

Single

Lizzy van Hees
en
Emma de Thouars

SINGLE

Alles wat je moet weten
om een buitengewoon leven
voor jezelf op te bouwen

MEULENHOF

ISBN 978-90-896-8308-3

ISBN 978-94-023-2485-3 (e-book)

ISBN 978-90-528-6838-7 (audio)

NUR 320

Omslagontwerp: Pankra

Zetwerk: Pier Post

© 2025 Lizzy van Hees en Emma de Thouars

De uitgever heeft ernaar gestreefd alle rechten van derden te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen contact opnemen met Meulenhoff Boekerij bv, Amsterdam.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

All rights are reserved, including those for text and data mining, AI training and similar technologies.

One of the best guides to how to be self-loving is to give ourselves the love we are often dreaming about receiving from others.

Bell Hooks, *All About Love, New Visions*

When you're looking for love and it seems like you might not ever find it, remember you probably have access to an abundance of it already, just not the romantic kind. This kind of love might not kiss you in the rain or propose marriage. But it will listen to you, inspire and restore you. It will hold you when you cry, celebrate when you're happy and sing All Saints with you when you're drunk. You have so much to gain and learn from this kind of love. You can carry it with you forever. Keep it as close to you as you can.

Dolly Alderton, *Everything I Know About Love*

INHOUD

Voorwoord – Steeds meer singles	9	
1	Waarom zijn er steeds meer singles?	17
2	Wie zijn al die singles echt?	37
3	Het perfecte plaatje	63
4	Wat mag het kosten?	81
5	Tussen de lakens	95
6	Single & Fabulous?!	111
7	Daten: van contactadvertenties tot keuzestress	127
8	Een eigen huis	149
9	Unhappy single	163
10	Je eigen gezelschap zijn	183
11	Kinderwens: droom- & donorbaby's	203
12	In voor- en tegenspoed	227
Epiloog – Een buitengewoon leven	245	
Dank je wel	249	
Bronnen	251	

VOORWOORD – STEEDS MEER SINGLES

Het aantal alleenstaanden groeit en groeit, maar toch voelen veel singles zich alsof ze afwijken. Wij, Lizzy en Emma, zijn ongeveer heel ons leven single en voelden ons lange tijd net zo. Soms was er wel een liefde, een flirt, een date of wilde avond, maar een relatie bleef het grootste deel van de tijd uit. Het viel ons op dat veel singleliteratuur of singlepodcasts vooral gericht zijn op daten, hechtingsstijlen, redenen waarom je nog single bent en hoe je zo snel mogelijk van deze ongewenste relatiestatus afkomt. Of ze zitten juist vol met *toxic positivity* en vrijgevochten ‘ik heb geen relatie nodig’-vibes. In weinig van wat we tegenkwamen voelden we ons gezien. We willen helemaal niet uitzoeken hoe het kan dat we nog single zijn, ook al is dat inderdaad een totaal raadsel, want ‘we zijn toch zo leuk?’

We misten een genuanceerd geluid waarin alle facetten van het vrijgezelle leven aan bod kwamen. En dus begonnen wij onze podcast *Steeds Meer Singles* en schrijven we nu dit boek. Hoe voelen wij ons dan wél als single? We zouden onszelf zeker omschrijven als happy single, maar als we een leuk iemand tegen het lijf lopen zeggen we geen nee tegen een relatie. We vinden het heerlijk dat we alles zelf mogen doen en bepalen, behalve als de wasmachine kapotgaat of we belastingaangifte moeten doen. We zijn onafhankelijk, en zijn daar ook trots op, maar dat betekent niet dat we niet

kwetsbaar zijn. Ons gevoel kan per jaar, per dag of per uur verschillen – we zijn daarin net mensen. De term ‘happy single’ blijkt niet onomstreden, omdat hij voor iedereen iets anders betekent. Voor ons betekent het niet dat je altijd honderd procent happy bent, met je leven óf je singlestatus. Met happy single bedoelen wij dat je geluk niet afhangt van je relatiestatus. Je kunt periodes ongelukkig zijn, maar dat is dan niet per se als gevolg van je singlestatus. Als happy singles voelen wij dat we de tools om gelukkig te worden zelf in huis hebben, in onze eigen gereedschapskist.

