

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	10
HOOFDSTUK 1 Onbeantwoorde liefde <i>Over jouw single-zijn en Gods antwoord</i>	12
HOOFDSTUK 2 Herstel mijn eerste liefde <i>Over thuis zijn bij God</i>	28
HOOFDSTUK 3 Gebroken harten, gebroken mensen. <i>Over de pijn en moeiten van single-zijn</i>	43
HOOFDSTUK 4 Vrede met je verleden <i>Over gebrokenheid in relaties en seksualiteit</i>	61
INTERMEZZO	79
HOOFDSTUK 5 Mijn tijden zijn in uw hand. <i>Over wachten</i>	81
HOOFDSTUK 6 'k Stel mijn vertrouwen <i>Over vertrouwen op God en mensen</i>	96
HOOFDSTUK 7 Gericht op Jezus <i>Over meer lijken op Jezus en volharding</i>	110
HOOFDSTUK 8 Wat een wonder dat ik meewerken mag <i>Over dienen en roeping</i>	124

Tips voor je single-zijn	137
---	-----

Interviews

<i>Eline Hoogenboom</i>	140
<i>Nel den Boer</i>	143
<i>Tessa van Olst</i>	146
<i>Cocky Drost</i>	150
<i>Gerlinde</i>	153
<i>Marije van den Berg</i>	156
<i>Lily Burggraaff</i>	160

Nawoord	164
--------------------------	-----

Dankwoord	166
----------------------------	-----

Over mij	168
---------------------------	-----

Meer informatie?	169
-----------------------------------	-----

Noten	170
------------------------	-----

LIEVE VROUW,

Wat ben ik blij dat jij dit boek in handen hebt! Ik vind het mooi dat je de keuze maakt om meer te weten te komen over je single-zijn en de rol van God daarin. Ik heb geen idee met welk gevoel je dit boek gaat lezen. Misschien ben je blij dat je single bent, misschien teleurgesteld, misschien ben je al heel lang single of juist niet. Je kunt dit lezen uit interesse, uit verlangen om te groeien, maar misschien zit je hier ook wel met enorm veel pijn over je single-zijn. Daar zullen we vanzelf meer over gaan ontdekken. Ik juich het enorm toe dat je hier zit. Elke stap die jij zet om dichterbij God te komen is een feestje in de hemel. God houdt van je en Hij wil weten wat er in je omgaat, ook op dit gebied van je leven.

Dit boek is ontstaan door mijn eigen zoektocht. Ik merk dat ik soms moeite heb met mijn single-zijn en dat ik het niet altijd zie als iets leuks. Daarentegen zijn er zeker ook momenten waarop ik blij ben met mijn single-zijn en ik de voordelen ervan inzie. Hoewel de tijden van blijdschap overheersen, doet het verlangen naar echte liefde soms ook pijn en zorgt het voor vragen. Ik heb de afgelopen tijd gemerkt dat ik niet de enige ben die er zo naar kijkt. In veel gesprekken die ik met vrouwen om mij heen heb, zie ik dezelfde moeiten en vragen. Die vragen wil ik met je langsgaan in dit boek. Samen met jou wil ik zoeken naar mogelijke antwoorden, hoe God zich tot die vragen verhoudt en wat dat betekent voor jouw leven. Onthoud dat wat ik schrijf niet hét antwoord is. Ik kan je niet exact vertellen wat Gods visie of wil is. Ik heb ook geen jaren aan levenservaring, maar ik heb wel interesse in single-zijn en een verlangen om samen met jou op zoek te gaan naar hoe je gelukkig kunt zijn in je single-zijn. Daarom heb ik een aantal vrouwen geïnterviewd dat dat wel heeft. Hun verhalen vind je achter in dit boek en in de hoofdstukken zal ik deze vrouwen soms ook aan het woord laten. Zij brengen je een ander perspectief en hebben vaak ook veel ervaring, omdat ze in leeftijd variëren van ongeveer 35 tot 75. Zo lees je de verhalen van Tessa van Olst, Gerlinde*, Lily Burggraaff en Nel den Boer, die alle vier single zijn of dat een langere tijd zijn geweest. Ook komen Marije van den Berg en Eline Hoogenboom

aan het woord, die beiden veel te vertellen hebben over hun periode van single-zijn. Tot slot geeft Cocky Drost haar perspectief op single-zijn vanuit haar expertise als relatietherapeut en psycholoog. Deze interviews kun je aan het einde lezen, maar je kunt ze er ook tussendoor eens bij pakken.

