

Ongehoorzaamheid zal u redden

ANOUCK MEIER

ONGEHOORZAAMHEID ZAL U REDDEN

Flinke meisjes gaan naar de hemel,
rebelse vrouwen komen overal



INHOUD

	Woord van de auteur	8
	De kunst der ongehoorzaamheid	12
WOEDE (<i>IRA</i>)	Gij zult uw hysterische potje niet laten overkoken	48
HOOGMOED (<i>SUPERBIA</i>)	Gij zult niet denken dat ge interessant zijt	80
GULZIGHEID (<i>GULA</i>)	Gij zult dwangmatig calorieën tellen (en trek die buik in!)	106
LUIHEID (<i>ACEDIA</i>)	Gij zult niet op uw gat zitten (tenzij om de was te plooiën)	138
AFGUNST (<i>INVIDIA</i>)	Gij zult niet smachten naar wat een ander bezit	172
HEBZUCHT (<i>AVARITIA</i>)	Gij zult geen material girl zijn	194
LUST (<i>LUXURIA</i>)	Gij zult kuis zijn op dinsdag, beschikbaar op donderdag en berouwvol op zondag	218
NAWOORD	Tegen het vanzelfsprekende in	250

*Je dacht dat je flink moest zijn om graag gezien te worden.
Je deed wat hoorde en vergat wat je wou.*

*Je slikte je vragen in, fluisterde wat je wou roepen.
Je liep in de pas waar je had willen dansen.
Je leerde blozen in plaats van bloeien.*

Je temperde jezelf tot je bijna verdween.

*Moge dit boek een vonk zijn voor dat wat zich niet laat temmen.
Een ode aan je honger, een middelvinger naar schaamte.*

*Dit boek is voor jou.
Voor elke vrouw die ooit dacht dat ze zich moest
verontschuldigen voor haar bestaan.*

WOORD VAN DE AUTEUR

Het zijn hier allemaal woorden van de auteur, natuurlijk. Maar dit puntje wou ik vooraf nog op de spreekwoordelijke ‘i’ zetten.

Dit boek gaat over de Good Girl en hoe het ideaalbeeld van een vrouw ons in een houdgreep heeft. Hoe patriarchale regels ons collectief in een korset duwen (en dat spant!).

Ik zou liegen als ik deed alsof ik boven dat script uit zweef. Ook ik ben gekneed, gepolijst en stevig ingepakt door de verwachtingen die ik in dit boek fileer. Je leest dus niet de woorden van een verheven orakel dat ‘de Waarheid’ verkondigt, maar van een vrouw die nog altijd twijfelt of ze haar *resting bitch face* in de plooi moet leggen tijdens een vergadering om niet als ‘moeilijk’ weggezet te worden.

Mijn vertrekpunt? Ik ben een witte cisvrouw, opgegroeid onder West-Vlaamse kerktorens, met diploma’s, een liefhebbende echtgenoot, een stevig dak boven mijn hoofd en een behoorlijk gezond lijf. Dat zijn privileges die mijn blik kleuren en mijn weg ongetwijfeld makkelijker hebben gemaakt. Als ik even uitzoom, dan wordt snel duidelijk dat ik met een startpakket op *easy mode* speel, terwijl anderen in *hardcore survival mode* op deze aardbol zijn gedropt.

En toch. Ondanks die onmiskenbare voorsprong bots ik elke dag op de grenzen van het Good Girl-script. Op de spanning tussen ambitieus zijn en sympathiek of tenminste *relatable* blijven. Zoals die keer dat ik een keynote gaf en iemand me complimenteerde met mijn ‘schoon kleedje!’ in plaats van met mijn analyse (waarop ik stevig had gesjiek). Of al de keren dat ik me schuldig voelde omdat ik liever een deadline klop dan aan de schoolpoort sta. Of toen ik tijdens een interview mezelf erop betrapte dat ik glimlachend nuanceerde, terwijl ik gewoon wilde uitroepen: ‘Bullshit!’ Kortom: ik schrijf dit boek niet als de ontsnapte, maar als de worstelende medegevangene.

En er is nog een belangrijke disclaimer. Als ik in dit boek woorden gebruik als ‘vrouw’, ‘wij’ of ‘ons’, weet dan dat ik goed beseft dat we als vrouwen geen homogene kudde van in identieke *deux-piècekes* gehulde wezens zijn. Dat geldt evengoed voor de categorie ‘mannen’. Gender is

geen binaire code, maar een spectrum met meer schakeringen dan kleuren op de catwalk tijdens Copenhagen Fashion Week. Toch kies ik ervoor om te spreken over vrouwen en mannen. Niet omdat ik een strikte tweedeling onderschrijf, wel omdat het de taal is waarin we ongelijkheid nog altijd proberen te vatten.

Wanneer ik het woord ‘vrouwen’ gebruik, bedoel ik daarmee – net als mijn feministische *godmother* Silvia Federici – een politieke categorie, geen biologisch vaststaand gegeven.¹ Met vrouwen bedoel ik iedereen die geraakt wordt door de systemische onderdrukking die klassiek met de vrouwelijke sekse wordt geassocieerd: cisvrouwen, transvrouwen, non-binaire en queer personen die in datzelfde hokje geduwd worden. Ik ben me ervan bewust dat die term altijd tekortschiet – taal hinkt nu eenmaal achterop – maar ik gebruik hem toch, omdat we voorlopig geen betere optie hebben (suggesties zijn altijd welkom).

