

De ware worden



MARGO DEN OUDEN  
EN RINKE VERKERK

# De ware worden

Nieuw Amsterdam

© 2018 Margo den Ouden en Rinke Verkerk

Alle rechten voorbehouden

Omslagontwerp bij Barbara

Omslagillustratie Laura Maria Hamstra

Foto auteurs © Nine Ijff

NUR 770/450

ISBN 978 90 468 2417 7

[www.nieuwamsterdam.nl](http://www.nieuwamsterdam.nl)



Voor Martijn & Job,  
James, Manuel & Judah

Voor Rosalie & Joanne

Voor jou.



de wereld ligt voor ons  
en hij ligt wijd, weids open  
en wat voor ons ligt is nog beter  
veel beter  
dan wat achter ons ligt  
– naar C.S. Lewis





# Inhoud

Inleiding 11

## I Vallen

- 1 Het plaatje 15
- 2 Als we anderen de taak geven ons gelukkig te maken 19
- 3 Hoe ook Rinke ongelukkig eindigt op een hotelkamer 33
- 4 Je geloof in de liefde verliezen 45
- 5 Rock bottom (*the only way is up*) 50

## II Opstaan

- 1 Wat je over jezelf moet weten 57
- 2 Adieu, quick fix 63
- 3 Friends with benefits 72
- 4 Waarom 30 niet het nieuwe 20 is 84
- 5 The ex-files 89

- 6 Daten 99
- 7 Zo herken je een goede man 110
- 8 Dingen die je nooit hoeft te pikken van welke partner dan ook 128
- 9 Waarom jezelf met anderen vergelijken je ongelukkig maakt 140

### III Liefde leren

- 1 Hoe Margo trouwt in Las Vegas 145
- 2 Rinkes laatste ongetrouwde verjaardag 155
- 3 Emotionele voorlichting 165
- 4 Seks (*where the magic is not happening*) 173
- 5 Het geluksluikje 188
- 6 De piemel (de kracht van woorden) 195
- 7 Schulden bij DUO en andere geldzaken 208
- 8 Vreemdgaan 216
- 9 Huisje, boompje, kindje 227

Betoog voor het huwelijk 247

Dank aan 253

# Inleiding

*Hoe zijn we hier geëindigd? Want zo voelt het, alsof we zijn geëindigd.*

Vanaf onze pubertijd proberen we allebei, nogal verward, de wateren van de liefde te bevaren met charmant en knap zijn. Als resultaat eindigt Rinke diep ongelukkig op een hotelkamer in Utrecht en eindigt Margo geschaafd en onder de blauwe plekken op een hotelkamer in Nijmegen.

Beiden besluiten we: het moet anders. En daarmee bedoelen we: álles moet anders. In dit boek nemen we je mee op reis over de wateren van de liefde. Naar gebeurtenissen vlak voor en na de hotelkamer, naar je eigen weergaloosheid ontdekken, seks, vriendschap, vreemdgaan, een goede man vinden én behouden. Wij deden zo veel dingen imperfect en andere dingen per ongeluk goed.

En het is goedgekomen met ons. Meer dan.

We leven in een cultuur waarin liefdesrelaties steeds complexer worden – om te vinden, te houden, en je er uiteindelijk helemaal toe te wijden. Steeds meer mensen zijn steeds langer single, en het scheidingspercentage onder gehuwden neemt toe. Soms lijkt het wel of we onze bijzonderheid en waarde zijn gaan halen uit onze gebrokenheid. Maar jouw gebrokenheid is niet wat jou waardevol of bijzonder maakt. Jouw overwinning daarop is dat.

En als wij onze gebrokenheid hebben kunnen overwinnen, kan jij dat ook.

# I VALLEN

Voordat we je vertellen hoe het met ons toch goedkwam in de liefde, vinden wij het belangrijk dat je weet waar we vandaan zijn gekomen.

Want echt, als het met ons goedgekomen is, dan kan dat ook bij jou gebeuren.