Emma: ‘Toen ik begin twintig was heb ik mijn enige echte relatie gehad, die duurde twee jaar en daarna heb ik nooit meer een relatie gehad. Ik ben nu 36, dus reken maar uit. Vroeger voelde het alsof er iets mis was met mij, ik telde het aantal jaar dat ik single was. Nu al drie, vier, vijf jaar, dacht ik dan, terwijl alle mensen om me heen relaties leken te krijgen. Inmiddels voelt dat helemaal niet meer zo en ben ik zielsgelukkig met mijn leven zoals het is. Ik heb het geluk dat het in mijn omgeving niet zo opvalt. Natuurlijk heb ik ook weleens de “Jij bent ook wel heel kritisch” naar m’n hoofd gekregen, maar ik heb nu nooit meer het gevoel dat ik als enige single over ben. Ook niet als ik met drie bevriende stellen zit te eten.

Pas toen ik me voor mijn laatste kookboek bezig ging houden met koken voor één viel me op dat niet alleen recepten zijn geschreven voor vier personen, maar ook de rest van het leven is ingericht op het kerngezin. Dat ik dat eerder niet doorhad is een privilege, want mijn huur in Amsterdam kan ik elke maand gewoon betalen. Ik ben creatief met boodschappen waardoor ik ook de boodschappenkosten en de hoeveelheid verlepte groenten in de prullenbak laag houd. Ik heb, kortom, niks te klagen.

Ik denk dat ik er ook weinig last van had omdat ik zeer tevreden ben met mijn vrijgezelle status. Ik ben het liefst zoveel mogelijk alleen, of dat nou is met een boek op de bank of tijdens een lange reis aan de andere kant van de wereld. Ik heb vrienden met wie ik zo vervlochten ben dat het woord vriendschap de lading bijna niet meer dekt. Verliefd zijn vind ik het leukste wat er is, maar het gebeurt me gewoonweg niet vaak. Ik ga ervan uit en hoop dat het me ooit wel weer overkomt, maar het is niet het laatste puzzelstukje dat ik nodig heb voor mijn levensgeluk. Als ik aan een relatie denk, is dat ook niet per se een *happily ever after*. Het komt wanneer het komt en het duurt zolang het duurt. Het helpt bij deze zen-instelling ook wel enorm dat ik geen kinderwens heb die de druk opvoert.’

Lizzy: “Zo’n podcast maken als single, hè, dat voelt zeker als een soort coming-out?” Die vraag kreeg ik in oktober, in een volle theaterzaal. Het makkelijke antwoord is “ja”, net als dat moment, die avond in die volle theaterzaal ook weer een beetje als een coming-out voelde. Of die keer dat mijn date me glazig aankeek toen ik vertelde dat ik geen exen heb. Inmiddels voel ik de vraag wel aankomen en ik heb nog nooit zoveel over mijn singleleven gesproken als het afgelopen half jaar. Maar vroeger voelde ik me toch altijd overvallen door vragen hierover. Alsof het antwoord een tikkie gênant zou zijn. En zodra ik me ergens voor schaam, voel ik direct de kleine bloedvaten in mijn gezicht groter worden en valt er standaard een vlag van warmte over me heen. Ik kan je zeggen dat dit niet helpt als je *cool, calm, collected* en *confident* probeert over te komen als vrijgezel.

Als je net zo lang single bent als ik, valt je pas echt op hoe vaak er wordt gevraagd naar het (niet-bestaande) liefdes-, date- of seks-

leven van singles. En hoewel ik altijd geneigd ben om beleefd en eerlijk antwoord te geven, gaan de exacte details hiervan op een of andere manier altijd gepaard met de nodige gêne aan mijn kant. Zodra ik hardop zeg dat ik nog nooit een serieuze relatie heb gehad, neemt mijn brein een voorschot op wat die ander wel niet zal denken. Bijvoorbeeld dat ik raar ben en dat er dan wel iets zal mankeren aan mij of dat ik een beetje zielig ben, een loser, niet leuk genoeg, te kritisch, afstandelijk of onthecht. Misschien ben ik al deze dingen wel een beetje, maar misschien ook helemaal niet.

