“Ja, heen en weer, klaar. *Bleu*, of wat zeggen jullie hier? *Rare zeker.*”

Denk je dat het wachten op een depressie deze ook kan uitlokken?

“Ik weet het niet. Wel geloof ik dat veel psychische stoornissen een samenwerking zijn tussen een chemische situatie en ervaringen. Vroeger linkte ik mijn depressies altijd uitsluitend aan de ellende die we thuis meemaakten. Inmiddels ben ik ervan overtuigd dat ze ook een endogene kant hebben: wat het ook is wat ik heb; het komt ook uit mij.”

“Hopelijk kalmeert die wetenschap me als ik binnenkort wakker word met een andere bril op; een donkere in plaats van een roze, kan ik dat lijdzamer ondergaan omdat ik weet dat zo’n depressie ook weer wegtrekt. Meditatie helpt me daar enorm bij. Leren distantiëren van wat je voelt en denkt, het werkt beter dan gelijk welke pil. En een geregeld leven: goed slapen, gezond eten, veel naar buiten, sporten.”

En spelen?

“Dat ook. Ik heb al heel vaak gemerkt dat ik dik oké ben als ik speel. Dan kan ik het leven gewoon beter aan. Dat beseft ik laatst nog tijdens *Husbands and wives*, een komedie, wat we niet vaak doen bij TA. Godverdomme, dit is plezant, dacht ik. Als je elke avond doodgaat op het toneel zit je in een andere sfeer. Maar ook spelen in een drama van Shakespeare is een redding.”

Het is weer een paar minuten stil.

“Ik zie ineens iets van een verband met waar we het eerder over hadden,” vervolgt ze dan. “In stukken van Shakespeare zijn vrouwen een gebruiksvoorwerp ten dienste van alle mannen. Toch is het leuk en bevrijdend om Shakespeare te spelen. Weet je waarom? Omdat zijn vrouwelijke personages wel worden gezien, ongeacht tijd, plaats en de normen die daarbij hoorden. Dus: een vrouw mocht misschien niets zeggen, niet stemmen en uitsluitend een illustratie zijn van wat er met een man aan de hand was, dat neemt niet weg dat Shakespeare zag wat haar verdriet was. Vergelijk dat eens met hoe eendimensionaal mensen tegenwoordig nog altijd over een ander zeggen dat hij of zij depressief, angstig of gek is. Je zou ook kunnen zeggen: dat is iemand met een groot palet die veel voelt. Dat zou respectvoller zijn.”

“Het gaat uiteindelijk allemaal om evenwicht: man versus vrouw, het zicht-

bare versus het onzichtbare, ratio versus emotie. Als het ene overhelt, *not a good idea*. Als het andere overhelt, ook niet. Natuurlijk, je moet de kracht van een groot palet leren mennen, het moet jou niet consumeren, maar als je mij vraagt: zou je niet liever een gelukkig mens zijn met een normale chemische balans, zeg ik nee.”

Dan was je vermoedelijk ook geen acteur geworden.

“Nee, het zal niet voor niets zijn dat toneel het langste en meest constante is in mijn leven. Als ik speel, zie je niets aan me, in welke staat ik ook verkeer. Het is een redding aan twee kanten.”

Als je depressief bent zorgt toneel ervoor dat je je bed uitkomt, als manisch overhelt, zet het je aan tot slapen omdat je de volgende dag weer moet spelen?

“Zoiets ja. Mij is altijd aangepreerd dat acteurs spotlights en applaus nodig hebben omdat ze zo vreselijk ijdel zijn. Maar dan zat ik toch te denken: is dat nu waar? Ik zal niet beweren dat acteurs helemaal niet ijdel zijn, of dat ik helemaal niet ijdel ben, maar het gaat mij bij spelen toch vooral om contact, dat ik in het echt misschien moeilijk te maken vind.”

“Op het toneel is het normaal om elke avond op een hoog niveau van gevoeligheid te praten over de dood, de liefde, eenzaamheid, zelfverloochening; het hele scala aan emoties komt langs om je aan te laven. Daarom is het toneel een van de weinige plekken waar ik me echt verbonden voel. Ik heb er lang over gedaan om het zo te zien. Lang vond ik de minuten na het einde van het stuk verschrikkelijk. Applaus vond ik moeilijk. Als ik bloemen kreeg, gaf ik die zo snel mogelijk aan de kleedster – dat doe ik nog trouwens. Bui- gen vond ik ook altijd heel ingewikkeld.”

Dan sta je daar weer als jezelf.

“Ja, en dan voelde ik me kwetsbaar en ijdel. Maar iemand heeft me geleerd dat buigen geen gehengel is naar bevestiging. Je komt groeten. Je komt erkennen dat mensen een kaartje kochten en twee uur stilstaten om naar jou te kijken en te luisteren. Het is een saamhorig, magisch moment. Dus nu vind ik applaus geweldig. Ik begin ook altijd te huilen als ik de mensen zie staan en denk: u was hier voor mij. Ik was hier voor u. Samen leven wij. Dank u. Ik acteer uit liefde voor de mensheid, om het zacht zijn voor elkaar.” ●

Kings of war, Toneelgroep Amsterdam, tot en met 29 april in de Stadsschouwburg.

HÉLÈNE DEVOS

18 maart 1989, Roeselare

2002-2008

Gymnasium aan het Lyceum
OLV Vlaanderen, Kortrijk

2008-2012

Koninklijk Conservatorium,
Antwerpen

2010

Eerste stage bij Toneelgroep
Amsterdam. Debuteerde met
Nooit van elkaar

2011

Toetreding tot het vaste
TA-ensemble

2016

Hoofdrol in *Belgica*, speelfilm
van Felix van Groeningen,
waarvoor ze een Ensor-
nominatie (de belangrijkste
filmprijs van Vlaanderen) kreeg

Komend seizoen

Bij TA onder andere te zien in
The fountainhead

Devos woont in Amsterdam. Ze heeft een vriend in Antwerpen.

