



Trije miljoen fuotstappen nei Sicylje

(Drie miljoen voetstappen)

Monolooch

troch

NHUNG DAM en KOOS TERPSTRA

Fryske oersetting troch

ANNEKE BURG

TONEELUITGEVERIJ VINK B.V.

Tel: 072 - 5 11 24 07

E-mail: info@toneeluitgeverijvink.nl

Website: www.toneeluitgeverijvink.nl

VOORWAARDEN

Alle amateurverenigingen die het stuk: **TRIJE MILJOEN FUOTSTAPPEN NEI SICYLJE – DRIE MILJOEN VOETSTAPPEN** gaan opvoeren, dienen in alle programmaboekjes, posters, advertenties en eventuele andere publicaties de volledige naam van de oorspronkelijke auteur: **NHUNG DAM en KOOS TERPSTRA en vertaler: ANNEKE BURG** te vermelden.

De naam van de auteur moet verschijnen op een aparte regel, waar geen andere naam wordt genoemd.

Direct daarop volgend de titel van het stuk.

De naam van de auteur mag niet minder groot zijn dan 50% van de lettergrootte van de titel.

U dient tevens te vermelden dat u deze opvoering mag geven met speciale toestemming van het I.B.V.A. Holland bv te Alkmaar.

Copyright: © 2022 Anco Entertainment bv - Toneeluitgeverij Vink bv

Internet: www.toneeluitgeverijvink.nl

E-mail: info@toneeluitgeverijvink.nl

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, verfilming, video opname, internet vertoning (YouTube e.d.) of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van I.B.V.A. HOLLAND bv te Alkmaar, welk bureau in deze namens de Uitgever optreedt.

Het is niet toegestaan de tekst te wijzigen en/of te bewerken zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van I.B.V.A. HOLLAND bv te Alkmaar, welk bureau in deze namens de Uitgever optreedt.

Vergunning tot opvoering van dit toneelwerk moet worden aangevraagd bij het Auteursrechtenbureau **I.B.V.A. HOLLAND bv**

Postbus 363

1800 AJ Alkmaar

Telefoon 072 - 5112135

Website: www.ibva.nl

Email: info@ibva.nl

ING bank: 81356 – IBAN: NL08INGB0000081356 BIC: INGBNL2A

Geen enkele andere instantie dan het IBVA heeft de bevoegdheid genoemde rechten van u te claimen, of te innen.

Auteursrechten betekenen het honorarium (loon!) voor de auteur van wiens werk door u gebruik wordt gemaakt!

Auteursrechten moeten betaald worden voor elke voorstelling, dus ook voor try-outs, voorstellingen in/voor zorginstellingen, scholen e.d.

Vergunning tot opvoering:

1. Aankoop van minimaal **1** tekstboekjes bij de uitgever.
2. U vult het aanvraagformulier in op www.ibva.nl of u zendt de aanvraagkaart (tevens bewijs van aankoop), met uw gegevens, naar I.B.V.A. Holland. Uw aanvraag dient tenminste **drie weken voor de eerste opvoering** in bezit te zijn van I.B.V.A. Holland.
3. U krijgt daarop de nota toegestuurd. Na betaling wordt u de vereiste vergunning toegestuurd.

Vergunning tot HER-opvoering(en):

1. U vult het aanvraagformulier in op www.ibva.nl of u zendt de aanvraagkaart met uw gegevens naar I.B.V.A. Holland. Uw aanvraag dient tenminste **drie weken voor de eerste opvoering** in bezit te zijn van I.B.V.A. Holland.
2. U krijgt daarop de nota toegestuurd. Na betaling wordt u de vereiste vergunning toegestuurd.

Opvoeringen zonder vergunning zijn niet toegestaan en strafbaar op grond van de Auteurswet 1912. Zij worden gerechtelijk vervolgd, terwijl de geldende rechten met 100% worden verhoogd. Het tarief wordt met 20% verhoogd voor opvoeringen waarvoor geen toestemming werd aangevraagd binnen drie weken voorafgaand aan de voorstelling.