Gelukkig heb je met zo veel single jaren op de teller óók veel tijd om zelf verklaringen te zoeken voor waarom het bij jou nou maar “niet lukt” in de liefde. Ik heb die antwoorden in ieder geval wel gezocht. Sterker nog: ik heb ook de nodige therapie gehad om mijn familiesystemen, hechtingsstijl, vrijgezelle gedrag en hardnekkige patronen onder de loep te nemen. Of het heeft geholpen, durf ik nog niet te zeggen, haha. Buiten de nodige behandelkammers heb ik me ook op andere manieren en momenten geprobeerd “open te stellen” voor romantische liefde. Ik heb tien jaar lang *on and off* op datingapps gezeten. Maar ook offline gedatet, geflirt en vul de rest maar in, sommige periodes meer dan andere. Soms nam ik me voor om het “nou eens echt een kans te geven” en langer bij iemand te blijven plakken, om me vervolgens weer af te vragen wat er in hemelsnaam “mis” is met mij als het gevoel maar uitbleef. Verliefd werd ik meestal niet en hoewel ik mensen op afstand vaak romantiseerde, raakte alles wat dichterbij kwam meestal niet de juiste snaar.

Inmiddels heb ik dus 34 single jaren op de teller staan, en weet ik gelukkig ook steeds zekerder dat alle verantwoordelijkheid die

bij singles wordt neergelegd of die we onszelf toedichten voor een heel groot deel klinkklare onzin is. Er is nooit één aanwijsbare reden voor iemands relatiestatus, wat die ook is. Natuurlijk heeft ieder mens een gebruiksaanwijzing. Bovendien maakt het uit waar je woont, of er andere singles in de buurt zijn, of je *outgoing* bent en met collega's werkt. Laten we eerlijk zijn: de een vindt het überhaupt leuker of makkelijker om met iemand op date te gaan dan de ander. Maar los van al deze dingen is het wel of niet hebben van een relatie van zo veel factoren afhankelijk dat ik het steeds vaker over de x-factor heb. De reden dat ik die x-factor hier graag wil benoemen is omdat ik 't alle singles gun om voorgoed afscheid te nemen van de zogenaamde schuld van hun "singleschap". Als je wél een relatie hebt, ben je daar toch ook niet ongepast trots op? Alsof je dan een stickertje achter je naam verdient van de juf. Ergens doen we in onze maatschappij wel alsof romantische relaties beter en begeerlijker zijn dan het alleenstaande alternatief, maar volgens mij bestaat er ook ruimte voor een ander geluid.

Dat nieuwe geluid is voor mij misschien wel begonnen bij Emma. Mijn single superheld. Door samen met haar en andere singles zo veel gesprekken te voeren over wat het betekent om single te zijn. En door eerlijk te zijn over de momenten waarop dat me *himmelhoch jauchzend* stemt of wanneer het juist ellendig en eenzaam voelt, kan ik mijn leven als single in z'n volledigheid beter zien én accepteren. Om dan toch eindelijk zonder schaamte of rode konen te zeggen dat ik al 34 jaar single ben. Met het volle besef dat het vrijgezelle leven niet alleen maar leuk of vrolijk hoeft te zijn om wel een rijk en gelukkig leven te zijn. Dat neemt niet weg dat ik het volgens mij ook heel leuk zou vinden om ooit een relatie te hebben, misschien wel samen te wonen met iemand en

wie weet zelfs kinderen te krijgen. En dat is precies waar het voor veel singles van mijn leeftijd wringt, want hoe vrolijk je alledaagse leven ook is, hoe lekker je alleen wonen ook vindt – ik vind het negen van de tien keer zalig – het is moeilijk om je gemoedstoestand niet te laten beïnvloeden door tijdsdruk. Of jezelf niet te vergelijken met mensen in je omgeving die wel een relatie hebben, samenwonen en familiefoto's vol lachende kinderen en kleinkinderen. Die plaatjes mogen er natuurlijk zijn en gevierd worden, maar misschien kunnen we er ook wat stralende plaatjes naast zetten van mensen bij wie het er net even anders uitziet.'