*What you have so meticulously built with  
your persona, your good looks, your money  
and your power, has to disappoint you.*

– Richard Rohr

## I Het plaatje

### **Margo**

Mijn eerste liefde ontmoet ik als ik 19 jaar ben. Ik studeer Communicatie in Utrecht en sinds mijn 17e voel ik me een zelfverzekerde jonge vrouw. Ik leid een ogenschijnlijk onbezorgd leven en ben me ervan bewust dat mijn ongewone uiterlijk – rood haar, gulle lach en lange benen – menig man aantrekt. Dan leer ik Daniël kennen. We krijgen al snel een relatie.

Daniël is lief, zorgzaam, slim en stabiel. Onze relatie ziet er aan de buitenkant fantastisch uit. Samen groeien we op tot jongvolwassenen. We maken een lange reis door Australië en Azië en komen terug als wereldreizigers. We pakken samen onze studies weer op, gaan samenwonen. We leven een goed leven.

Maar door de jaren heen voel ik me leeg. Is het mijn verlangen naar reizen dat dit gevoel veroorzaakt? Of moet ik tijdens mijn studententijd eigenlijk leven als vrijgezel, zoals menig studiegenoot? De gekste vragen bekruipten me.

Daniël voelt niet wat ik voel. Hij kent dat eenzame gevoel niet. Hij helpt me zoeken naar een geschikte therapie zodat ik ermee kan leren *dealen*.

Ik vind een fantastische therapeut van middelbare leeftijd – een echte aanpakker – en ze helpt me met mijn gedachten.

‘Hoe kan het dat je je eenzaam voelt terwijl er zo veel mensen om je heen staan? Je bent niet alleen, je *voelt* je alleen. Daar gaan we aan werken.’

Ik volg al haar adviezen op en na een jaar therapie van een half uur per week wordt het knagende gevoel draaglijk.

Maar nog een verandering doet zich voor: in de therapie besef ik dat Daniël mij niet ultiem vervult met geluk. Ik geef mijn leven een achtje, maar geen tien. Wellicht is hij het, die mij weerhoudt van een groots en meeslepend leven. En het is toch Daniël, die mij mijn gevoel van eigenwaarde moet geven en mij moet bevestigen? En als hij dat niet kan, dan is er zeker iets mis met onze relatie. Toch?

Ik begin me tijdens onze relatie emotioneel open te stellen voor aandacht, bevestiging en goedkeuring van andere mannen. En ik merk dat mij dit een gelukkig gevoel geeft.

Op een zomerse ochtend worden we wakker in ons IKEA-bed en vertel ik Daniël dat het over is tussen ons. Daniël is ontroostbaar. Mijn familie is stomverbaasd. Hoe kan ik deze man laten lopen? Hij is perfect!

Mijn recht op tranen heb ik verspild door dit meedogenloze vonnis en dat is oké. Want ik voel me tijdens het opbouwen van mijn single leven heel sterk, krachtig en onoverwin-



nelijk. Tenminste, voor even. Want dan overspoelt mij wederom dat vertrouwde, knagende gevoel van eenzaamheid.

Eerst evalueer ik mijn vriendenkring tot in den treure. Maar ik realiseer me dat ik me een rijk mens mag voelen met hen in mijn leven. Dan evalueer ik mijn baan, terwijl ik op dat moment promotie maak naar een droomopdracht: ik mag ziekenhuispersoneel – van de schoonmakers tot en met de hoogleraren – gaan begeleiden bij een intensieve verandering. Ik graaf in mijn familieverleden; is daar iets voorgevallen waardoor ik me zo voel? Maar nee, mijn familie en mijn verleden zijn oké.

Tijdens deze verwarrende periode date ik met een knappe arts, die mij het liefst wil voorstellen aan zijn ouders om zo ons daten om te dopen tot een relatie. Maar ik wil single zijn. Toch?! Of had ik, zo vraag ik me soms af, mijn relatie met Daniël helemaal niet moeten beëindigen? Nee, spreek ik mezelf toe. Ik heb daar immers voor gekozen. En dit is de uitkomst.

Ik houd ontzettend van sporten; ik loop hard en ben een fanatiek yoga-beoefenaar. Tijdens de lessen en vlak erna ervaar ik wat verlichting, maar die ebt al snel weer weg. Als ik met een paar dierbare vrienden praat over mijn gevoel zeggen ze me dat ik alles heb waar zij naar verlangen. Dat ze met me meelevende, maar niet voelen wat ik voel.

