

cally beaton

NAMASTÉ
MOTHER
F*CKERS



modern manifest
voor de menopauze:
cool blijven in
hete tijden

KOSM • S



Cally Beaton is comedian, keynotespreker, presentator bij awards-uitreikingen, executive, podcastmaker, schrijver en ondernemer. Ze bekleedde hoge managementposities bij een aantal van de grootste mediabedrijven van de wereld. Ze gaf al vroeg in haar carrière leiding aan een onafhankelijk tv-productiebedrijfje dat werd opgekocht door ITV. Ze was het jongste en het enige vrouwelijke lid van de raad van bestuur. Ze vertrok en richtte de succesvolle creatieve consultancy Road Trip Media op. Later was ze tien jaar Senior Vice President van de Amerikaanse studiogigant ViacomCBS. Als je iemand de schuld wilt geven van *South Park* en *SpongeBob SquarePants*, ben je bij haar aan het juiste adres.

In 2021 startte ze haar succesvolle podcast *Namaste Motherf*ckers*, waarin ze sterren ontving als Miriam Margolyes, Sir Grayson Perry, Sally Phillips, Deborah Meaden, Kirsty Wark, Omid Djalili, Susie Dent, Esther Rantzen en de eerwaarde Richard Coles.

Haar populaire Instagramreels zijn inmiddels meer dan honderd miljoen keer bekeken.

*Namasté Motherf*ckers* is haar eerste boek.

Inhoud

Inleiding 13

Deel een **DENK EROVER NA**

1. ONZICHTBAAR? AMMEHOELA!
Verwerping van stereotyperingen van vrouwen
van middelbare leeftijd 23
2. DE (WEL HEEL) VREEMDE EEND IN DE BIJT
Opvallen en erbij horen 55
3. OVERLEEF DE VERANDERING
Zorg dat je stem wordt gehoord 83
4. DIT GAAT OOK WEL WEER OVER
Omarm je complexe emoties 109
5. LESSEN VAN EEN AUTISTISCHE DIERENOPPASSER
Wees meer bonobo 137

Deel twee **DOE HET**

6. JEZELF OPNIEUW UITVINDEN
Leeftijd = macht 159
7. ZEG JA! MAAR ZEG OOK NEE!
Goede beslissingen nemen 189
8. PERFECTIONISME
Je leert meer van een slechte show dan van een goede 217

Deel drie
NU WORDT HET PERSOONLIJK

9. GLOW THE FUCK UP
Ouder, dapperder en mooier worden 249

10. SLOTWOORD VAN HET MANIFEST
Een leeg nest en dan verder 271

Dankwoord 300

Noten 303

Register 306

Opmerking van de schrijver over taalgebruik

Toen ik werd geboren, was de wereld binair. Je was man of vrouw en je geaardheid was hetero of homo; liefst hetero en vooral niet queer. De vrouwen van mijn generatie werden gestimuleerd om te gaan studeren, maar vooral om een geschikte echtgenoot te vinden (ik heb er een diploma met goede cijfers aan overgehouden, maar nog altijd geen echtgenoot). Gelukkig heeft de wereld zich de afgelopen vijftig jaar ontwikkeld. Ik identificeer me als een cisvrouw en dit boek is de uitkomst van mijn ervaringen in die hoedanigheid. Ik hoop dat je in dit boek het een en ander zult aantreffen waarmee je je kunt identificeren. Hoe je je ook identificeert.

Inleiding

Ik wil even duidelijk stellen dat dit boek geen luxeartikel is. Dit boek gaat niet over succes, bevrijding of vaginale geurkaarsen, maar over transformatie en nieuwe kansen; het is een combinatie van menselijke lifehacks en levenswijsheden uit de natuur. Ik ben ervan overtuigd dat transformatie – jezelf opnieuw uitvinden – voor veel mensen in de eenentwintigste eeuw een essentieel en terugkerend thema is en dat die transformatie met het verstrijken der jaren niet noodzakelijkerwijs te maken hoeft te hebben met downsizing. Het kan er juist op neerkomen dat je alles wat je in je leven hebt gedaan meeneemt en het nog grootser en onverschrokkenner aanpakt om ervoor te zorgen dat het volgende wat je gaat doen het beste wordt wat je ooit hebt gedaan.

Ik wist al heel lang dat dit boek er moest komen en dat ik het moest schrijven. Het begon als een smeulend stukje as in mijn niet meer zo vruchtbare ingewanden en groeide uit tot een niet te negeren vuur in mijn hart en mijn ziel. Maar waar moest ik beginnen?