Elk hoofdstuk in dit boek behandelt een bepaald onderwerp dat belangrijk is in de periode dat je single bent. Aan het einde van elk hoofdstuk – en soms ook tussendoor – staan vragen en opdrachten om mee aan het werk te gaan en een gebed dat je kunt uitspreken. Ga met andere mensen hierover in gesprek, maar doe dat niet alleen met andere singles! Mensen met een relatie kunnen je ook goed helpen in jouw worstelingen met je single-zijn, al lijkt dat soms misschien niet zo. Je kunt ook overwegen om dit boek samen met iemand of met een groepje vriendinnen te lezen. Zo heb je meteen iemand om de opdrachten en vragen mee te bespreken en kun je echt in gesprek gaan.

Tot slot hoop ik dat dit boek mag voelen als een gesprek dat je met mij hebt, waarin we samen ontdekken wat de schoonheid van single-zijn is. Dat ik dingen vertel en dat jij vragen stelt. Alsof we samen een kop thee drinken, samen eten of kletsen na de kerkdienst en praten over wat er op je hart ligt. Ik bid dat je je door mij gezien en gehoord voelt. Dat ik in dit boek soms mijn mond mag houden en mag luisteren naar jouw verhaal. En dat dan, als wij met z'n tweeën in Gods naam bij elkaar zijn, Jezus vanzelf mag aanschrijven. Onthoud daarbij alsjeblieft dat ik niet perfect ben. Ik ga net als jij gewoon struikelend door het leven. Gelukkig is struikelen ook een manier van vooruitgang. Zo wil ik met jou verder komen in dit onderwerp. Niet door discussie, maar door een gesprek, van hart tot hart, waarbij we mogen praten over hoe het echt gaat. Waarbij we de lelijke dingen niet uit de weg gaan en we elkaar mogen helpen met onze problemen in dit soms zo lastige deel van ons leven. Met vallen en opstaan, struikelen en weer doorgaan. Zullen we beginnen?

Heel veel liefs,
Hilde

HOOFDSTUK 1

ONBEANTWOORDE LIEFDE

OVER JOUW SINGLE-ZIJN EN GODS ANTWOORD

DE ONGEHUWDE DRAAGT ZORG VOOR DE DINGEN VAN DE HEERE, HOE HIJ DE HEERE ZAL BEHAGEN. WIE ECHTER GEHUWD IS, DRAAGT ZORG VOOR DE DINGEN VAN DE WERELD, HOE HIJ ZIJN VROUW ZAL BEHAGEN.

– 1 Korinthe 7:32b-33 (HSV)

We beginnen dit boek met een bijbeltekst over single-zijn. Misschien ken je hem ook al wel. Wat Paulus hier eigenlijk zegt is: prijs jezelf als je single bent, dan heb je alle tijd en aandacht om je te richten op Jezus! Wat betekent dat precies? Daar gaan we in dit hoofdstuk naar kijken. Als je het prettig vindt om iets meer over mij te weten voordat je begint met lezen, dan kun je op pagina 168 een kort voorstelstukje vinden.

GEBROKEN DROMEN

Het aantal mensen in Nederland dat alleen woont, groeide tussen 1947 en 2017 van vijf naar 22 procent van de volwassen Nederlanders en dit zal de komende jaren alleen maar meer worden.¹ De socioloog Eric Klinenberg stelt in zijn boek *Going solo*² zelfs dat het toenemende aantal singles een van de grootste veranderingen in de huidige maatschappij is. Hoewel er dus steeds meer mensen alleen leven, dromen deze mensen daarentegen nog wel van een bruiloft. Een overgrote meerderheid van de singles wil graag trouwen.

De kans is groot dat jij ook tot deze groep behoort. Dat je graag een relatie had gehad of getrouwd had willen zijn, maar dat dat je nog niet overkomen is. Misschien droom je al van jongs af aan van je bruiloft, maar wordt de realiteit van het uitblijven van die witte

jurk steeds duidelijker. Dat kan enorm veel pijn doen, hoe oud of hoe jong je ook bent.