Wanneer ik ‘vrouwen’ schrijf, bedoel ik iedereen die dagelijks geconfronteerd wordt met het Good Girl-script. Ik trek aan de draadjes van dat script en leg patronen bloot die velen zullen herkennen – of je nu CEO bent en/of een moeder die wéér als enige moet onthouden dat de zwemzak mee moet op dinsdag. Ik deel verhalen, steek mijn neus in de geschiedenis en maak ruzie met hardnekkige mythes. Af en toe verander ik details of anonimiseer ik mensen, want ook brave meisjes hebben recht op privacy (en ik wil geen familieruzie als *side dish* bij het kerstdiner). Dit boek pretendeert noch een exhaustief overzicht noch een wetenschappelijk essay te zijn – al zijn de bronnen die ik aanhaal stuk voor stuk zorgvuldig gekozen.

Net zoals mijn vorige boek, *Op een dag ben je dood*, is dit geen zelfhulpboek. Ik serveer geen stappenplannen, geen tien tips voor een beter leven, geen lifehacks of shortcuts om uit het patriarchaat te ontsnappen. Dit boek is niet meer of minder dan mijn interpretatie van de feiten. Een mix van persoonlijke anekdotes, feministische analyse en een flinke scheut verontwaardiging. Met een snuifje (bij momenten zwarte) humor, want zonder humor hou je het niet vol in dit circus. In sommige hoofdstukken kaart ik thema's aan die rauw en pijnlijk kunnen zijn. Lees in je

eigen tempo en sla gerust stukken over. Er is geen juiste volgorde om het patriarchale juk af te werpen.

Als dit boek iets wil zijn, dan is het een *gentle reminder* dat je niet gek bent. Dat de lat niet te hoog ligt omdat jij niet hoog genoeg springt, maar omdat het systeem je benen vastbindt. Mijn hoop? Dat je af en toe hardop lacht. Dat je soms ziedend wordt. En dat je zin krijgt om samen met mij en duizenden andere lezers het Good Girl-script aan flarden te scheuren. De fik erin.

DE KUNST DER ONGEHOOR- ZAAMHEID

SURVIVAL VAN DE FLINKSTE

SURVIVAL VAN DE FLINKSTE

*‘Veel engelen zijn aan God trouw gebleven, die noemt
men engelen. Anderen zijn tegen God in opstand gekomen,
en vielen zo uit de hemel naar beneden.’*

- Wolf, Lara Taveirne

Een schril lawaai van metalen poten die schrapen over een stenen vloer. Zij: zonder aarzeling haar stoel naar achteren schuiven om hem te gebruiken als opstapje. Wij: ontzet toezien hoe ze wijdbeens *op* haar lessenaar gaat staan. Hier en daar een oer-West-Vlaamse ‘*moh seg*’ die opstijgt uit de klasgroep. Ik weet niet wat er omging in het hoofd van mijn vriendinnetje op die bewuste lentedag in het eerste leerjaar. Blijkbaar vond ze het een goed idee om het bezoek van de directeur te vieren door *op* in plaats van *naast* haar bank te gaan staan. Daarmee was ze ook de enige die die mening was toegedaan. Ze kreeg een fikse uitbrander van de juf en ook op de speelplaats ging het incident over de tongen. Ik herinner me een gesprek onder schoolpoortmoeders. De consensus: de moeder van het meisje mocht de teugels wel wat strakker aanhalen.

Het is één, eerder onschuldige anekdote. En het is een van de honderden interacties uit mijn jeugd die samen een mal uitzetten, een sjabloon waar ook ik mij aan moest aanpassen. Een soort darwiniaanse *survival race* van de meest (aan)gepaste meiden. Een set onzichtbare regels, een puntensysteem waarbij je kon stijgen in de ranking door hard je best te doen, stil te zitten, beleefd en voornaam te zijn, niet te lopen in de gang, altijd met twee woorden te spreken, je stem niet te verheffen, je rokje over je knieën en niet erboven te dragen. Uitblinken, complimenten van de juf verzamelen voor je schoonschrift en je talent voor opstellen schrijven.

Ook weer niet té hard opvallen, bazig of dominant zijn. Ambitie tonen, maar met mate. Vooral bescheiden blijven. Met twee woorden spreken.

Je voorkomen verzorgen maar nooit laten blijken dat je daar moeite voor moest doen. Niet te dun zijn – maar liever dát dan te dik. Sportief maar nooit té competitief. Snel lopen – voor een meisje. *Being pleasing to the eye*, maar nooit hengelend naar aandacht van de jongens. Laat staan – de horror – een *reputatie* krijgen. De nodige ijver aan de dag leggen. Eerst je huiswerk doen, dan pas *Dawson's Creek* kijken. Jezelf nooit beter voelen dan een ander en altijd voor de groep kiezen. De lieve vrede bewaren, de plooiën gladstrijken. En als je iets dwars zit? Vuisten in je zakken maken. Je innerlijke vulkaan nooit tot ontploffing laten komen.

Het moet gezegd: ik had een talent om de regels te volgen en zo secuur mogelijk toe te passen. Ik genoot van de bevestiging als ware het dopamine die door je aderen stroomt als je trekt aan de hendel van een gokautomaat. Ik was trots om een flink meisje te zijn. En ja, natuurlijk volgde een fase zo rond mijn vijftiende waarin ik diezelfde regels maar wat graag aan mijn Dr. Martens lapte. Maar als puntje bij paaltje kwam, zat de identiteit van de Good Girl me al zo dicht op de huid dat die fase nagenoeg geruisloos voorbijging (al zullen mijn ouders die in die jaren getergd werden door luide punkmuziek dat misschien anders zien).