En toen gebeurde er iets. Ik werd voor de allereerste keer in mijn leven gehost. Op mijn vijfenvijftigste. Hij was drieënzestig (en is dat vermoedelijk nog steeds; hij zal wel niet echt een geest zijn geworden). Ik voelde me heel even heel modern, alsof ik een millennial of een gen Z'er was die bij het daten een blauwtje heeft gelopen. Ik was al eerder voor de gek en/of aan het lijntje gehouden, nu was ik dus gehost. We hadden de avond ervoor nog samen in het theater gezeten. We hadden handjes vastgehouden en gelachen en in elkaars oor gefluisterd terwijl we naar *Crazy for You* – de ironie ontgaat me niet – keken. Na afloop hadden we gezoend. We hadden gearmd over Waterloo Bridge gelopen. Het leek wel een film-scène. De volgende ochtend was hij weg. Poef! Ik stond versteld en was gekwetst. Met het verstrijken van de dagen ging ik me kwetsbaar voelen, alsof het fundament onder me was weggeslagen. Zonder sociale media zou ik waarschijnlijk ziekenhuizen zijn gaan bel-

len. Maar ik zag op Twitter (ik vertik het om X te zeggen; ik mis dat kleine vogeltje) dat hij nonchalant berichten plaatste over cricket en dat soort zaken; geen onderwerpen waarover je enthousiast wordt als je op je sterfbed ligt.

Ik kon er niet omheen: het was de nieuwste versie van iets waarmee ik al jarenlang worstel: onzichtbaarheid. Hij was in een oogwenk verdwenen, alsof ik hem had gedroomd en daarmee mezelf had uitgegumd. Uit het hart en uit het oog. Ik was van de ene op de andere dag over datum. Ik had niet eens afscheid van hem kunnen nemen. Ik was in tientallen jaren daten sinds de vader van mijn destijds jonge kinderen en ik uit elkaar waren gegaan nog nooit geghost, dus het viel me rauw op mijn dak. Ik was onzichtbaar geworden voor hem. Het wierp een nieuw licht op een pijnlijk gevoel dat ik weleens ervoer: dat ik onzichtbaar en irrelevant was voor de grote buitenwereld, en zelfs voor mezelf.

Op dagen waarop ik *'I am woman, hear me roar'* door mijn lichaam voel jakkeren, ben ik een groot voorstander van onzichtbaarheid, maar dan wel op de voorwaarden van vrouwen en ten gunste van vrouwen. Ach, konden vrouwen van middelbare leeftijd – of welke vrouwen dan ook – maar kracht tanken door Helen Reddy's feministische lijflied eindeloos op repeat te zetten. Al is Helen zelf inmiddels ruim over de tachtig en schijnt ze nog volop te *roaren*, wat haar van harte gegund is. Maar de harde werkelijkheid is dat de middenperiode van het leven van veel vrouwen geen pretje is. Vrouwen plegen het vaakst zelfmoord als ze net over de vijftig zijn, een oestrogeenarme tegenhanger van de hartverscheurende geestelijke-gezondheidsepidemie onder mannelijke twintigers.

Nadat er decennia- of zelfs eeuwenlang veel te weinig is gesproken over de menopauze, kun je tegenwoordig je kont niet keren zonder tegen een boek, podcast of artikel over het onderwerp aan te lopen. Al die aandacht doet voor hormoonbewustzijn wat karamel-zeezout deed voor toetjes.

De menopauze overkomt meer dan 50 proces van de bevolking. Als het de iets minder dan 50 procent was – je weet wel: kerels, *captains of industry*, steunpilaren van de maatschappij, voerders van oorlogen – zou er inmiddels al veel meer zijn gedaan om te helpen.