In dit boek en onze podcast gaat het er niet om hoelang je al single bent of waarom. Of je bewust single bent of het liefst een relatie zou hebben. Of je van de ene *situationship* in de andere duikt, net uit een lang huwelijk komt of nog nooit een relatie hebt gehad. Je hebt dit boek waarschijnlijk in handen omdat je op dit moment geen relatie hebt. Dat is het enige wat uitmaakt. Je bent single, en nu? Onze ervaringen verschillen enorm, maar we lopen als groep ook tegen veel dezelfde dingen aan.

Dit boek geeft je alles wat je nodig hebt om een buitengewoon leven voor jezelf op te bouwen. Daarbij hoort natuurlijk een opsomming van alle voordelen en geluksmomenten die een periode alleen zijn met zich meebrengt. Dat zijn er namelijk een heleboel. We geven tips over hoe je meer van je eigen gezelschap leert te genieten. Maar wat ook bijdraagt aan een buitengewoon leven is jezelf en je eigen situatie goed begrijpen. Voor ons voelt de podcast elke keer weer als een therapie sessie, waar dan toevallig duizenden mensen naar luisteren. Soms is dat doodeng, maar we zijn hierdoor allebei sterker in onze vrijgezelle schoenen gaan staan.

Er zijn nogal wat mechanismen waar singles mee te maken krij-

gen en die willen we graag in kaart brengen. De relatiënormen die het leven ons opdringt en de gebreken van datingapps, maar ook waar die hoge kosten allemaal in zitten. Waarom een opmerking als ‘maar je bent zo leuk’ zo steekt én hoe je erop reageert. Als je deze zaken beter begrijpt, kun je er beter naar handelen en jezelf en je gevoelens beter uiten richting je vrienden en familie. Je kunt beter voor jezelf opkomen wanneer een collega een vervelende opmerking maakt als je snapt wát die opmerking precies vervelend maakt. Hopelijk helpt dit boek je om de mooie dingen van het singleleven te zien, maar ook ruimte te laten voor je verdriet op momenten dat je er gewoon totaal van baalt dat je weer in je een-tje de decembermaand door moet.

Wat ook helpt is om te weten dat je niet alleen bent – iets waar wij steeds weer aan herinnerd worden door de vele berichten die we binnenkrijgen van luisteraars. Het gros van de mensen beschrijft dat ze door onze podcast eindelijk voelen dat ze niet alleen zijn met hun complexe gevoelens, terwijl ze al die tijd dachten dat dat wel zo was. Het voelt als een grote singlecommunity waarin we alles samen doormaken. We delen in dit boek dan ook onze eigen ervaringen, maar óók die van jullie. Happy, unhappy, jong, oud, queer, asexueel, neurodivers, alleenstaand ouder, single met een kindwens of bewust kindvrij: singles zijn niet in een hokje te stoppen. Er zijn net zo veel soorten singles als dat er single mensen zijn.

Er is gelukkig steeds meer aandacht voor het genuanceerde en rijke leven van de vrijgezel. En voor de structurele ongelijkheden waar we tegenaan lopen, in de politiek maar ook in onze persoonlijke omgeving. Floor Rusman schreef rondom de verkiezingen in 2023 in *NRC* een column met de titel ‘Alleen ben je kennelijk on-

af¹, waarin ze zich erover verwonderde dat je als single door bijna geen enkele politicus wordt aangesproken in Nederland. Saskia Noort schreef in *de Volkskrant* een artikel waarin ze opriep om singles te accepteren in plaats van hen zielig te vinden, gepaard met twaalf gedragsregels waardoor we ons minder een last voelen.² Veel singles geven namelijk aan dat het grootste probleem van hun singleleven niet is dat ze geen partner hebben, maar dat ze zich voelen afwijken van hun vrienden die wel een relatie hebben.