Ook als prille twintiger bleef ik doen wat van mij verwacht werd, en meer. Ik reeg de onderscheidingen en de diploma's aaneen en na de politieke wetenschappen studeerde ik ook in de rechten af. Nog voor ik goed en wel mijn studies had afgemaakt, had ik een contract op zak van een prestigieus Amerikaans advocatenkantoor. De regels volgen was niet alleen mijn identiteit maar nu ook mijn broodwinning geworden. Niet dat ik dat zelf in de gaten had.

Al die tijd was er niemand die mij probeerde manu militari in een keurslijf te proppen. Dit was West-Europa in de jaren 1990, geen Sovjetregime, toch? Er waren geen geschreven levieten waaraan ik geacht werd me te houden, noch een vaste strafmaat voor overtredingen. En toch golden er, ook ver buiten de schoolmuren, onzichtbare regels die mij in het gareel hielden. Ze lieten zich horen als het zachte gefluister van zelftwijfel en beperkende gedachten. Ze werkten als sociale constructies

van rollen en verantwoordelijkheden. Waar kwam die drang vandaan om te conformeren, om flink te zijn, om binnen onzichtbare lijnen te kleuren? Ik zou pas jaren later, als prille moeder, een notie beginnen krijgen van de onzichtbare krachten die hier aan het werk waren.

GOOD GIRL

Flashforward naar 2019. Ik ben al enkele jaren zelfstandig ondernemer en podcasthost. In het kader van die laatste hoedanigheid, hou ik een bevraging bij luisteraars. Ik peil naar hun tijdsbesteding en welbevinden. Het levert behoorlijk deprimerende lectuur op. Al deze vrouwen leiden hun eigen levens, oefenen de meest uiteenlopende jobs uit, doen dat in een andere context dan de mijne, en toch. Hun verhalen zijn vaak pijnlijk herkenbaar. *It takes one to know one*.

Ik ontdek meerdere patronen en narratieven, waarbij tussen de regels door een beeld opdoemt dat ik niet meer afgeschud krijg: dat van de Good Girl, een rol waarin zoveel vrouwen zich lijken te wentelen terwijl ze 24/7 proberen te voldoen aan alle verwachtingen. De inzichten die ik opdoe, wakkeren mijn feministische vuur aan en vormen de kiem van mijn eerste boek, *Op een dag ben je dood*. Sinds ik daarin de figuur van de Good Girl schetste, heb ik ontelbare keren mogen horen: 'OMG, die Good Girl die je beschrijft in je boek? Dat ben ik, ten voeten uit!'²

Maar wie of wat is die Good Girl eigenlijk? Een Good Girl houdt zich – vaak onbewust – aan een handleiding. Ze lijkt een vrijgevochten, succesvolle en zelfstandige vrouw. Ze heeft het ogenschijnlijk voor elkaar: carrière, gezin, sociaal leven, altijd klaar om te helpen, met een glimlach die niet breekt. Maar onder dat gladgestreken oppervlak gaat iets anders schuil. In realiteit zit ze gevangen in een onzichtbare kooi van rollen en verwachtingen die haar bewegingsvrijheid danig beperken.

Good Girls zijn wereldkampioenen in het zorgen voor anderen. Ze houden ballen in de lucht voor hun partner, kinderen, ouders, collega's en klanten – en vangen wat naar beneden tuimelt met gratie op. Alleen

komen ze zelf zelden aan de beurt. Hun eigen noden, verlangens en grenzen verdwijnen onderaan de lijst. Erger nog: veel Good Girls geven toe dat ze zijn vergeten wat ze zélf nodig hebben. Hun innerlijke kompas is *overruled* door de verwachtingen van buitenaf.

Ze willen het goed doen – als het even kan perfect – en leggen de lat torenhoog. Hun geïnternaliseerde criticus beschikt over een megafoon, en bij de minste misstap klinkt er een stem die hen toebrult dat ze niet goed genoeg zijn, dat ze bluffen, dat ze op elk moment door het podium kunnen zakken. En dus zeggen ze ‘geen probleem’ terwijl hun agenda al overloopt. Blijven ze beleefd glimlachen, ook al koken ze vanbinnen. Ze spelen altijd de tweede viool, en dan liefst nog pianissimo.

Good Girls zijn pleasers van nature (of beter: van nurture). Ze zijn de lijm in teams, het luisterende oor, de onzichtbare motor achter veel werk. Ze vinden soms ook oprecht voldoening in die ondersteunende rol. Tegelijk worstelen ze met grenzen stellen, nee zeggen of ruimte opeisen. Conflicten ontwijken ze liever en dus gaan ze vaak in het rood, in de hoop de harmonie te bewaren.

Ze leven met een knagend schuldgevoel dat ze maar moeilijk van zich af kunnen schudden. Ze zouden altijd nog meer kunnen doen, nog beter werk kunnen afleveren. In plaats daarvan ‘schieten ze overal tekort’ en krijgen ze ‘nooit niets’ gedaan.

De Good Girl is geen karikatuur. Ze is een herkenbaar archetype dat zich op allerlei manieren manifesteert, bij allerlei vrouwen, in allerlei contexten. En hier komt de clou van het verhaal: dit is geen individuele tekortkoming, maar een gevolg van diepgewortelde maatschappelijke systemen en verwachtingen. Want als zoveel vrouwen zichzelf wegcijferen, niet omdat ze dat ‘willen’ maar omdat ze zo zijn geprogrammeerd, dan is het tijd om het script onder de loop te nemen – en eigenhandig te herschrijven.