Na een recent optreden – ik had de nodige grappen gemaakt over de menopauze; menomoppen, zal ik maar zeggen – kwam iemand uit het publiek met me praten. We hadden een hartstikke leuk gesprek, maar toen kwam het hoge woord eruit... hij wilde toch even vragen, niet dat hij bezwaren had tegen vrouwelijke comedians die spraken over menstruatie of de menopauze of seks of wat dan ook, of tegen vrouwelijke comedians in het algemeen, maar hoe dacht ik dat zijn moeder en grootmoeder met de menopauze waren omgegaan zonder er de godganse tijd over te spreken? Nadat ik even had overwogen om een oestrogeenpleister over zijn nog geopende mond te plakken (maar dat vond ik zonde, want die dingen zijn moeilijk te krijgen), legde ik uit dat we in het verleden met wel meer dingen waren ‘omgegaan’, zoals tandheelkundige ingrepen zonder verdoving, passief roken in openbare ruimtes, en dodelijke auto-ongelukken omdat we geen veiligheidsgordels hadden. En wist hij wel zeker dat ze er goed mee waren ‘omgegaan’? Hordes vrouwen werden immers opgesloten in tehuizen en behandeld met valium en hysterectomieën terwijl een hormoonbehandeling wonderen had kunnen verrichten. En dan nog iets: als generaties lang bij mannen hun leuter was verwijderd vanwege angststoornissen, depressies en hun onvermogen om hun lichaamstemperatuur te reguleren, dan zouden we het toch zeker een prima idee vinden als die kwestie eindelijk openlijk werd besproken? Ja toch zeker? En trouwens, zullen we even iets gaan drinken?

Nee, ik snap ook niet dat ik single ben.

Ik werd vorige maand uitgenodigd om in de praktijk van mijn huisarts deel te nemen aan een workshop over wat ik mocht verwachten van de perimenopauze. Het is fantastisch dat ze zoiets aanbieden, maar ik vond ook een beetje dat ze misschien... hoe zeg je dat... tien jaar te laat waren? Misschien denken ze dat ik de Benjamin Button van de vrouwelijke hormonen ben en dat ik tegen de tijd dat ik zestig word rijp ben voor een zwangerschapscursus. Ik voorzie als het zo doorgaat heupoperaties voor mensen die al dood zijn. Ik denk niet dat er ook maar één vrouw van middelbare leeftijd is die dit boek leest en die nog nooit van haar huisarts een verkeerde diagnose heeft gekregen, nooit door haar huisarts verkeerd

is begrepen of wier klachten nooit zijn weggewuifd op manieren die mannen nooit overkomen. (Helaas maken de meeste jongere vrouwen die dingen ook mee.) Het is je reinste medische misogynie, een onderwerp waarop we later zullen terugkomen.

We denken of hopen misschien dat gelijkheid niet lang meer op zich zal laten wachten, maar dan verschijnt er een boek als *Invisible Women* van Caroline Criado-Perez, dat er geen enkele twijfel over laat bestaan dat we leven in een mannenwereld, al was het maar omdat de wereld grotendeels is gebouwd door mannen – mannen die onvoldoende of zelfs helemaal geen rekening hielden met gendersverschillen. Smartphones zijn te zwaar voor ons, gebouwen zijn te koud voor ons. Toen ik nog weleens ging skydive, waren de parachutes te groot voor ons. Dat is vast nog altijd zo. Auto's worden nog altijd ontworpen rond het lichaam van de Gemiddelde Man; dat betekent dat mannen weliswaar meer ongelukken veroorzaken, maar dat vrouwen meer kans hebben om ernstig gewond te raken. Ik zou willen dat er een pak was dat was ontworpen op basis van het lichaam van de Gemiddelde Vrouw van Middelbare Leef-tijd, zodat mannen konden ervaren hoe het is om ons te zijn. Want zoals Billy Connolly zei: 'Voordat je over iemand oordeelt, zou je eens een kilometer in zijn schoenen moeten lopen. Daarna maakt het niet veel meer uit, want je bent een kilometer bij diegene uit de buurt, en je hebt zijn schoenen.' Vrouwen van middelbare leeftijd van alle soorten en maten zouden maar wat graag hun schoenen weggeven als er in ruil daarvoor stappen werden gezet in de richting van de bevestiging van hun behoeften op het werk, thuis en in de hele wereld.

Ik ben geboren in de jaren zestig, dus het was onvermijdelijk dat ik vroeg of laat hard tegen onzichtbaarheid aan zou lopen (kun je wel aanlopen tegen iets wat er letterlijk niet is? Ik ben niet zo'n bè-ta) en het feit dat je niet kunt kiezen wanneer je wel en niet onzichtbaar bent. Een van mijn vroegste jeugdherinneringen is dat ik me toen ik twee was verstopte achter de bank en dacht dat mijn broer me niet kon zien. Maar mijn broer, tweeëntwintig maanden ouder dan ik, zag me wel degelijk. Mijn gezicht ging schuil achter de bank, maar andere lichaamsdelen staken uit. Hij was bijna vier en

wist meer dan ik over zo ongeveer alles. Hij wist ook dat ik beroerd was in verstoppertje spelen. (Later die dag speelden we een spelletje waarbij hij me in een kruiwagen van een steile helling duwde. Ik knalde met mijn hoofd tegen een muur. Later poepte een van onze geiten op de keukenvloer. Ik zeg je: het was een feest om een kind te zijn in de jaren zeventig. En om te worden geduwd door mannen.)