Zo'n verlangen naar een relatie kan natuurlijk uit jezelf komen, maar ook je omgeving kan daarin een rol spelen. De plek waar je woont, de kerk waar je lid bent, de vrienden die je hebt – hoe wordt daar gekeken naar single-zijn?

In de documentaire 'Seks, God en trouwringen'³ spreekt Charlotte van Egmond verschillende christelijke stellen en singles en daarin komt naar voren dat zij vaak enorm veel druk voelen om jong te trouwen. Dit lijkt een algemeen patroon in de christelijke wereld, terwijl de gemiddelde Nederlandse vrouw met 31,9 jaar in het huwelijksbootje stapt (alleen het eerste huwelijk is bij deze leeftijd meegerekend).⁴ Toch wordt ook buiten de christelijke wereld, in onze samenleving, samenzijn als norm gezien. Daar is de nadruk op het huwelijk misschien minder, maar een ober kijkt je nog steeds vreemd aan als je zegt dat je een tafeltje voor één hebt gereserveerd.

Dit kan ervoor zorgen dat je single-zijn als iets negatiefs ziet en je trouwen ziet als een logische stap in je leven. Je koopt een huis, je vindt een baan, je trouwt. Het is een activiteit die iedereen afvinkt, net als je middelbareschooldiploma halen. Dit zorgde er bij mij voor dat ik echt op zoek ging naar een relatie. Immers, zonder relatie kan er niet getrouwd worden. Bovendien heeft het niet alleen invloed op je beeld van single-zijn, maar ook op je beeld van een huwelijk. Ik begon een huwelijk te zien als de ideale situatie waarin niets fout ging. Dan is er immers iemand die voor altijd van je houdt; mooier dan dat wordt het toch niet?

Als jij dat ook denkt, dan wil ik je nu zeggen: die droom gaat nooit werkelijkheid worden. Niet omdat je nooit zult trouwen, maar omdat je beeld van het huwelijk niet reëel is. Vind je dat hard? Dat is het misschien ook wel. Maar van stellen in mijn omgeving hoor ik wel dat een relatie of een huwelijk geen sprookje is. Ook Nel den Boer vertelt daarover in haar interview op pagina 143: 'Veel mensen denken dat getrouwd zijn en kinderen krijgen de ultieme ervaring is, maar ik heb gezien dat het niet altijd rozengeur en maneschijn is.' Elk seizoen van je leven kent zijn moeilijkheden. Single-zijn brengt specifieke moeilijkheden met zich mee, maar ook het huwelijk is een

seizoen met moeilijkheden. Andere moeilijkheden, maar niet minder erge moeilijkheden. Dat kan iets zijn wat je allang weet, maar het kan ook zo zijn dat je daar minder bij stilstaat. Als je zelf bijvoorbeeld jong bent, is de kans klein dat je veel getrouwde stellen in je omgeving hebt. Dan krijg je waarschijnlijk minder mee van die problemen. Ook als je deze stellen wel in je omgeving hebt, delen ze het misschien niet met jou als het niet zo soepel loopt. Je hoort nu misschien voornamelijk coole date-verhalen, je ziet lieve cadeautjes en hoe gelukkig stellen zijn met elkaar. Dat is ook ontzettend mooi! Maar de werkelijkheid kan wel anders zijn. Charlotte van Egmond deelt in haar documentaire ook over de problemen die zij ervaarde in de eerste jaren van haar huwelijk. Ze vertelt: 'Vroeger vond ik een bruiloft fantastisch, maar als ik er nu ben, denk ik: weet je wel wat je belooft?' Haar man zegt vervolgens: 'Het is topsport.'⁵

Dat betekent niet dat een relatie of huwelijk niet leuk is, maar het is wel belangrijk om geen vertekend beeld te krijgen. Het huwelijk gaat je niet per definitie gelukkiger maken. Een relatie betekent dat twee imperfecte mensen het leven samen gaan delen. Daar lees je twee dingen. Enerzijds: het leven samen delen. Mooi! Wat prachtig om dat te kunnen doen. Anderzijds lees je: twee imperfecte mensen. Moeilijk! Want jouw leven met jezelf alleen, met één imperfect mens, is al best wel lastig. Twee imperfecte mensen; dat zorgt voor problemen. Die twee dingen gaan hand in hand tijdens een relatie: mooi én moeilijk.