CULTURELE PROGRAMMATIE

Weet je wat echt straf is? Dat je helemaal niet hoeft te weten welke culturele programmatie hier aan het werk is, om erin mee te lopen. Om als een marionet (of *majorette*?) aan zijden draden door de wereld te bewegen. Ogenscheinlijk vrij als een vogel, in realiteit met gekortwiekte vleugels. Elk van ons is geconditioneerd door een onzichtbaar systeem. Het is het water waarin we met z’n allen zwemmen, een mensenleven lang. Het is pas als we eruit proberen te breken door aan de regels te morrelen, dat we merken hoezeer het ons verstikt en beperkt. Misschien is dit boek jouw eerste bewuste confrontatie met dit systeem.

Het is geen toeval dat zoveel vrouwen met dezelfde *shizzle* worstelen en hun leven lang proberen te voldoen aan alles wat van hen als Good Girls verwacht wordt. Wat vaststaat, is dit: zodra je je eerste stappen op deze aardbol zet (en eigenlijk zelfs nog daarvoor), word je beïnvloed door wat er rondom je gebeurt, wat je leest in de krant of ziet voorbijkomen op het journaal. Van jongs af aan leren we met onze ogen en oren, en imiteren we (vaak onbewust) wat we zien in ons gezin, op school, op TikTok en later op de werkvloer. We nemen het gedrag over van mensen die op ons lijken. En dat durft nogal te verschillen naargelang je als meisje of jongen opgroeit. Genderstereotypes zijn dominante beelden van hoe je je als man of vrouw hoort te gedragen, die na een tijdje deel gaan uitmaken van ons eigen oordeel. Er gaat iets dwingend van uit, in die zin dat mensen die ze niet volgen vaak geconfronteerd worden met negatieve reacties en veroordeling.

Dit boek gaat over alle foute en ongezonde regels die we zijn gaan slikken alsof het levenswijsheden waren. Hoe we die ideeën hebben geïnternaliseerd, ze tot overtuigingen (of geloof!) hebben verheven, ze hebben ingebouwd in onze maatschappelijke structuren en daarna netjes hebben doorgegeven aan de volgende generaties als een manier om onze eigen verwarde onderdrukking vrolijk in stand te houden.

Culturele opvattingen zijn besmettelijk: we geven ze door van de wieg tot de kleuterklas, van de babbel aan de koffiemachine over de

Teams-meeting en de brunch op zondag. Ze zitten overal. Niemand bedenkt zichzelf volledig vanaf nul, hoe graag we dat ook willen geloven. De individuele maakbaarheid van de mens – een paradepaardje van het hedendaagse denken in het liberale Westen – is grotendeels een illusie. We krijgen voortdurend te horen dat we onszelf kunnen heruitvinden, optimaliseren, upgraden. Dat er voor elk probleem een cursus, app of ochtendroutine bestaat. Alsof de mens een soort IKEA-meubel is dat je met het juiste stappenplan in elkaar kunt schroeven.

Maar laat me je uit de droom helpen: niemand maakt zichzelf helemaal, laat staan volgens een set overzichtelijke instructies. We hangen aan een van stereotypes die ouder zijn dan wijzelf. Je kunt nog zo hard van ‘lean in’ doen, de context buigt zelden mee. Maakbaarheid klinkt *empowering*, maar legt de verantwoordelijkheid vooral bij het individu – en laat dat nu net de grootste leugen van allemaal zijn. Sorry, Sheryl Sandberg.³

Culturele programmering is bij uitstek een gelaagd fenomeen. Eén enkel systeem is niet allesbepalend voor ons hele doen en laten. Hoe we ons gedragen en volgens welke ongeschreven regels dat gebeurt, wordt vormgegeven op wat we kruispunten of intersecties van verschillende identiteiten noemen. De plek waar je geboren werd, je gender, etniciteit...: al die factoren samen vormen de onzichtbare krijtlijnen van de wereld waarin jij je beweegt. In dit boek wil ik focussen op het specifieke systeem dat alle vrouwen treft en bepaalt wat ‘gepast’ is voor elk van ons: het patriarchaat.

DE KOOI VAN HET PATRIARCHAAT

HET WOORD DAT NIEMAND WIL HOREN

‘This rule of silence is upheld when the culture refuses everyone easy access even to the word “patriarchy”. Most children do not learn what to call this system of institutionalized gender roles, so rarely do we name it in everyday speech. This silence promotes denial. And how can we organize to challenge and change a system that cannot be named?’
- *The Will to Change: Men, Masculinity, and Love*, bell hooks⁴

Blijkbaar is er een woord dat zó veel jeuk veroorzaakt dat tv-redacties er Excel voor bovenhalen: dat woord is ‘patriarchaat’. Toen ik te gast was bij *De tafel van Gert*, had Gert Verhulst *himself* er niet beter op gevonden dan een stagiair te laten tellen hoe vaak dat woord in mijn eerste boek voorkomt. (*Spoiler alert 1*: vaak. *Spoiler alert 2*: ook in dit boek is dat het geval.) Dat Gert dat een betere invalshoek vond dan pakweg een inhoudelijke vraag, spreekt boekdelen.