Ik begreep pas tientallen jaren later dat onzichtbaarheid tijdens een groot deel van mijn leven een bepalende rol heeft gespeeld. (De rol van kruiwagens en kakkende geiten was kleiner.) Mijn broer is trouwens natuurkundige geworden. Hij is vast wel bereid om me te mansplainen hoe dat precies zit met tegen onzichtbaarheid aanlopen, maar ik heb het warm en ik ben moe en het kan me eerlijk gezegd geen ruk schelen.

Maar weet je? Het leven van vrouwen van middelbare leeftijd bestaat uit talloze tegenstellingen. Onzichtbaarheid heeft allerlei nadelen, maar het is ook een superkracht die niet onderdoet voor teleportatie en kunnen vliegen. De soloshow die ik maakte in het jaar waarin ik vijftig werd, heette *Invisible*. Die titel was geïnspireerd door het feit dat de uitspraak van de Franse schrijver Yann Moix (die destijds vijftig was) dat vrouwen ouder dan 49 onzichtbaar waren viraal was gegaan. Niemand vindt het leuk om te worden w, en niemand wil dat haar verhaal wordt geschreven door anderen. En dus schreef ik mijn eigen verhaal. Het gevolg was dat ik zichtbaarder werd dan ooit. Het maakte niet uit of het een hit was of een flop. Het was mijn show, die ik in mijn woorden uitvoerde voor mijn publiek.

En toch is de middelbare leeftijd geen fase van compromissen en gelatenheid, maar een periode om in je kracht te komen en je ambities na te streven. Dat is de reden waarom ik dit boek móést schrijven. En waarom jij het móét lezen! Oké, je leest het al. Ik zal me inhouden.

Wat je gaat lezen, is bevrijdend, maar ook praktisch. Het is mijn verhaal: hoe ik mezelf op middelbare leeftijd geheel onverwacht opnieuw uitvond, wat eraan voorafging en wat er daarna gebeurde. Het verzet zich op alle mogelijke manieren tegen het oeroude nar-

ratief dat vrouwen onzichtbaar worden zodra ze ophouden vruchtbaar te zijn. Ik kan je geruststellen: het is geen zelfingenomen verhaal over emancipatie waarin ik voorstel dat je meer moet zijn zoals ik. Ik ben niet zo'n ik-heb-met-één-been-de-Mount-Everest-bekloppen-zonder-mijn-driedelige-pak-uit-te-trekken-type. Mijn zelfhulp komt meer uit de ik-heb-geen-flauw-idee-wat-ik-aan-het-doen-ben-maar-als-ik-het-kan-dan-kun-jij-het-ook-school. Maak je geen zorgen, het komt wel goed met je. In elk geval ongeveer zo goed als we allen mogen verwachten.

Dit boek verzet zich ook tegen de onzinnige gedachte dat vrouwen van middelbare leeftijd qua uiterlijk en in hun carrière en relaties in het beste geval op hetzelfde niveau kunnen blijven en in het slechtste geval achteruit kelderen. Ik weet niet of dit het juiste moment is voor een citaat van een oude (dode) witte kerel, maar in de woorden van Frank Sinatra: *'The best is yet to come.'* Het beste moet nog komen. Om enig tegenwicht te bieden gaf mijn dochter me als verjaardagscadeau een T-shirt met in koeienletters: MIJN GEWICHT IS NIET HET INTERESSANTSTE AAN MIJ. Wat een briljante feministische tekst voor op een kledingstuk! Ik zou het best vaker willen dragen, maar het kleedt niet bepaald af.

Ik heb dit boek deels geschreven als memoires, maar vooral als een manifest om stereotyperingen te ontcrachten. Het gaat over mijn ervaringen in de boardroom, en later op de Bühne, en al die tijd was ik een alleenstaande ouder. Het verhaal bevat wel degelijk pareltjes van wijsheid, waarvan de meest wijze afkomstig zijn van mijn autistische zoon, die dierenverzorger is en me al twintig jaar lang verstoeld laat staan door staaltjes feminisme in de dierenwereld. Hij heeft me zo ongeveer alles geleerd wat ik moet weten, behalve hoe ik een alleenstaande ouder moet zijn in een leeg nest nu hij en zijn zusje zijn uitgevlogen.