En ook in boeken en films zien we steeds meer een genuanceerd maar overwegend positief beeld. Het voelt alsof we in een ware singlerevolutie zitten. We maken onze podcast nu bijna een jaar en zijn nog lang niet uitgepraat. We dachten in acht afleveringen alle facetten van het singleleven netjes voor jullie uiteen te kunnen zetten, maar niets blijkt minder waar. Het onderwerp werd steeds groter, mede door input van luisteraars, en alles lijkt aan single zijn te raken. Als je eenmaal door je singlebril naar de wereld kijkt, zie je dat het overal invloed op heeft.

Aan mensen vertellen dat je single bent, kan soms voelen als een coming-out. Luisteraars die nog nooit een relatie hebben gehad, vrezen het moment waarop naar de romantische geschiedenis wordt gevraagd. Hoelang ben je dan al single? Wanneer was je laatste relatie en waarom is die gestrand? Elke keer dat je dit voor het eerst aan iemand moet vertellen, kan je weer zo'n klein schokje of steekje in je buik ervaren. Wij zijn hier om de single relatiestatus uit het verdomhoekje te halen. *We zijn out and proud en here to stay.* En jij mag dat ook zijn.

Liefs,
Lizz & Em

Hoofdstuk 1

WAAROM ZIJN ER STEEDS MEER SINGLES?

Een ongehuwd man noemt men een vrijgezel of slimmerd; een ongehuwde vrouw een bakvis of een oude vrijster.

Clem Schouwenaars, Vlaams dichter en schrijver

Nooit eerder waren er zo veel mensen single. Het aantal alleenstaanden neemt al jaren toe, maar helaas bekijken we die groep vaak nog door een behoorlijk ouderwetse bril. Laten we eerlijk zijn: lang niet iedere single ligt 's nachts wakker, piekerend over een grote liefde en of die zich wel zal melden. En hoewel veel alleenstaanden echt openstaan voor een partner, hebben steeds meer mensen – al dan niet bewust – een relatievorm die niet gelijkstaat aan ‘tot de dood ons scheidt’, maar tijdelijker van aard is. We wachten steeds langer met ‘settelen’. Ook het aantal scheidingen is de afgelopen decennia flink toegenomen. Of je nou een zoekende single bent of solo en helemaal senang, alleenstaanden zijn er in alle soorten en maten. En één ding is zeker: we blèren niet, zoals Bridget Jones, allemaal luidkeels mee met ‘All By Myself’, terwijl we ondertussen een bak Ben & Jerry's leeglepelen.

Als we het over alleenstaanden hebben gaat het officieel ove-

rigens over eenpersoonshuishoudens. Het is voor het CBS in de praktijk moeilijk om te achterhalen hoeveel van deze eenpersoonshuishoudens ook echt uit vrijgezellen of singles bestaan. Wat we dankzij het CBS wél weten is dat het aantal mensen dat alleen woont sinds 1950 is vertienvoudigd, terwijl het totale aantal Nederlanders nog niet eens is verdubbeld. Sinds 1971 is het aantal alleenstaande huishoudens gegroeid van 685.000 naar 3,3 miljoen begin 2024. Dat is 23 procent van alle volwassen Nederlanders, en bijna 40 procent van de in totaal 8,4 miljoen particuliere huishoudens die Nederland rijk is. Even ter vergelijking: na de oorlog was slechts 5 procent van de volwassen Nederlanders alleenstaand.