Patriarchaat is zo’n term die we stevast wegwuiven, weglachen of reduceren tot een relikwie uit de jaren 1970. Alsof het een scrabblewoord is dat alleen boze feministen met heimwee naar Woodstock nog durven te gebruiken. Maar lacherig doen is niet onschuldig: het is een afweermechanisme. Zoals bell hooks zei: ‘Lachen bij het horen van het woord patriarchaat is een wapen van patriarchaal terrorisme.’

Waarom roept de term zoveel weerstand op? Misschien omdat ‘patriarchaat’ niet één of een paar mannen aanwijst (*die paar rotte appels*), maar een systeem. Het woord duidt op structuren die ons allemaal raken en waar we allemaal in meespelen – ook jij en ik. En dat voelt minder gezellig dan de mythe van de uitzonderlijke klootzak.

Een eerste stap in het ontmantelen van het patriarchaat is om iedereen – ook mannen – bewust te maken en woordenschat te geven om die dagelijkse realiteit te benoemen. Wat mij betreft, kunnen we het niet genoeg over het patriarchaat hebben. Want wat je niet benoemt, kun je ook niet bevechten. Dus ja, tel gerust mee. Elke keer dat je ‘patriarchaat’ ziet staan, kun je het lezen als: de set onzichtbare regels die bepaalt wie praat en wie luistert, wie zorgt en wie beslist, wie mag uitlopen en wie het gat dicht.

WAT IS HET PATRIARCHAAT?

‘Zeer verontrustend’, ‘flagrante discriminatie’, ‘onaanvaardbaar’. Tijdens het schrijven van dit boek hoef ik maar de krant open te slaan en de voorbeelden om mijn punt te illustreren lachen me toe. Nu ja, lachen. Ditmaal zijn het de reacties waarmee middenveldorganisaties zoals de Gezinsbond en de Vrouwenraad reageren op de pensioenplannen van minister van Pensioenen, Jan Jambon.

Omdat vrouwen vaker deeltijds werken, meer zorgverloven opnemen en in slechter betaalde sectoren actief zijn, bouwen ze minder pensioenrechten op. Voorgestelde maatregelen zoals de afbouw van gelijkgestelde periodes, strengere voorwaarden voor het minimumpensioen en een pensioenmalus bij vervroegde uitstap, straffen precies die onderbroken loopbanen. Het resultaat: een systeem dat de structurele ongelijkheid in zorg en werk niet corrigeert, maar versterkt – met vooral vrouwen als verliezers. Die voorgestelde hervorming verandert het pensioenstelsel in een boetesysteem voor zorg: elk uurtje dat een vrouw voor haar gezin zorgde, keert als straf terug op haar eindafrekening.

Het patriarchaat is géén geheim genootschap van mannen in zwarte kapmantels die in een kelder bijeenkomen om te beslissen dat vrouwen 9% minder loon krijgen, dat meisjes beter hun buik intrekken en dat moeders vooral niet te luid mogen klagen. Was het maar dat. Het patriarchaat is subtieler én hardnekkiger: het is ‘een politiek-sociaal systeem

dat volhoudt dat mannen inherent domineren, superieur zijn aan alles en iedereen die als zwak wordt beschouwd, vooral vrouwen, en begiftigd zijn met het recht om te domineren en te heersen over de zwakken’.⁵

Kort gezegd: het patriarchaat is een systeem waarin mannen meer macht en daarbij behorende privileges hebben dan vrouwen. In een patriarchale samenleving worden de meningen, lichamen en ideeën van mannen doorgaans als waardevoller beschouwd dan die van vrouwen. Of, zoals sociologe Sylvia Walby het haarscherp samenvat: het is een systeem van sociale structuren en praktijken waarin mannen vrouwen domineren, onderdrukken en uitsluiten.⁶ Dat klinkt als iets waar je niet meteen vrolijk van wordt en misschien zelfs als iets uit ver vervlogen tijden, maar dat is het niet.

Vrouwen blijven ondervetegenwoordigd op plaatsen van macht. Zo is minder dan één op de vijf burgemeesters in Vlaanderen een vrouw (18,5%).⁷ Ongeveer een derde van de bestuursleden van beursgenoteerde bedrijven is vrouw en in directiecomités is dat aandeel amper 14%. Slechts 5% van de CEO’s van grote Belgische ondernemingen is vrouw.⁸

Ook op andere vlakken is er nog lang geen gendergelijkheid. In België verdienen vrouwen gemiddeld nog altijd minder dan mannen. Ze werken veel vaker deeltijds (40,2% van de werkneemsters vs. 12,1% van de mannelijke werknemers) en presteren wekelijks gemiddeld 10 uur meer onbetaalde zorg- en huishoudarbeid dan mannen.⁹ Ze bouwen minder pensioen op en zijn vaker financieel kwetsbaar bij een relatiebreuk. In periodes van economische crisis worden sectoren waarin vrouwen oververtegenwoordigd zijn (denk aan zorg, onderwijs, cultuur) vaker getroffen door besparingen. Er bestaat empirisch bewijs dat de lonen onder druk komen te staan in sectoren zodra ze vervrouwelijken. In België verdient een mannelijke topsporter gemiddeld meer dan vijf keer zoveel als een vrouwelijke topsporter, wat neerkomt op een loonkloof van 81%.¹⁰

Ook in de gezondheidszorg hinken vrouwen achterop. Studies tonen aan dat 70 tot 90% van de patiënten met onverklaarde klachten vrouwen zijn. Vrouwen moeten vaker langer wachten op een juiste diagnose dan

mannen, vooral bij aandoeningen als hart- en vaatziekten of auto-immuunziekten. Vrouwelijke pijn wordt vaker afgedaan als emotioneel of overdreven, terwijl mannen sneller medicatie of verdere onderzoeken krijgen. De medische wetenschap is bovendien historisch gestoeld op het mannelijke lichaam als norm, met te weinig onderzoek naar vrouw-specifieke klachten en aandoeningen zoals endometriose, menopauze of menstruatiepijn. Twee derde van het onderzoek rond medische behandelingen wordt nog altijd uitgevoerd bij mannen.