We beginnen in de boardroom. Ik heb meer dan twintig jaar lang hoge managementposities bekleed bij wereldberoemde mediabedrijven, waar ik deel uitmaakte van door mannen gedomineerde groepen, alsof ik Sigourney Weaver in *Gorillas in the Mist* was (maar met meer mannen, en ze waren minder knap), dus ik heb wel de nodige verhalen te vertellen. Ik leefde in een mannenbolwerk. Wit-

te mannen. Vastgelopen mannen. Maar gelukkig ruilde ik die wereld in voor het stand-upwereldje, waar de genderverhouding... eigenlijk precies hetzelfde is.

Voordat ik afstand nam van mijn hofhouding en zelf hofnar werd en de businessclass van vliegtuigen inruilde voor de achterste rijen van bussen – mijn jaren in de boardroom dus – had ik een bijbaantje: coaching, trainingen en lezingen. Wat mensen willen van coaching of een motiverend praatje, is a) een vrijbrief om even niet te doen alsof alles oké is, b) de verzekering ‘dat het niet aan mij ligt’ en c) woorden en gedachten die ze kunnen omzetten in betekenisvolle daden. (Bij comedy kun je a en b laten staan en moet je c vervangen door ‘effe lekker lachen’). Ik ga mijn favoriete wijze lessen gratis met je delen (nou ja, voor de prijs van dit boek). Je hoeft er alleen iets mee te doen als je dat wilt. Maar je vindt ze hier als je er behoefte aan hebt. Het leven is al moeilijk genoeg. En ik kan je beloven dat ze werken.

En dan ga ik ook nog lessen uit de dierenwereld met je delen. Mensen breken zich het hoofd over het glazen plafond en hoe we meer vrouwen in leiderschaps- en machtsposities kunnen krijgen. Maar kunnen we misschien oplossingen vinden in de natuur? Het antwoord is ja. Mijn zoon heeft me laten kennismaken met de sterkste vrouwen van de wereld; soms was die kennismaking zelfs fysiek, ondanks mijn protesten. Dankzij hem weet ik dat de dierenwereld allerlei vrouwtjes bevat die alle stereotyperingen over gender aan hun laars lappen. Zet je maar schrap voor verhalen over allerlei dieren, van orka’s tot bonobo’s. Geloof me: Germaine Greer steekt er bleekjes bij af.

En om het helemaal af te maken is er ook nog weelderige heerlijkheid in de vorm van exclusieve pareltjes uit mijn gesprekken met beroemdheden, experts en andere inspirerende mensen in de ongeveer tweehonderd afleveringen van mijn podcast *Namaste Motherf*ckers*. Elke aflevering (maar dat weet je al als je al een fan bent) eindigt met drie vragen:

1. Wat is je favoriete namasté-motherf*ckers-levensveranderende moment?

2. Wat is je favoriete grap?
3. Welk stukje levensadvies wil je meegeven aan de luisteraars?

Ik heb de beste antwoorden uitgekozen om met je te delen, en ik heb ook nog interviews afgenomen speciaal voor dit boek.

Er valt wat te lachen, misschien zul je zo nu en dan huilen (en in hoofdstuk 4 zul je zien dat dat een goede zaak is). Je zult je als onderdeel van een collectief van vrouwen met soortgelijke ervaringen lichter voelen (in emotionele zin, niet fysiek. We doen hier niet aan strandlichamen, tenzij je strandlichaam toevallig het lichaam is dat je nu hebt, terwijl je dit leest).

Ik hoop dat dit boek, met tips en trucs en wijze lessen in elk hoofdstuk, je lang zal bijblijven. Zie het als de handleiding die je kan helpen om jezelf niet voor de voeten te lopen.

De gedachte achter *Namasté Motherf*ckers* is dat we onze authenticiteit zelve met alle tekortkomingen aan de wereld tonen, dat we zelf de vertellers zijn van onze ongepolijste verhalen. Als je je afvraagt of dit boek voor jou bestemd is, dan zou ik zeggen dat het op zijn minst een zekere relevantie heeft, tenzij je een man bent en in een afgelegen joert woont zonder moeder, dochter, zus of vrouwelijke vriend, partner of buur. Laten we samen de vrouwen van onze soort in het zonnetje zetten en onze onzichtbaarheid afwerpen.

deel een



**DENK
EROVER
NA**

1

ONZICHTBAAR? AMMEHOELA!

VERWERPING VAN STEREOTYPERINGEN VAN VROUWEN VAN MIDDELBARE LEEFTIJD

‘Als je gisteren bent gevallen, moet je vandaag opstaan.’