Hou je het nog bij? Gelukkig, want we doen er nog een schepje bovenop: volgens de berekeningen van het CBS is maar liefst de helft van alle Nederlandse huishoudens in 2050 alleenstaand. Tot die categorie behoren volwassenen die alleen wonen en alleenstaande ouders. Met zo veel alleenstaanden valt het extra op dat onze kijk op singles in verhouding nog steeds zo beperkt is. Want hoe vaak krijgen singles niet impertinente vragen over hun relatiestatus of zogenaamd bemoedigende opmerkingen? We zien single zijn bijna altijd als een ongewenste relatiestatus, of als een tussenstation. Iets tijdelijks. Maar is dat anno 2025 nog wel terecht? Niet bepaald, schreef journalist Nathalie Le Blanc al in 2014 in haar boek *Solo – waarom steeds meer mensen alleen wonen*. ‘Je kunt ons moeilijk abnormaal noemen, daarvoor zijn we met te veel.’ Wordt het dan niet hoog tijd om een ander en inclusiever geluid te laten horen voor (en door) singles? Precies, dat vinden wij dus ook.

Maar laten we eerst eens uitzoeken waar de toename in singles

vandaan komt. Nog steeds hebben veel alleenstaanden – ten onrechte – het gevoel dat ze zelf iets verkeerd doen en daarom (nog) geen partner hebben. Dat er iets is wat hen ‘*unloveable*’ maakt of dat ze zelf gewoonweg beter hun best moeten doen. Maar we kunnen de groei van zo’n grote groep toch onmogelijk toeschrijven aan het individu?

Zolang er mensen zijn, zijn er singles

In de westerse wereld is de toename van het aantal alleenstaanden inderdaad eerder het symptoom van een maatschappelijke trend dan een individuele keuze. Kijk je naar babyboomers en de generaties die daarvoor kwamen, dan kun je hun ‘levensweg’ vrij makkelijk uittekenen, enkele uitzonderingen daargelaten. Als kind, puber en jongvolwassene woonde je meestal bij je ouders tot de dag dat je trouwde. Vervolgens werden vrouwen ‘weggegeven’ aan hun toekomstige man en kreeg hij de verantwoordelijkheid om financieel voor haar en hun nageslacht te zorgen. De traditie om een bruid op de grote dag op te halen bij haar ouderlijk huis bestaat niet voor niets, denkt emeritus-hoogleraar Jan Latten: het is een symbolisch ritueel voor de overgang van kind naar volwassenheid.³ Als kersvers getrouwd stel verliet je het ouderlijk nest en verhuisde je samen naar een nieuw onderkomen, om daar – als alles meezat – binnen een jaar je eerste kind te verwelkomen, waarna er hopelijk nog meer volgden. Daarnaast betekende het huwelijk vroeger vaak letterlijk ‘tot de dood ons scheidt’, in plaats van ‘zolang we elkaar gelukkig maken’.

Lizzy: ‘Als ik kijk naar de voorbeelden waarmee ik zelf ben op-

gegroeid, laten die ook allemaal een behoorlijk eenduidig plaatje zien, waarbij een van de vaste pijlers van een volwassen leven het huwelijk is. Mijn vader heeft vroeger weleens gezegd dat scheiden “niet in ons woordenboek voorkomt”. En hoewel de generatie van mijn ouders haar blik op dit vlak wel heeft verruimd, hebben we niet vaak stilgestaan bij de potentiële rijkdom die schuilt in het solobestaan. Een van mijn oudtantes trouwde als achttienjarige met haar man, het was liefde op het eerste gezicht en dat resulteerde in een lang en gelukkig huwelijk. Maar op haar oude dag fantaseerde ze weleens hardop over wat ze allemaal had willen doen als dat gezinsleven niet (zo vroeg) op haar pad was gekomen. Studeren aan de hogere hotelschool of een eigen cadeauwinkel runnen. Ze vertrouwde me ook toe dat ze zich op een bepaalde manier nog kind voelde toen ze haar ouderlijk huis na de bruiloft inruilde voor de echtelijke sponde. Dat ze zich als vrouw-van, moeder en huisvrouw ook weleens eenzaam of afhankelijk voelde.’