Mannen blijven ook oververtegenwoordigd in culturele topfuncties. Boeken van vrouwelijke auteurs krijgen minder recensies, vrouwelijke regisseurs krijgen minder budget, en vrouwelijke personages in films zijn minder complex – als ze al voorkomen en hun mond mogen open doen. Opdat vrouwen in eindejaarslijstjes zouden belanden, moeten er campagnes worden opgezet door instanties als de Vrouwenraad – en dat heeft niets te maken met het talent van vrouwelijke artiesten. Ook de representatie van vrouwen in nieuwsmedia is structureel lager: slechts 20% van de geciteerde experts is vrouw. Tegelijk worden vrouwen vaker seksueel geobjectiveerd, vooral in reclame en populaire cultuur.

Gendergerelateerd geweld is een van de ernstigste vormen van genderongelijkheid. Volgens het Europees Instituut voor Gendergelijkheid treft het probleem vrouwen in onevenredige mate, omdat het rechtstreeks verband houdt met de ongelijke machtsverdeling tussen vrouwen en mannen. 81% van de vrouwen werd al geconfronteerd met seksueel geweld of intimidatie en 19% heeft ooit een verkrachting meegemaakt.¹¹ Slachtoffers van seksueel geweld krijgen te vaak te maken met een secundair traumatiserende behandeling in politieverhoren of rechtszaken. De aangiftebereidheid blijft laag – geen wonder als je ziet hoe slachtoffers in (sociale) media beschimpt worden. De #MeToogolf bracht het debat in beweging, maar fundamentele verandering blijft uit. Deze cijfers illustreren hoe wijdverspreid en structureel gendergerelateerd geweld blijft – een schokkende pijler onder het patriarchaat.

Ik kan nog wel even doorgaan, en dat ben ik dan ook van plan. Maar het stopt niet bij wat we met onze ogen kunnen waarnemen. Het patriarchaat zit ook *in* onszelf – en wel tussen onze oren. Naast een politiek en sociaal patriarchaat is er ook een psychologisch patriarchaat. bell hooks noemt het treffend een levensbedreigende sociale ziekte: een systeem dat jongens van kindsbeen af leert dat ze sterke leiders moeten zijn, en meisjes dat ze vooral moeten glimlachen, dienen en zich klein houden.¹² We dragen het patriarchaat niet alleen in onze samenleving, maar ook in ons eigen hoofd mee. Een ogenschijnlijk innerlijke criticus die je op de meest ongepaste momenten begint te *mansplainen* wat het betekent om een ‘goede vrouw’ te zijn. *‘Rustig maar, maak er geen drama van. Glimlach een beetje, je ziet er zo streng uit. Pas op, straks vinden ze je te ambitieus!’* Een koor van stemmetjes dat je van kindsbeen af vergezelt – gezellig daarboven!

Dr. Valerie Rein spreekt in dat verband over *patriarchy stress disorder*, een onzichtbare gevangenis die generaties vrouwen hebben meegekregen in de vorm van collectief trauma.¹³ Generaties lang zijn vrouwen bestraft als ze te zichtbaar, machtig, rijk of vrij wilden zijn. Dat overlevingsscript zit volgens Rein in ons DNA en zenuwstelsel gegrift. Ze verwijst naar de cipiers in je hoofd: onzichtbare bewakers die je telkens terugduwen in de veilige, maar verstikkende rol van de Good Girl. De instructies klinken vertrouwd: wees gezien, maar niet gehoord. Wees slim, maar niet té slim. Wees aantrekkelijk, maar niet té sexy. Het resultaat: een innerlijk korset dat knelt, vrouwen kleiner maakt en een epidemie van burn-outs, zelftwijfel en *imposter syndrome* voedt.

BIG BANG OF SLUIPEND GIF?

Het patriarchaat is niet ontstaan met een big bang. Friedrich Engels had het ooit over de wereldhistorische nederlaag van het vrouwelijke geslacht – alsof vrouwen in één klap massaal van hun troon werden geduwd en mannen sindsdien overal de lakens uitdelen (maar niet de bedden opma-

ken).¹⁴ De realiteit is minder hollywoodiaans: het was een proces waar eeuwen over gingen.

Met het ontstaan van de eerste staten en de landbouw kwam systematische controle over vrouwenlichamen en voortplanting. Koningen en keizers moesten hun bevolking op peil houden voor leger en akkers – en dus moesten vrouwen vooral baby's produceren. In Mesopotamië en Assyrië werd dat netjes gecodificeerd in wetboeken: mannen kregen meer rechten, de bewegingsruimte voor vrouwen werd fel teruggedroefd.

Religie en filosofie deden er nog een schep bovenop. Moedergodinnen maakten plaats voor vadergoden. Aristoteles, een klassieke filosoof die hier nog altijd in de bovenste schuif ligt, noemde vrouwen 'onvolledige mannen'. De Bijbelse Eva kreeg de schuld van zowat alles – een briljante manier om vrouwelijke seksualiteit van meet af aan als gevaarlijk en zondig te framen.