Het is verboden gebruik te maken van gekregen, geleende, gehuurde of van anderen dan de uitgever gekochte tekstboekjes.

Rechten BELGIË: Toneelfonds JANSSENS, afd. Auteursrechten,

Telefoon (03)3.66.44.00,

E-mail: bestellen@toneelfonds.be en Website: www.toneelfonds.be.

Geen enkele andere instantie heeft de bevoegdheid genoemde rechten van u te claimen, of te innen.

PERSOAN:

Frou

DEKOR:

Op it toaniel stiet in barkruk op in kleeed dat rûn is.

Achtern yn in grut skerm, de hoarizon, dêr't dingen op projektarre wurde kinne

(De ferteller (ik neam har Nynke) komt op, se hat rinersklean oan en hat in rêchsek by har

Op it toaniel stiet in barkruk op in kleeed dat rûn is

Achter har in grut skerm, de hoarizon, dêr't dingen op projekteard wurde kinne

Se giet op de barkruk sitten

Set de rêchsek neist har oer de grûn

“meditaasjemuzyk’ begjint

Nynke giet noflik sitten

Oer de bân hearre wy in stim (de stim fan Nynke)

Waarm, fol fan begryp, grôtfol wiisheid)

“Yn dizze meditaasje nim ik dy mei troch in reis

dêr'tst dysels yn werom fine silst

Dyn kreativiteit ynsetst om dyn potinsje te finen

len wurde mei wa ast sels bist

Lit ús begjinne”

(Nynke jout in seintsje oan de technyk

Op it skerm achter har ferskine rêstjaande bylden

De stim giet fierder)

“Nim in noflike posysje yn

En lit de hannen op de knibbel rêste

Sykhelje troch de noas

En út

Troch de mûle

Tink dy ris yn

Do sitst op it strân

It is jûn

De sinne sakket stadich yn it wetter

It sân is noch waarm

De golfkes litte harren súntsjes hearre

Der fljocht in kobbe yn de fierte

En do

Bin net yn tel

Hielendal net

Azemje yn

Azemje út

Elk is tsjin dy

Elk sjocht dwers troch dy hinne

Azemje yn
Azemje út
Se ferachtsje dy
Se berabje dy
Se minachtsje dy

Azemje yn
Azemje út

Do
Bist
In slet
Elk wit it
Meitsje kontakt mei de romte djip yn dy
Dy leechte
Do silst der neat fine
Want der sit ek neat
Folle plezier mei de safolste kutdei
Yn dyn kutlibben
Namasté

(De oanwêzige Nynke seit meien ek “Namasté”)

(De muzyk stoppet, de bylden stopje. Nynke pakt har rêchsek)

(N.B. Nynke docht alle teksten útsein dêr't it oars oanjûn is)

Dizze tas hie ik altyd by my by it rinnen
Dit is fan de frou dy't ik oait wie
Mei guod deryn fan de frou dy't ik oait wie
No, wat nimst mei ast oan it rinnen bist
Ik naam yn alle gefallen mei
Altyd
Genôch wetter

(Hellet út de rêchsek: bidon)

Móatst drinken bliuwe
Ik naam altyd dizze bidon mei
Hoefolle soe it wêze, in heale liter

Ik naam ek altyd mei
(Hellet út rêchsek: sinnebrânguod)
De measte minsken wolle graach de oalje thús al smarre

Ik wit net oft jim it sjen kinne
Mar ik ha der in soad skeinspruten by krigen
Dat haatsje ik
Dus dan smar ik der ûnderweis ek noch in grutte klodder op
Faktor 30

Ik naam ek altyd mei
(*Hellet ut de rêchsek: telefoan*)
Myn telefoan
Net omdat ik graach belje wol as ik rin, mar ik altyd de eangst ha
dat ik it paad kwytreitsje en dan is it toch noflik dat ien fan google
maps dy altyd wer thûs bringe kin