Daarnaast is een huwelijk een prachtig verbond tussen twee partners en God.⁶ Er zijn zeker moeilijke momenten, maar er is vooral ontzettend veel genade en liefde. Twee mensen worden samen één, zoals beschreven in Genesis 2:24, en kunnen daardoor samen op een geweldige manier bijdragen aan Gods glorie. Maar dat betekent niet dat het huwelijk een zaligmakende status moet krijgen of dat het moet worden gezien als einddoel. Lily Burggraaff vertelt in haar interview op pagina 160: 'Beter geen huwelijk, dan een slecht huwelijk.' Dat idee is belangrijk om in gedachten te houden. In zijn boek *Not yet married* zegt Marshall Segal hierover: 'God probeert ons onvoorwaardelijke liefde, onbeschrijfelijke vreugde en een onvergelijkbaar doel te geven, maar velen van ons proberen alleen maar om te trouwen.'⁷ Dat gevoel van uliem geluk kan

uiteindelijk alleen God je geven. En dat is ook hoe God een huwelijk gebruikt: als middel voor zijn eer, niet als doel. In hetzelfde boek stelt Marshall Segal dat deze wetenschap ook voor verandering zorgt in de manier waarop we op zoek gaan naar verbinding: 'Een zoektocht naar een partner is geen zoektocht naar de perfecte persoon, maar een zoektocht naar meer van God.'

- IS HET JOUW DROOM OM TE TROUWEN? WAAROM?

- IS HET IN JOUW OMGEVING NORMAAL OM TE TROUWEN?

- WAT IS JOUW BEELD VAN HET HUWELIJK?

- IS DAT EEN REALISTISCH BEELD?

- BEN JE HET EENS MET DE UITSPRAKEN VAN MARSHALL SEGAL? WAT BETEKENEN ZE VOOR JOUW LEVEN?

DE KERN VAN JE VERLANGEN

Je omgeving heeft dus een sterke invloed op hoe jij naar het huwelijk kijkt en hopelijk heb je wat duidelijkheid gekregen over jouw eigen beeld van een huwelijk. Toch kan het zo zijn dat je nu denkt: leuk en aardig dat er niets mis is met me en dat een huwelijk niet heilig is, maar toch heb ik zo'n sterk verlangen naar een relatie. Dat is heel normaal en dat gevoel mag er ook gewoon zijn. Dat verlangen zorgt soms voor pijn en verdriet, maar het is ook belangrijk om je af te vragen waar het precies vandaan komt.

Die vraag is niet nieuw, sterker nog, die is al eeuwenoud. Duidzenden jaren geleden gaf de Griekse filosoof Plato al een verklaring voor dit verlangen naar verbinding. Hij vertelt in een van zijn verhalen dat mensen vroeger bolletjes waren met vier armen en vier benen. Er zaten dus als het ware twee mensen aan elkaar vastgeplakt. Deze mensen werden echter zo machtig, dat ze de hemel waar de goden zich bevonden wilden bestormen. Omdat de mensen zo te machtig werden, besloten de goden de mensen in tweeën te splitsen. Plato stelt dat elk mens sindsdien letterlijk op zoek is

naar zijn of haar 'wederhelft'. Dat verklaart ook het verlangen naar verbinding; je mist namelijk daadwerkelijk iets. Je gaat op zoek naar diegene die bij jou hoort.