H.G. Wells



onzichtbaarheid

/ɔnˌzɪxtˌbaːrɦeɪt/

zelfstandig naamwoord

1. De toestand van niet gezien kunnen worden, hetzij als blijvende eigenschap, hetzij door omstandigheden
‘de stukjes goud in het zand waren zo klein dat je kon spreken van onzichtbaarheid’
2. De toestand waarin iemand wordt genegeerd, niet wordt opgemerkt of er geen rekening met hem of haar wordt gehouden

Als de vrouwtjes van bepaalde soorten libellen geen zin hebben in seks, wenden ze een plotselinge dood voor. Geen hoofdpijn, maar de dood. Ik zeg het je: onzichtbaarheid is een superkracht.

Feiten uit fictie

Ik ben een vrouw van middelbare leeftijd die haar onzichtbaarheid gebruikt als een superkracht. Maar het is ook kut. Gekmakend kut. Dit hoofdstuk – en ook een groot deel van de rest van dit boek – gaat over overeind blijven en opvallen, ook als je veel liever zou willen gaan liggen.

Voordat we verder gaan, zijn hier een paar feitjes over onzichtbaarheid.

Onzichtbaarheid is geen nieuw fenomeen. De literatuur maakt er al gebruik van sinds Plato's *De republiek*, en het komt voor in onder meer Shakespeares *The Tempest*, Tolkiens *Lord of the Rings* en de Harry Potter-reeks, om nog maar te zwijgen van eindeloos veel strips en films.

Onzichtbaarheid heeft ons geholpen culturen op te bouwen en oorlogen te voeren. Ik ontdekte tijdens mijn research voor dit boek dat Britse geheim agenten in de Eerste Wereldoorlog sperma gebruikten als onzichtbare inkt. Dat deden ze op advies van Mansfield Smith-Cumming, de baas van MI6, die het motto 'elke man zijn eigen vulpen' hanteerde. Tjonge!

Om even de mond te spoelen: ik ontdekte ook dat de Spitfire-gevechtsvliegtuigen tijdens de Tweede Wereldoorlog roze werden geschilderd, zodat ze niet te fel afstaken tegen de wolken bij zonsopkomst en zonsondergang. Camouflage dus. Ik vind dat die twee laatste feitjes elkaar op het gebied van goede smaak en fatsoen keurig compenseren.

Het woord 'camouflage' raakte in zwang in 1917. Het komt van het Italiaanse werkwoord *camuffare*, 'zich verkleeden voor een ge-

maskerd bal'. Mensen en andere dieren deden dat natuurlijk al lang voor 1917, niet alleen voor feesten, maar vooral als overlevingsstrategie.

Onzichtbaarheid is de ultieme vorm van camouflage. Dieren wringen zich in allerlei bochten om niet te worden gezien. Ik vroeg mijn zoon om voorbeelden van undercover dieren. Hij vertelde me over de Indiase grassprinkhaan (ziet eruit als een gras-prietje), de bladvlinder (ziet eruit als een boomblad) en de Vietnamese moskikker (je voelt 'm al aankomen). Toen vertelde hij over een andere kikker, de glaskikker, die voor zijn camouflage gebruikmaakt van transparantie. Dat doet hij door rode bloedcellen tijdelijk uit de bloedsomloop te verwijderen en op te slaan in zijn lever. Ik vind dat een indrukwekkende prestatie voor een diertje dat slechts enkele centimeters lang is. Ik ben 1,67 meter en er zijn dagen dat ik niet veel verder kom dan een andere broek aantrekken.

En nog een paar leuke weetjes over onzichtbaarheid: Een van de regels bij het wereldkampioenschap luchtgitaar spelen (ja, dat bestaat) is dat de gitaar onzichtbaar moet zijn (geen onredelijke eis, vind ik); en er bestaat geen chemisch stofje dat je plas zichtbaar maakt in zwembaden. Pis er dus maar lustig op los (dat is überhaupt een prima levensmotto als je van middelbare leeftijd bent).

Van boardroom naar Bühne

Onzichtbaarheid opmerken is alsof je probeert een wolk te vangen. Het is moeilijk om iets op te merken wat er niet is. Het is als pijn: als het verdwijnt, merk je het vaak pas dagen later. Ik geloof dat ik nooit had beseft hoe onzichtbaar ik was geworden – zelfs voor mezelf – totdat een aantal onverwachte gebeurtenissen me plotseling heel zichtbaar maakte.