Ook al waren alleenstaanden vroeger een veel minder voorkomend fenomeen en dus minder zichtbaar, ze waren er wel degelijk, schrijft Le Blanc in *Solo*. Zelfs in de tijd van de oude Grieken en Romeinen waren er singles, al roeiden ook zij al dapper tegen de maatschappelijke stroom in. Aristoteles schreef al in 350 v.Chr. over de sociale aard van mensen, die maakt dat ze optimaal functioneren wanneer ze onderdeel zijn van een grotere gemeenschap. Omdat de gemeenschap en familie centraal stonden in de Griekse oudheid werden het huwelijk en het stichten van een gezin van hi-ha-harte aangemoedigd. Had je aan jezelf genoeg en maakte je geen deel uit van de gemeenschap? Dan bleven er twee mogelijke hokjes over: beestachtig of goddelijk.

Kortom: als je niet trouwde, was je óf een onderkruipsel óf een heilige die zijn of haar leven schonk aan God. Dat beeld wordt deels bevestigd door de beroemde of beruchte voorbeelden over alleenstaanden die we uit de oudheid kennen. Denk maar aan de filosofen binnen het cynisme. De cynicus keert zich actief tegen wereldse rijkdom en culturele gewoonten. Je zou kunnen denken dat de alleenstaande filosofen daarom ook wars waren van een traditionele liefdesrelatie, zoals die tussen man en vrouw. Een zoektocht naar singles in de oudheid levert een excentriek en lichtelijk absurd voorbeeld op waar wij hardop om hebben gelachen. Een notoir vrijgezelle filosoof – en een van de grondleggers van het cynisme – is Diogenes van Sinope, die zo'n vier eeuwen voor Christus leefde. Deze single genoot geen beste reputatie. Volgens bronnen sliep hij buiten in een amfora, iets wat hem de bijnaam 'hond' opleverde. Maar daar bleef het niet bij; hij had zo weinig last van schaamte dat hij zelfs zijn ontlasting in het openbaar liet lopen én en plein public masturbeerde. Aangezien zelfbevrediging en publiekelijk toiletteren destijds al als privéaangelegenheden werden gezien, zette Diogenes de maatschappelijke norm behoorlijk op z'n kop. Maar als single krab je jezelf toch even achter de oren bij dit verhaal, want als dit een van de spaarzame voorbeelden is die je krijgt voorgeschoteld is dat natuurlijk een vrij belabberde reclame voor het leven zonder romantische relatie.

Er zijn ook wel wat vrouwelijke singles te vinden in de oudheid. Zij hadden in die tijd stukken minder vrijheid dan tegenwoordig, en dus ook niet zoveel te kiezen als het ging om wel of niet trouwen – al kozen sommigen na het overlijden van hun partner wel bewust voor een solitair bestaan. Andere vrouwen

gingen voor een ‘monogame relatie’ met God en werden priesteres en dus vrijgezel. Leven als een straathond, een leven volledig gewijd aan het geloof, weduwe of een vaak onverkozen leven als alleenstaande? Het leven van de ‘oudste alleenstaanden’ blijft deels in nevelen gehuld, en wat we er wel van weten is niet bepaald rooskleurig.

Hetzelfde geldt voor de alleenstaanden in het Romeinse Rijk. Daar was het singleleven ook niet bepaald een benijdenswaardige bedoening; het collectief burgerschap stond hoog in het vaandel. ‘Gewone soldaten’ mochten niet trouwen, net als tot slaaf gemaakten en vrijgelaten mensen, maar die laatsten hadden wel de mazzel dat ze in de marge van de samenleving hun gang konden gaan en daardoor konden samenwonen en kinderen krijgen zónder papiertje. De opmars van het christendom zorgde voor een breuklijn tussen twee overtuigingen, schrijft Sarah Maitland in haar boek *How to Be Alone* (2014). Tegenover de o zo belangrijke gemeenschapszin ontstond er ruimte voor een persoonlijke relatie met God. En omdat het christendom zich al snel verspreidde over het Romeinse Rijk schommelen we op het Europese continent al tweeduizend jaar tussen twee verschillende waardesystemen, met aan de ene kant het ‘gemeenschappelijke goed’ en aan de andere kant de ‘persoonlijke en interne vrijheid’.