Ik hie – uh – dit hie ik ek altyd mei
(*Hellet ut de rêchsek: SAS survivalgids*)
Wit net oft jim dy kinne
Dit is de SAS survivalgids. Skreaun troch John Lofty Wiseman.
Dat is in âld militêr. En doe't hy mei pensjoen wie hat hy in gids
skreaun en it komt derop del
it is lyts, tindruk –
En it komt derop del
dat yn dizze gids stiet hoe't je as mins ûnder de meast ekstreme
omstannichheden op alle mominten oerlibje kinne, dus ast no yn
de jungle bist as op besnijde bergen, of ferdwaalt op de oseaan,
hoe'tst as mins iten fine kinst, dysels warm hâldst, as dysels koel
hâlde, hoe'tst yn de woestyn oerlibje kinst
Der steane ek hiele handige plaatsjes yn
Sjen oft ik gau wat fine kin
Hjir hoe'tst bygelyks in fal meitsje kinst om bisten te fangen om
te iten
It lêst echt as in roman
Hoe'tst dan ek beien.... ooh sjoch hjir
(*Se lit it publyk de bledsiden sjen*)
bygelyks planten, wat dan fergiftich is en wat krekt net fergiftich
is
En oh, it lêste haadstik is ek leuk, hoe'tst oerlibje kinst yn en
rûnom dyn eigen hûs
Hat hy in hiel haadstik oan bestege
En der steane hiele praktyske tips yn
foar ast oan it rinnen bist
Bygelyks, no hjirre
(*Se lêst foar*)

“Wat te doen als je een beer tegenkomt”

Wit immen dat?

Hy seit

(Se lêst foar)

“Als je een beer tegenkomt moet je zeker geen onverwachte bewegingen maken

Moet je zachtjes op hem influisteren

rustig achteruit lopen

zeker geen plotselinge bewegingen maken

achteruit lopen

en dán maken dat je wegkomt”

Mar hy seit ek dat der senario's binne datst oergean moastst op wat oars en dat moastst sels ynskatte, dat fyn ik it drege deroan

“Als je in de ogen van die beer kijkt en je ziet dit helpt niet, hij heeft echt honger, hij kan elk moment me bespringen, dan moet je overgaan op een andere strategie, dat moet je zelf inschatten en dan moet je namelijk op zoek gaan naar een hard of scherp voorwerp, bijvoorbeeld een steen en dan pak je dan die steen en die SMIJT je naar zijn hoofd, en dán maken dat je wegkomt” maar dat is echt in een uitzonderlijk geval en dan moet je dus zelf inschatten of je scenario A of scenario B inzet.

En dy John Lofty Wiseman dy seit, sjoch kinst dit hiele boekje fan begjin oant it ein út de holle leare, knopen leare te lizzen, in iglo bouwe, stiet der ek allegear yn, dat kinst dy hielendal eigen meitsje, mar by eintsjebeslút giet it mar om ién ding

En ast dat net oan kinst dan kinst dit boekje krekt likegoed yn it jiskefet goaie

It giet by eintsjebeslút mar om ién ding en dat is nammentlik

De WOTL

Hy seit it giet om ién ding en dat is de WOTL

de Wille Om Te Libjen

Sa begjint it boekje ek

(Se siket it op)

Hy seit

(Lêst lûdop)

“De wil om te leven houdt in dat u nooit opgeeft, Ongeacht de situatie, U moet weten dat er niets ter wereld is waar wij als mens niet tegen opgewassen zijn. Dat er geen plek ter wereld is waar wij niet kunnen overleven, Maar ...” Zegt hij, “Sommigen hebben nu eenmaal een sterkere wil dan anderen, maar gelukkig kan iedereen daaraan werken.”

No

Doe siet ik der net mear oer yn doe't ik it lies

Dizze hie ik ek altyd by my.