Tegenwoordig verdien ik mijn geld met schrijven en spreken. Ik ben gestopt met mijn baan in de boardroom om van mijn schnabel mijn hoofdbaan te maken. Dat was een radicale koerswijziging

op middelbare leeftijd die tot nu toe heel aardig lijkt uit te pakken, al staan er tegenover elke zonovergoten triomf talloze beschaduwde teleurstellingen.

Ik was tot 2018 senior vicepresident bij ViacomCBS, een van de grootste Amerikaanse studio's. Sexy, hè? Ja en nee. Ik mocht voorin zitten in vliegtuigen, dronk champagne op jachten en hing rond met mensen van de A-lijst. Het slechte nieuws was dat ik daar zat om de hand op de knip te houden. Ik was verantwoordelijk voor miljoenen dollars aan inkomsten en runde een afdeling die klinkklare munt moest slaan uit films en tv-programma's. Ik heb de wereld – niet in mijn eentje natuurlijk – *South Park* en *SpongeBob SquarePants* gegeven. Ik woonde creatieve bijeenkomsten bij van alle brands van Viacom, zoals Comedy Central. Ik was de saaie zakenvrouw, die de programma's te gelde moest maken en wereldwijde hits moest produceren. Zoals het een internationale executive uit het televisiewereldje betaamt, ging ik twee keer per jaar naar Cannes. Niet voor het filmfestival, maar voor de tv-festivals MIP* en MIP-COM** (die afkortingen zuigen elk laatste beetje glamour eruit). Soms was ik in het gezelschap van mensen die betrokken waren bij onze programma's, zoals Kevin Hart, Amy Poehler, Ben Stiller en Stephen Colbert. En Joan Rivers, die mijn leven veranderde.

Doordat ik in de jaren zeventig Joan Rivers zag optreden in *The Carol Burnett Show* had ik geleerd dat vrouwen a) grappig konden zijn en b) hun eigen programma's konden hebben. Joan was een icoon en een van mijn heldinnen. Het was een voorrecht om haar een beetje te leren kennen voor haar dood (ik geef toe dat het raar zou zijn geweest om daarna kennis met haar te maken). Toen we op een avond zaten te eten, vertelde ze me twee dingen.

Toen ze hoorde dat ik me net als haar dochter Melissa in de wereld van online dating begaf, zei ze: 'Een goeie vent vinden is een wonder. Dus vergeet nooit: je kunt ook zonder.'

Toen we het later hadden over een groep mannelijke tv-bonzen die eerder die avond vanuit het publiek dingen naar me hadden ge-

* Marché International des Programmes.

** Marché International des Programmes de Communication.

roepen toen ik Joan introduceerde, zei ze: 'Je zou eens stand-up moeten proberen.'

Waarop ik antwoordde: 'Ik ben vijfenveertig en de alleenstaande moeder van twee kinderen, waarvan een met een rugzakje. Ik heb een loodzware baan. Het is te laat. Dat is een gepasseerd station.'

Ze keek me streng aan en zei: 'Ik ben eenentachtig. Op een dag zul je terugkijken, en dan besef je dat je er middenin zat, en je zult zeggen: "Waarom heb ik het niet gedaan?"'

Joan overleed twee weken later. Weer twee weken later deed ik mijn eerste stand-upoptreden. En drie jaar daarna nam ik ontslag bij de studio om fulltime komiek, schrijver, presentator en schrijver te worden. Ja, je leest het goed: ik gaf een baan in de boardroom met een vast inkomen en aandelenopties op om comedian te worden en op te treden, en dat deed ik vlak voordat alle zalen hun deuren moesten sluiten vanwege de wereldwijde pandemie. Voor zakelijke adviezen ben je bij mij niet aan het goede adres.

Overigens: ik ben niet van plan om te koketteren met de beroemde mensen die ik ken. Niet omdat ik bescheiden ben, maar omdat ik nooit goed weet wie mensen zijn. Ik ben de slechtste *namedropper* ooit. Ik zat eens tijdens een vlucht van Cannes naar Londen naast een man van middelbare leeftijd met keurige, saaie papakleren: een papatrui, een papabroek en papaschoenen. We raakten aan de praat en hij bleek acteur te zijn. Ik vroeg of ik hem ergens uit kon kennen. Hij leek te aarzelen, dus ik zei: 'O, zo'n acteur. Maar wat doe je dan echt voor de kost?'

Nadat we waren geland op Heathrow, kwamen een paar collega's die ook in het vliegtuig hadden gezeten me vragen hoe hij was.

