



‘Zeggen dat je het zwaar vindt om voor een gehandicapt kind te zorgen, is *not done*’

Ze stond in megamusicals als *Miss Saigon*, sprong uit een vliegtuig voor het populair-wetenschappelijke programma *Jules Unlimited*, leerde Hebreeuws voor de film *Mijn beste vriendin Anne Frank*. Ondanks chronische faalangst is actrice **LOTTIE HELLINGMAN** (45) vaak te zien, nu in de voorstelling *Broos*, waarin ze de moeder van een zorgintensief kind speelt.

De voorstelling *Broos* gaat over jezelf verliezen in de zorg voor een ander, en over de verborgen impact van mantelzorg. Het is een muzikale monoloog, geschreven op basis van gesprekken met moeders van een zorgintensief kind. De tekst is van Madeleine Matzer, bekend om haar theaterstukken over maatschappelijk relevante onderwerpen als dementie en smartphonegebruik. ‘Zeggen dat je het zwaar vindt om voor een meervoudig gehandicapt kind te zorgen, is *not done*’, zegt Lottje Hellingman. ‘De nadruk moet toch altijd liggen op hoeveel je van je kind houdt. Dat je het liever niet had gewild als je had mogen kiezen, dat wil niemand horen. Gevoelens van twijfel zijn taboe, en dat maakt het alleen maar ingewikkelder. Want dan ga je je als moeder ook nog eens schuldig voelen. In *Broos* komen al die complexe emoties aan bod.’ Haar eigen dochter, Minke (6), is geen zorgintensief kind, maar Hellingman kan wel iets aan het onder-

werp bijdragen, denkt ze. ‘Op het podium refereer ik aan wat ik zelf als ouder meemaak. Nee, ik hoef niet elk jaar opnieuw duizend formulieren in te vullen om zorgbudget te krijgen en ik ben niet bekend met de dichte deuren van het bureaucratische systeem. Maar ik weet wel hoe het is om de enige moeder te zijn van een kind dat bijna dagelijks huilend naar school gaat, omdat ze het daar niet fijn vindt. Tussen al die vrolijk zwaaiende ouders op het schoolplein voel ik me alleen en onzeker.’

Ze weet hoe het is om niet in het gemiddelde plaatje te passen, wil ze maar zeggen, ook al omdat ze Minke in haar eentje opvoedt. Dat maakt haar rol extra belangrijk én kwetsbaar, zoals dat ook geldt voor moeders van bijvoorbeeld een kind met Down. ‘Wat die vaak zeggen, is: ik denk voor mijn kind, ik zorg voor haar, ik ben de enige die haar snapt, dus ik mag nooit doodgaan. Dat heb ik als alleenstaande ouder ook: ik mag niet ziek worden, dat kán niet. De eerste keer dat ik zonder haar in een vliegtuig stapte, dacht ik: Minke moet hierbij zijn, »

‘We zaten in Zweden tussen de elanden en vosjes, heel mooi, maar ik leerde er ook de stad te waarderen’

want stel dat we neerstorten! Zij zal mij niet altijd nodig hebben en uiteindelijk voor zichzelf kunnen zorgen, maar in die onmisbaarheid kan ik me wel inleven.’

HOEWEL HET THEMA van *Broos* aan de zware kant is, is de voorstelling dat niet, zegt Hellingman. Het is een poëtische mozaïekver telling met ruimte voor luchtigheid en humor – al is het dan vaak galgenhumor. ‘Ja, jij hebt makkelijk lullen in je vacuüm verpakte perfecte parfumwereld, met je kinderen zonder snot, zonder vlekken en plekken,’ citeert ze uit haar monoloog. ‘Het is een muzikale tekst, talig en met gezongen fragmenten. Daar hou ik van. Ik denk dat muziektheater mijn grootste kracht is, veel meer dan musical.’ Toen ze op haar negentiende in *Eindeloos* stond en daarna in *Miss Saigon*, werd ze gezien als musicaltalent. Maar iets in haar voelde zich daar niet op haar plaats. Een soort twijfel bij de vorm: is het logisch dat ik op dit punt in het verhaal uitbarst in een lied? Zelfs in de prestigieuze productie *Lazarus*, met muziek en teksten van David Bowie, vele jaren later, vroeg ze zich dat weleens af. In 2001 kwam ze terecht in de tv-serie *LJs*, waarna ze haar focus meer op het acteren legde. Hellingman kreeg rollen in onder meer *De band*, *Van God Los*, *De hel van '63* en *De storm* en ging aan het werk als stemacteur voor animaties en nagesynchroniseerde films, die ook in Nederland in opkomst zijn. ‘Grappig, dan ben je opeens Kate Winslet of Sarah Hawkins. Leuk om te doen, een nieuw ambacht. Ik zie het ook als vingeroefeningen voor mijn stem. Net als de luisterboeken die ik inspreek, iets dat tijdens corona ontstaan is.’ Wat is – *excusez le cliché* – de rode draad in Hellingmans loopbaan? ‘Die vraag krijg ik vaker, ja. Dan hoor ik dat ik zo divers ben, niet goed te plaatsen, ongrijpbaar. En het klopt, ik doe veel verschillende dingen. Ik heb soms ook gedacht: ik moet gericht kiezen, helderder besluiten nemen. Ik heb het ook wel geprobeerd, maar in mijn