(Hellet wat út de rêchsek wat wy net sjogge, tikket der mei har finger tsjinoan: Wy hearre it lûd fan in fytsbeltsje)

Myn fytsbeltsje

Hy is ûnsichtber, mar dochs

Ast oan it kuierjen bist moastst goed op it gewicht passe

Watst sels meitôgje moastst

Ik hie ek, ik bin hiel bang dat ik ûnderweis in sûkerdip krij, dus ik soargje altyd dat ik wat te iten by my ha

En hjoed ha ik it ynpakt, aha, in Bounty

(Hellet ut de rêchsek: Bounty)

Foar de enerzjy. Dizze hat, even sjen, 340 kaloryen

Ik ha altyd sa'n rare gewoante alle kaloryen te tellen, alle kaloryen dy't ik binnen krij

Dan sit ik gewoan mei ien te praten, dan meitsje ik in rekkensomke, Bounty 340 kaloryen broadsje tsiis 170 kaloryen, sa'n optelsomke

Ik kin dy fertelle datst dêr behoarlik depressyf fan wurdst, dus ha ik der mar in gewoante fan makke om alle kaloryen op te tellen dy't ik ferbrân. Dat is wat yngewikkelder, seach ik in webside foar www.kalorykalkulator.nl, super handich

Dan giest nei dy webside en dan typst gewoan in aktiviteit yn:

No, wy ha it hjoed oer rinnen

Dan sikest op: Wandelen

Ik rûn mei in gong fan sa'n 5 km yn it oere

En dan typst sa allegearre dinkjes yn

Geslacht, foar in frou is dat oars as foar in man

Geslacht: vrouw

Leeftijd: 35 jaar

Lengte: 1.64 m

Gewicht: 61 kilo

Relatiestatus: fúcking alleen

Dan ferbrânst dus 338 kaloryen

hiel handich

Ik meitsje dan altyd sa'n begrutting yn myn holle, fan alles wat

deryn komt en wer út giet
Mar goed, dat ik sa mei kaloryen dwaande bin
Hoopje ik net dat jim tinke dat ik ien bin dy't altyd op dieet is
Ik bin NOAIT op dieet, as soe ik it wolle, dat kin ik net iens, dêr
ha ik de piid net foar

Ik kom út in famylje dêr't leafde mei iten sjen litten wurdt, noait
mei in tút of in krûpke

Is dat wier wat ik sis
Kloppet dat
Efkes tinke
Ja, dat kloppet

As ik fertrietlik wie wurde der altyd iten yn goaid. Of sop, liters
sop. En as ik it hielendal net mear sitten seach krige ik fan ús
mem wolris in pear ekstra stikjes fleis en as it lytse gehaktbaltsjes
wiene, dan wie myn suske my altyd in slach foar en hie se al yn
de mûle foar't ik yn de gaten hie dat it der lei... Dan wie it
fjochtsjen om dy oaren. Sy hie se altyd, sy wie altyd de rapste
fan ús beiden. Talint fan de famylje. De gehaktballe-keninginne
sei ús heit altyd

(Hellet út rêchsek: breapûde)

In leech breapûdsje
as ik ûnderweis in panykoanfal krige, as ik hyperfentilearje moat,
hat ien my as tip jûn
dan kinst sa hiel rêstich yn dat pûdsje azemje
dan kinst dysels wat delbêdzje
It wie net sa dat der ien neist my rûn, ik rûn allinnich, dat der ien
neist my rûn, dy't sei
Nynke doch no even rêstich, it is gewoan in panykoanfal, do bist
gewoan oan it
hyperfentilearjen, it is net echt, it sit yn dyn holle, dy demoanen
besteane hielendal net, de
wrâld fergiet net, bedarje no even wat, because you're whole,
you're beautiful, you're perfect

(Skoftsje stil)

Sa'n ien wie der net dy't sokke dingen sei
En dan is sa'n pûdsje ferrekte handich

En fierder hie ik ek by my

(Hellet wat út de rêchsek wat wy net sjogge, tusken har fingers)

Myn ego

(Lit it neist har falle

pakt wer wat)

Unwissichheid.