Hoewel dit een mooi verhaal is, is het natuurlijk niet wat wij geloven. Wij geloven niet in Griekse goden, maar in de Schepper van hemel en aarde. En die Schepper heeft ook het een en ander te zeggen over liefde en verbinding. God laat in de Bijbel zien dat Hij ons heeft gemaakt als wezens die verlangen naar contact met andere mensen, die elkaar helpen en gezien willen worden door elkaar. 'Het is niet goed dat de mens alleen is', zegt God in Genesis 2:18 als Hij Eva scheidt als helper voor Adam. Ook in het Nieuwe Testament wordt ons vaak opgedragen om elkaar te helpen en van dienst te zijn, zoals in Romeinen 12:9-21. Daar blijft het niet bij: God staat Zelf in contact met 'anderen'. De drie-eenheid maakt dat God in verbinding staat met de Zoon en de heilige Geest. Dit wordt weleens de 'dans van de triniteit' genoemd ('triniteit' is een ander woord voor drie-eenheid).⁸ Zo heeft God jou ook gemaakt om verbinding te zoeken met anderen. Daar komt jouw verlangen naar een relatie waarschijnlijk vandaan; je wilt je leven graag met iemand delen. Dat verlangen is dus helemaal niet vreemd, maar zelfs door God Zelf gegeven!

Daarmee is echter niet alles gezegd. Jij staat immers al met mensen in verbinding. Kijk maar eens om je heen: met hoeveel mensen heb jij contact? Je familie, je vrienden, je kerk, je collega's ... Met sommigen van hen mag je echt in verbinding staan; aan hen vertel je wat je ten diepste bezighoudt. Dat is een prachtige zegen van God die je hebt gekregen. Daarbij komt dat er nog iemand anders is met Wie je in verbinding mag staan: God! Wat is er nou mooier dan in verbinding staan met God? De allerhoogste Koning, de Schepper van al wat leeft, je liefdevolle Vader, wil in verbinding staan met jou. Hier verschilt de Bijbel ook van Plato. In de mythologie zijn mensen haast wanhopig op zoek naar hun wederhelft en zo wordt dat het doel. De Bijbel schrijft over relaties met anderen en met God, bijvoorbeeld in Romeinen 12 en Psalm 139, maar dat hoeft niet specifiek van een partner te komen en het wordt niet tot een doel gemaakt.

Aan verbinding hebben wij in principe geen gebrek. Desondanks

blijft dat verlangen naar een relatie aanwezig. Waar komt dat dan door? Dat verlangen is niet verkeerd; naast verhalen over singles, staan er ook verhalen over getrouwde mensen in de Bijbel. Je kunt ook denken aan het bijbelboek Hooglied, dat een lofzang is op de liefde. Een liefdesrelatie is nu eenmaal anders dan je vriendschappen of je relatie met God. Een relatie geeft je een partner die echt kiest voor jou, die zich exclusief aan jou verbindt en met wie je hier op aarde het leven kan delen. Het is logisch dat je daar nieuwsgierig naar bent.

Het is dus niet verkeerd dat je verlangt naar een relatie. Maar we kunnen ook nóg dieper naar jouw verlangen kijken. Wat is de reden dat jij nu, op dit moment, verlangt naar een relatie? Het kan zijn dat je iets in je leven mist waarvan je denkt dat een relatie je dat wel brengt. Of dat je het bij anderen om je heen ziet en dat ook wilt ervaren. Ook kan het zo zijn dat jij het idee hebt dat je klaar bent voor een relatie, maar dat God je die niet geeft. Wat is de kern van je verlangen? Probeer voor jezelf kritisch stil te staan bij die vraag.

Als ik dat zelf doe, dan zijn er grofweg twee situaties waarin mijn verlangen naar een relatie groter wordt. Enerzijds als ik ontevreden ben met mijn eigen leven; als het gevoel dat ik iets mis heel erg groot wordt. Vaak zijn anderen om mij heen dan juist gelukkig in de liefde, waardoor ik van dichtbij zie hoe mooi het kan zijn. Anderzijds komt dat verlangen vaak naar boven als het juist erg goed met me gaat. Als ik het gevoel heb dat God me niet overduidelijk iets aan het leren is en mijn leven een zekere mate van 'stabiliteit' heeft gekregen. Ik zie dan geen uitdagingen en avonturen meer met God waar ik als single extra tijd voor zou hebben. Juist dan denk ik: is het niet tijd voor een relatie? Dit zijn natuurlijk slechts mijn voorbeelden en dat hoeft voor jou helemaal niet zo te zijn. Daarom wil ik je vragen om na te gaan wanneer jij naar een relatie verlangde of waarom je er nu naar verlangt. Is dat op het ene moment meer dan op het andere? Wat ligt er bij jou ten grondslag aan die wisselingen?