'Wie?' vroeg ik.

'John Hamm,' zeiden ze.

Ik had *Mad Men* nooit gezien. Maar toen ik die avond thuis kwam, ben ik de serie gaan bingen. Zucht.

Ik had ook eens een afspraak in een bar met de schrijfster Kathy Lette. Ik herkende haar toen ze aankwam. Ze had iemand meegenomen en vroeg of het oké was als haar vriendin Carly met ons zou mee-eten. Ze was net gearriveerd uit Australië en ze had een jetlag en honger. We hebben gezellig zitten babbelen, Carly en ik. Ze

vroeg hoe ik het vond om op te treden en of ik last had van plankenkoorts. Ik vertelde haar dat het nooit te laat is om ervoor te gaan en jezelf te laten zien en horen. We hadden ons hoofdgerecht al op toen het tot me doordrong dat ze niet Carly heette, maar Kylie. Ik had zonder het te weten gedineerd met Kylie Minogue. Ik had haar zelfs tips gegeven over wat je moet doen op een podium. Ik moet erbij zeggen dat ze geen make-up of hotpants droeg. Iedereen had die vergissing kunnen maken. En ik ben nu eenmaal een sufkut. En dan durf ik nog te klagen dat ik onzichtbaar ben, terwijl de beroemdste mensen van de wereld onzichtbaar zijn voor mij!

Maar nu terug naar mijn namasté-motherf*ckers-alles-veranderende besluit om een carrièreswitch te maken. Was dat dapper? Nee, dapper was het zeker niet. Ik ben niet iemand zonder angsten en tekortkomingen (hooguit iemand zonder een bekkenbodem). Naar schatting één op de tien vrouwen neemt ontslag tijdens de menopauze. Ik was een van die vrouwen, alleen ziet het er bij mij uit als een carpe-diem-stap van ninjaniveau. Je zou kunnen zeggen dat ik daadwerkelijk de dag plukte. Maar dat deed ik alleen omdat er een ellenlange, pikdonkere nacht aan vooraf was gegaan.

Want stel je even voor. Zevenenveertig jaar. Een stralende carrière waarin ik werkte voor een van de beste en beroemdste mediabedrijven ter wereld. De trotse alleenstaande moeder van een zestienjarige op de middelbare school en een negentienjarige die eindexamen deed. Terugkijkend kan ik niet goed bepalen op welk moment de trein volledig ontspoorde. Maar met het mes op de keel zou ik zeggen dat het een langzaam treinongeluk was dat zich voltrok in de loop van wel vijftien jaar.

De vader van mijn kinderen en ik zijn twintig jaar geleden uit elkaar gegaan. We plukken sindsdien de vruchten van co-ouderschap dat zo goed functioneert dat ik het bijna gênant vind tegenover mensen die het minder goed hebben getroffen. Hij is een goed mens. Ik houd ook van zijn vriendin en ik houd van hun zoon alsof hij mijn eigen vlees en bloed is. Gelukkig maar, want hij is de broer van mijn eigen vlees en bloed. Mijn twee kinderen hebben altijd bij me gewoond. Ons huishouden wordt bemand/-vrouwd door de drie Beaton-musketiers.

'Ze heeft het punkrandje van Debbie Harry, het haar van Pippi Langkous en kan vertellen als de Ierse comédienne Aisling Bea. Wil ik een Cally Beaton-rebrand? Hell yeah.'

SALLY PHILLIPS, ACTRICE, SHARON 'SHAZZA' IN *BRIDGET JONES*



*Namasté Motherf*ckers* is een humoristisch, aanstekelijk en praktisch boek waarin **Cally Beaton** (1969) met een flinke dosis zelfspot vertelt hoe ze haar leven richting midlife radicaal omgooide – van serieuze boardroommeetings naar het podium als stand-upcomedian. En dat allemaal dankzij een toevallig gesprek met de legendarische comédienne Joan Rivers, die haar een duwtje in de juiste richting gaf.

Met hilarische anekdotes uit haar carrière en levenslessen van de beroemdheden en experts die in haar populaire podcast langskwamen, rekent Cally af met de achterhaalde ideeën dat vrouwen niet grappig zouden zijn en na hun vruchtbare jaren onzichtbaar worden.

Cally biedt een frisse, grappige en inspirerende kijk op wat het betekent om als vrouw in de tweede helft risico's te durven nemen, jezelf zichtbaar te maken én te durven falen.

**KOS
MOS**

NUR 770

Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen



9 789043 939959

www.kosmosuitgevers.nl