(Lit it neist har falle

pakt wer wat)

In stikje seksuele frustraasje

(Lit it neist har falle

pakt wer wat)

Noch in stikje ûnwissichheid

(Lit it neist har falle

pakt wer wat)

Brokje ferlittings-eangst

(Lit it neist har falle)

Dy dingen nimme eins mar in bytsje plak yn, mat se drukke wol
hiel bot op dy

(Pakt wer wat)

Selsbegrutsjen

(Pakt wer wat)

Ferriet

(Pakt wer wat)

Misdield fiele. Ungeduld. Jaloerskens

(Pakt wer wat)

lensumens

Want wêrom soest se thús litte

DE ÂLDE FEANEN

Fan 18 maart ôf bin ik begûn te rinnen, ik hie gjin plannen

Ik luts de skuon oan, en rûn in rûntsje

En foar't ik it yn de gaten hie wie ik alle dagen oan it rinnen

dei yn dei út

rûn ik 7 dagen yn de wike, sa'n 20 km op in dei, rûntsjes yn de

omkriten fan Earnewâld, waar as gjin waar

It wie sa midden maart

It begjin fan dy koroana- perioade

Ik wit net wat jim dien ha yn dy begjinperioade, fan dy koroana-
tiden, dit is wat ik dien ha

It begjin kin ik my no al hast net mear yn it sin bringe

fan d'iene op d'oare dei hienen wy swierrichheden, earst wie

alles GEWOAN en ynienen kamen wy yn in OARE wrâld
Mochten we net mear fûstkje, net mear oankrûpe
wie ik wol bliid mei
ik wurd sawiesa ûngemaklik fan minsken dy't yn myn aura
komme
Safolle ûnwissens

Doe't wy yn de gaten krigen dat wy te fier gong wienen mei de
wrâld
Loft wurde skjinner as ea
Gjin fleantugen mear
Dat wy wienen hoopfol dat dit in begjin wêze soe fan in soarte
fan bewustwêzen

En it wie midden maart
It is no folop simmer (*n.b. it seizoen neame dêr't de foarstelling
yn sit*), mar dy maitiid dy't wy hân ha

Dy maitiid dy't sa ynienen kaam
En ik rûn troch de Âlde Feanen (útlizze dat it by Earnewâld leit)
It hie al wiken net reind
Knalgel koalsied oant de kanten. Sa wielderich
Oerfloed oan jong libben yn it lânskip
Jonge lamkes. Jonge swanen
De maitiid dy't sa kaam

Sa as dat giet ûnder it rinnen, dat je sa meânderjend troch it
lânskip geane, sa gie it ek yn myn holle. Hie ik tinzen dy't alle
kanten op gongen
Fan it iene nei it oare. En wer werom

Seach nei in tiid fan fruchtberens, it nije begjin
En tocht: wat kin Fryslân moai wêze
In oaze

Giele bûterblommen yn de berm. Dy't sa glânzich yn de sinne
stienen as soe der elke moarn ien komme dy't se mei bûter
bestruts

Seach greidefûgels dy't loftgefjochten holden

Knapen fan karpers yn de sletten oan it paaien, ik hie tiid om stil


te stean en der nei te sjen
Wannear doch je sokks no? Ha jim wolris paaiende karpers sjoen?
Dat giet mei in faasje... de skobben fleane der ôf
wetter kringelet op, modderkolken. Ik tocht: dit is de SM fan de
natuer

Der wienen boerespultsjes dy't winkeltsje boartten. By in
buorkerij hie in frou rabarberjam
Ferkocht se. Alle winkels wienen ticht, dus ik tocht, dan kin ik
dochs noch in bytsje shoppe
Stie der sa'n potsje en dêr koest 5 euro yn goaie
Dat giet dan allegearre op goed fertrouwen. 5 euro de pot
best djoer eins

Als u het hele stuk wilt lezen dan kunt u via www.toneeluitgeverijvink.nl de tekst bestellen en toevoegen aan uw zichtzending.

Voor advies of vragen helpen wij u graag.

 info@toneeluitgeverijvink.nl

 072 5112407

TONEEL
UITGEVERIJ  **INK**

“Samenspelen” is ons motto