Slavernij en oorlog versterkten dat systeem: vrouwen werden buit, handelswaar, eigendom. Later exporteerde Europa zijn eigen patriarchale normen via kolonialisme de wereld rond. Zo drong het idee dat mannen 'natuurlijk' de baas waren binnen in samenlevingen die tot dan toe vaak veel gelijkwaardiger georganiseerd waren.

NATURE VS. NURTURE

Wat ik niet genoeg kan benadrukken: niets aan het patriarchaat is *natuurlijk*. Angela Saini ontmantelt die hardnekkige misconceptie genadeloos in *The Patriarchs*. Decennialang hebben wetenschappers beweerd dat mannelijke dominantie een biologische zekerheid was. Steven Goldberg publiceerde in 1973 zelfs *The Inevitability of Patriarchy*, waarin hij simpelweg poneert dat mannen 'van nature' de baas zijn. Met het zelfvertrouwen van een *medicore middle-aged man* steunt hij op een tautologische redenering die vooral op buikgevoel gebaseerd is: het patriarchaat bestaat omdat het natuurlijk is en het is natuurlijk omdat het bestaat. Dat is geen wetenschap, dat is een cirkelredenering, beste Steven.

De natuur zelf spreekt dat tegen. Frans de Waal wijst er fijntjes op dat bonobo's – onze naaste verwanten – een samenleving hebben waarin vrouwtjes leiden.¹⁵ Hun kracht ligt niet in brute spiermassa, maar in samenwerking en solidariteit. Vrouwelijke leiders vind je ook bij orka's, hyena's, verschillende lemuren en olifanten. Kortom: de natuur kent geen vaste hiërarchie tussen mannetjes en vrouwtjes. Wat de natuur wel kent, is *variatie*.

Hetzelfde geldt voor mensen. Archeologische sites zoals Çatalhöyük tonen gemeenschappen zonder duidelijke genderhiërarchie. In matri-lineaire samenlevingen zoals de Mosuo in China of de Haudenosaunee in Noord-Amerika genoten vrouwen eeuwenlang aanzienlijke macht en autonomie. Het idee dat het patriarchaat universeel en onvermijdelijk is, wordt uitdrukkelijk tegengesproken door de feiten.

Het patriarchaat is geen natuurwet. Het is geen onvermijdelijk lot. Het is een sociale constructie die telkens opnieuw wordt uitgevonden, opgelegd en in stand gehouden. Zoals Gerda Lerner al in 1986 in *The Creation of Patriarchy* stelt: het patriarchaat is eeuwig noch universeel. Het is ontstaan in de geschiedenis en zal dus ook eindigen in de geschiedenis.

Dus nee, *patriarchaat* (hou je de tel nog bij, Gert?) is geen stoffig scheldwoord uit de feministische mottenballenkast. Het is een systeem dat nog elke dag bepaalt wie mag spreken en wie moet zwijgen, wie applaudisseert en wie het podium krijgt, wie droomt en wie intussen de was ophangt.

KNIBBEL, KNABBEL, KNUISJE

*‘Women who create other things than children
are still considered dangerous by many.’*

- Mona Chollet

‘Als meisje was ik al meer gefascineerd door boze heksen dan door prinsessen. Ik wilde weten hoe en waarom zo’n heks een stoute vrouw geworden was, welk verdriet achter dat boze karakter schulde. Ook in mijn beroep nu ga ik op zoek naar waarom iemand een misdrijf heeft gepleegd.’¹⁶ Aan het woord is advocate Davina Simons, die zich in een kranteninterview als grote Disney-fan out. De quote steekt me de ogen uit, misschien net omdat ze van een strafpleiter komt – een vrouwelijke dan nog wel. In tegenstelling tot wat de blockbusters van Disney Studios doen uitschijnen, waren heksen in werkelijkheid vaak vrouwen (en af en toe ook mannen) die helemaal niets mispeuterd hadden.

Misschien raakt het bij mij een gevoelige snaar omdat het spektakel dat de heksenjacht verheerlijkt letterlijk achter mijn hoek door de straten trekt: de Heksenstoet in Beselare. Een folkloristisch volksfeest dat om de drie jaar duizenden enthousiastelingen op de been brengt. Wanneer een krijssende heks in een kooi wordt opgevoerd en het feestgedruis eindigt bij de brandstapel, lopen de rillingen over mijn rug. We weten intussen dat de vermeende heksen onschuldige zondebokken waren; toch blijft de veroordeling en de verbranding ook vandaag nog de lugubere apotheose. Het ritueel herhaalt een les die we collectief blijven naspelen: wie afwijkt, brandt.

En precies daarom is de heksenvervolging die door onze contreien trok van ruwweg 1580 tot 1680 essentieel om dit boek te begrijpen. Hekserij was geen sprookje; de vervolging van duizenden onschuldige vrouwen tekende de contouren van een pedagogiek van gehoorzaamheid af. Een systeem dat aangaf waar de grens lag... en wat er gebeurde als je erover stapte.

Vrouwen die het brandmerk ‘heks’ kregen, waren luid, zelfstandig, kinderloos, wijs of gewoon... eigenzinnig. Mona Chollet laat in *Sorcières* zien hoe herkenbaar de profielen zijn die op de brandstapel belandden.¹⁷ Er waren de kinderloze vrouwen, die buiten het reproductiesysteem vielen waarmee staten hun arbeidersbestand en legers op peil hielden. Vandaag heet de keuze om kinderloos te blijven nog altijd ‘egoïstisch’. Ook oudere, onafhankelijke vrouwen liepen gevaar – en worden vandaag onzichtbaar gemaakt of geridiculiseerd. Ten slotte riskeerde al wie kennis en economische autonomie verwierf zich te verbranden: vroedvrouwen, genezers, zelfstandigen. En dan was er nog de boze vrouw: te luid. Toen ‘hysterisch’, vandaag ‘irrationeel’ of ‘te emotioneel’.