Een opvallende alleenganger uit die vroege tijd is de Egyptenaar Antonius (251-356). Hij besloot in zijn eentje de woestijn in te trekken en als kluizenaar te leven, een doorgewinterde single dus. Daarnaast waren er priesters en vrouwelijke maagden die een eed tot kuisheid aflegden. Zo werd het celibaat de hoeksteen van de religieuze orde, zoals het huwelijk de hoeksteen was van de sociale samenleving. Er waren ook altijd al mensen die later in

hun leven vrijgezel werden, omdat veel weduwen en weduwnaars na het overlijden van hun partner niet opnieuw trouwden. Er zijn dus altijd al singles geweest, maar ze bevonden zich voornamelijk in religieuze sferen of aan de rafelranden van de samenleving.

Vrijheid blijheid

Richting de achttiende eeuw neemt de sociale status van singles langzamerhand toe, vertelt historica Ariadne Schmidt in Solo. Het huwelijk en het gezinsleven zijn helemaal niet altijd de norm geweest, zoals wij nu misschien denken. Zo was in het Amsterdam van begin negentiende eeuw één op de vier mensen rond de veertig überhaupt niet gehuwd. Vooral in de stad trouwden mensen ‘laat’ met gemiddeld 28 jaar. Dat heeft er onder andere mee te maken dat mensen in Noord-Europa in die tijd al zelf hun partner kozen. Dat betekende ook dat je geld nodig had om een eigen huishouden te beginnen en dus eerst moest werken en sparen. Daarnaast bood die partnerkeuzevrijheid nog een optie: helemaal niet trouwen. Zeker als je het huwelijk maar lang genoeg uitstelde kwam het er soms helemaal niet meer van. Uit de periode die Schmidt beschrijft weten we opvallend genoeg vooral iets van de vrijgezelle vrouwen; hun mannelijke tegenhangers waren veel minder zichtbaar en bleven naar alle waarschijnlijkheid bij hun familie wonen, of ze vertrokken naar zee. Dat we meer over vrouwelijke singles weten komt mede doordat de burgerlijke staat van een vrouw vroeger nogal wat invloed had op haar leven. Als alleenstaande vrouw of weduwe werd je begin negentiende eeuw wel handelingsbekwaam geacht, maar

zodra je trouwde veranderde dat. Tot 1960 werd van vrouwen nog verwacht dat ze stopten met werken zodra ze in het huwelijksbootje stapten. Van de vrouwen die werkten of wier naam op oude contracten is terug te vinden, weten we dus dat ze op dat moment geen wettelijke partner hadden. Daarnaast mochten vrouwen werken in die tijd, en velen van hen deden dat ook. Vanaf het platteland trokken steeds meer jonge vrouwen naar de stad om daar aan de bak te gaan. In veel Europese landen kozen sommige alleenstaande vrouwen ervoor om samen te wonen en zo kosten te drukken, een fenomeen dat door historicus Olwen Hufton spinster clustering werd genoemd.

Hoewel vrouwen tot op zekere hoogte behoorlijk zelfstandig en zelfvoorzienend waren, moeten we dat beeld niet te veel romantisieren. Als alleenstaande was je economisch kwetsbaar, zeker als vrouw. Het waren daarom vooral de armste en de rijkste vrouwen die alleen bleven. Een rijke vrouw had het vermogen van een partner niet nodig, terwijl het voor een arme vrouw misschien lastiger was om een partner te vinden voor wie zij een aantrekkelijke bruid was. Hoewel er best wat singles waren, liep de sociale norm niet synchroon met de praktijk, want als alleenstaande werd jouw lifestyle lang niet altijd sociaal aanvaard. Zo vertelt Schmidt dat vooral weduwen soms zelfs als ‘gevaarlijk’ werden gezien, omdat zij al van de ‘vleselijke lusten’ hadden geproefd. Foei.

Ka-ching: meer geld betekent meer singles

Ook al was alleen leven nog steeds geen sociaal geaccepteerd fenomeen, er zijn de afgelopen eeuwen tal van maatschappelijke