reis door dit leven liep het altijd anders dan ik besloten had. Dus uiteindelijk geloof ik niet in zo’n uitgestippelde route – althans, niet voor mij. Wat overigens niet betekent dat ik het allemaal maar laat gebeuren, hè, ik heb ook duidelijke nee’s verkocht of me juist volledig voor dingen ingezet. Maar ik heb niet altijd de luxe gehad om te kiezen.’ En soms heb je in dit vak ook gewoon botte pech, weet ze uit ervaring. Zo had ze aanvankelijk een hoofdrol in de succesvolle film *Bride Flight*, maar werden de opnamen zo vaak uitgesteld dat ze van de lijst viel. ‘Dat gebeurt vaker in film, dan ben je op een gegeven moment te oud of niet meer interessant. Het leek er dus even van te komen, maar het momentum was ook zo weer voorbij.’ Inmiddels zit ze niet meer in de *league* voor de echt grote filmrollen, denkt ze. Ze heeft andere afslagen en zijpaden genomen waarin ze haar talent kwijt kan. En ze sluit niet uit dat er in de tweede helft van haar leven weer een nieuwe afslag komt. ‘Al moet ik daar misschien eerst wat meer voor durven. Ik zou bijvoorbeeld heel graag zelf iets willen schrijven. De ideeën heb ik wel, maar het ontbreekt me aan moed. Ik spreek mezelf toe: een liedje, begin gewoon eens met een liedje! Als je het niet probeert, weet je ook nooit of je het kan! Maar ik durf geen drol op papier te zetten.’ Jammer, want zelf iets creëren is het leukste dat er is, weet ze. Ooit had ze een afspraak met een vriend, die haar elke maand een

muzikale opdracht gaf. ‘Dat vond ik zó leuk. Maar ook: zó eng. Ik zat soms huilend achter de piano. Faalangst. Ik zie het nu ook bij mijn dochter. Die zit op turnen, maar wil niet meedoen aan een wedstrijd, “want dan kun je verliezen.”’

AL JONG HAD ZE het gevoel dat het theater bij haar paste. ‘Toen ik een jaar of acht was, ging ik naar de musical *Hair* in Carré. Ik liep de zaal in en dacht: dit is het. Ik was ook altijd aan het dansen, zingen en toneelcursussen doen. Zo kon ik me uiten.’ Maar behalve een liefde voor theater, had ze ook al die faalangst. Ze wilde naar de jeugdtheaterschool, maar durfde geen auditie te doen. Het was haar vader die haar alsnog aanmeldde, waardoor



ze een jaar later aangenomen werd. Ze rolde soepel door het gymnasium, deed de theaterschool er moeiteloos naast, stond op haar twaalfde op de planken in Moskou, op haar veertiende in Tsjechië, op haar zeventiende op Broadway. Toch sloeg rond die tijd de faalangst weer toe en durfde ze geen auditie te doen voor een talentenjacht op tv. ‘Stel dat ik afgewezen werd? Dan probeerde ik het maar liever helemaal niet,’ zegt ze. ‘Maar die avond barstte ik tijdens

het eten in snikken uit. Mijn ouders zeiden dat ik het programma gewoon weer kon bellen om te zeggen dat ik het tóch wilde, en dat telefoontje heeft alles in gang gezet. Ik ging, won de eerste ronde van de talentenjacht, werd gevraagd voor de musical *Eindeloos*, en zo ging het balletje rollen.’ Blijkbaar gaat er op het podium iets stromen, zegt ze. Vaak heeft dat met muzikaliteit en taal te maken, maar ook met avonturen beleven. Daarom vond ze het

‘Als alleenstaande ouder mag ik niet ziek worden, dat kán niet’

presenteren van *Jules Unlimited* zo leuk, al hoeft ze nu niet meer zo nodig van de Euromast te abseilen. ‘Sinds ik moeder ben, ben ik angstiger, voorzichtiger geworden. Maar de nieuwsgierigheid, de honger naar verwondering en nieuwe dingen leren, blijft. Hebreeuwse gebeden in mijn hoofd stampen voor mijn rol in *Mijn beste vriendin Anne Frank*: ik begreep helemaal niks van de taal, maar zoiets zet mij helemaal áán. Een Zeeuws accent onder de knie krijgen voor *De storm*, accordeon spelen in een voorstelling – ik hou ervan mezelf uit te dagen. Al is het buiten m’n comfortzone en staat het zweet in mijn handen, ik heb dat wel nodig. In alles wat ik doe, moet iets van groei zitten.’

SOMS MOET ZE die groei zelf creëren. Door te reizen, bijvoorbeeld, al is dat een stuk lastiger met een schoolgaand kind. ‘Een reizend bestaan met Minke is mijn droom, maar hoe moet ik dat in ons leven integreren? Tijdens corona, toen al het werk stilviel en zij nauwelijks naar school ging, zijn we samen een paar maanden naar Zweden gegaan. Om nieuwe mogelijkheden te onderzoeken, te kijken hoe het is om op het platteland te

wonen in plaats van in de stad.’ Haar dochter was er in haar element, ging naar een Zweeds schooltje en liep huppelend door het bos. Zelf vond Hellingman het eenzaam dan ze had verwacht. ‘We zaten in de *middle of nowhere*, heel mooi, met veel elanden en vosjes. De rust en natuur heb ik zocht waren er volop, maar ik heb ook geleerd hoezeer ik de stad waardeer, met haar musea en festivals. Ik blijf die prikkels wel nodig te hebben.’

Toch gaan ze dat avontuur nog eens herhalen, zegt ze, maar dan in een warmer, Engelstalig land. Even is ze stil, denkt na. Dan zegt ze: ‘Beweging. Misschien is dát wel de rode draad in mijn leven. Geestelijk groeien, mij nieuwe dingen eigen maken, reizen, dingen zien die ik nog niet kende: daar word ik blij van. Als ik word vastgezet, op welke manier dan ook, word ik ongelukkig. Er moet beweging in zitten.’

→ *Broos* gaat op 31 maart in première in de Verkadefabriek in 's-Hertogenbosch; zie speellijst op matzer.org