Op een benauwde zomeravond, als mijn vrienden op het terras zitten, plaats ik een berichtje op een Amerikaans

forum: *'Having it all but feeling empty & often depressed'*. In het kort schrijf ik mijn verhaal op en al snel kom ik erachter: ik ben niet de enige.

*'I can relate a 100%.'*

*'I'm seeing a therapist and take medication, but still, I'm unhappy.'*

*'You are not alone.'*

*'I have everything and more. I feel suicidal. I hope you can overcome your feelings.'*

Ik ben niet alleen. Dat besef is voor dat moment, voor heel even, genoeg.

Maar als mijn lege gevoel weer de kop opsteekt, voel ik me nog meer vastberaden om het te vullen. Er moet toch 'iets' zijn?! In mijn vriendschappen word ik hongerig naar een gevoel van bevestiging. Een blik van waardering, liefkozende woorden. Een berichtje dat ik 'zo'n goede vriendin ben'.

Als overtuigd single ben ik opeens kwetsbaar geworden voor woorden van goedkeuring, van bevestiging van de mannen die mij beminnen. Ik over-analyseer alles. Aan de buitenkant lijk ik rustig, kalm, gefocust. Maar in mij verschuift mijn gevoel van leegte naar complete verwarring.

Alles verandert als ik een berichtje krijg op Facebook. 'Hé Margo. Ik zag je laatst lopen.'

*I didn't leave because I stopped loving you,  
I left because the longer I stayed  
the less I loved myself.*

– Rupi Kaur

## 2 Als we anderen de taak geven ons gelukkig te maken

Via Facebook krijg ik een vriendschapsverzoek, samen met een berichtje van een man die ik jaren geleden sprak op een verjaardag. ‘Hi Margo, we hebben elkaar ooit via-via gesproken. Ik zag je laatst lopen en dacht: wauw! Zin om een drankje te doen?’

Ik heb zin in een verzetje. Ik stem in.

Kaarsen verlichten het donkere café waar ik aan de bar wacht op mijn date. Ik weet alleen dat hij muzikant is. Maar het signalement waar ik naar moet uitkijken? Ik heb geen idee. Zo af en toe scan ik door de ruimte naar iemand met blond haar en blauwe ogen, zoals ik zag op zijn profielfoto. Net als ik even niet oplet, hoor ik iemand zeggen: ‘Hé, Margo.’

Een licht kruidige mannengeur omsingelt me. Ik draai me om en kijk in het gezicht van de man die mijn naam noemt. Zijn huid oogt zacht en glad. Zijn baard is ruig. Zijn donkerblonde haar zit springerig door de war.

‘Het spijt me dat ik zo laat ben. Ik moest mijn EP afmixen. Geen bereik, en mijn telefoon is inmiddels overleden.’ Zijn lange vingers laten de telefoon aan me zien. ‘Maar ik ben er.’ Hij laat zijn warme hand op mijn knie vallen. ‘En jij bent er.’

Ik voel tintelingen door mijn hele lichaam. Ik inhaleer de geur van zijn leren jas.

‘Er is daar plek. Zullen we?’

Ik knik. Hij heeft zijn hand al uitgestoken om mij voor te laten gaan.

Mijn date praat langzaam en bedachtzaam. In het kaarslicht bekijk ik zijn droevige, blauwe ogen. Hij heeft volle lippen, met randen van de rode wijn die we de afgelopen uren soldaat hebben gemaakt.

‘Ze zat al met haar benen uit het raam, klaar om te springen.’

Hij vertelt me over zijn ex. De slechte akoestiek en de luide stemmen van de mensen om ons heen lijken weg te vallen.

‘Ik wilde er alles aan doen om haar beter te maken, maar ik beseftte: ik kan haar niet helpen. Ik ging eraan onderdoor, zag mijn vrienden niet meer.’

Aandachtig luister ik naar elk woord dat kracht geeft aan de herinneringen van zijn vorige relatie.

‘Pas nu realiseer ik me dat ik toen over al mijn grenzen heen ben gegaan. Bij mij past een sterke vrouw, midden in het leven, ambitieus en onafhankelijk. Iemand die me kan bijhouden in mijn carrière, die de wereld wil ontdekken en die gepassioneerd is over het leven.’