GEORGANISEERDE TERREUR EN GENDERCIDE

Het patroon is onmiskenbaar: 80% van alle slachtoffers van de heksenvervolging was vrouw. Alles wat vrouwen ruimte gaf – tijd, geld, kennis, een lichaam, een stem – werd gecriminaliseerd of geopsychiatriseerd. Seksualiteit werd gevaarlijk, kennis subversief, eigendom of macht ongepast. In deze periode trof de vervolgingswoede meer vrouwen voor hekserij dan om het even welk ander vergrijp – met slechts één, grimmige en veelzeggende uitzondering: (vermeende) kindermoord.

Silvia Federici situeert de heksenjacht in het tijdsgewricht van feodalisme naar kapitalisme.¹⁸ Geen zachte evolutie, wel een tegenrevolutie: land werd omheind en afgepakt, dorpsgemeenschappen uiteengereten, mensen de stad in geduwd voor loonarbeid. Om die nieuwe economische machine te laten draaien, moest ook de aanvoer van arbeid (en kanonnenvlees!) voorspelbaar worden.

Silvia Federici spreekt in die zin over het ‘patriarchaat van het loon’: een systeem dat vrouwen in een wurggreep hield door het loon als pasmunt te gebruiken. Toen loonarbeid de norm werd, werd het loon niet alleen een beloning voor werk, maar ook een instrument van discipline. Het werd in de eerste plaats uitbetaald aan mannen, waar-

door zij de rol van poortwachter kregen: hun loon gaf hun macht over de onbetaalde arbeid van vrouwen thuis. Zorg, koken, schoonmaken en kinderen grootbrengen – taken die de samenleving draaiende houden – werden economisch gedevalueerd, omdat ze geen loon opleverden. Zo schoof reproductieve arbeid naar de coulissen van de economie, terwijl ze tegelijk haar fundament bleef. Het resultaat: een dubbele gevangenis voor vrouwen. Ze kregen geen erkenning of financiële autonomie voor hun bijdrage én werden sociaal afhankelijk gemaakt van mannen die wél toegang hadden tot loon. Federici's analyse maakt duidelijk dat het loon niet alleen een financiële categorie is, maar een patriarchaal mechanisme dat vrouwen klein hield en nog altijd houdt: onzichtbaar, onderbetaald en tegelijk onmisbaar.

In dit systeem moesten (liefst veel!) kinderen gebaard en grootgebracht worden. Enter: de controle over het vrouwenlichaam. De baarmoeder? Deel van de publieke infrastructuur: te beheren, in de gaten te houden, te reguleren.¹⁹

Historisch waren 'heksen' vaak wijze vrouwen met kennis van lichamen, kruiden en geboortebeperving. Precies dát maakte hen gevaarlijk voor een systeem dat teerde op bevolkingsgroei en goedkope arbeid. De 'heks' belichaamde de omgekeerde wereld: een vrouw die niet vroeg maar wist, die niet diende maar besliste, die haar lichaam niet liet nationaliseren.

Vrouwen kregen een verbod op geneeskunde, hun kennis werd gedemoniseerd of in beslag genomen. Medische traktaten van vrouwen verdwenen onder mannelijke pseudoniemen. Pseudowetenschap deed de rest: wie te slim was, zou haar baarmoeder uithollen. Handig: zo houd je vrouwen weg uit prestigieuze velden en noem je het vervolgens simpelweg 'de natuur'.

De heksenvervolgving draaide niet om bijgeloof dat uit de hand liep, maar was staatsterreur met een economische agenda: breek vrouwelijke autonomie, vernietig vrouwelijke kennisnetwerken en installeer een nieuwe seksuele arbeidsdeling.

De heksenvervolgving was ook geen dorpswaan: juristen, filosofen en politieke denkers als Thomas Hobbes keurden het goed bij wijze van sociale discipline. In dezelfde eeuw waarin Copernicus en Descartes de hemel herschikten, werd de 'heks' de favoriete casus van de intellectuele elite. Heel wat wetenschappers – vaders van het moderne rationele denken die we nu vereren voor hun briljante ideeën – werkten daar gewillig aan mee.

Terwijl Europa zijn binnenlandse heksenprotocol perfectioneerde, exporteerde het dezelfde logica naar de Nieuwe Wereld, waar demonisering en geweld opnieuw als bestuursinstrument dienden. De heksenjacht was tegelijk pedagogiek én een productieschema. Zwijgen en baren was het devies, zodat de nieuwe economische orde op volle toeren kon draaien.

DRAAIBOEK VOOR ONDERWERPING

Heksenvervolgvingen dienden om vrouwen die buiten patriarchale structuren opereerden uit te schakelen. Het was geen spontane volksangst – de heksenmythe werd zorgvuldig bedacht en vermenigvuldigd. De drukpers deed wat sociale media nu doen: angst viraal maken. Pamfletten, verhandelingen, handboeken... wat volgde was een mediacampagne die de 'imminente dreiging' geloofwaardig maakte.

In 1487 verscheen de *Malleus Maleficarum* of *De Heksenhamer*. Een instant bestseller, theologisch pamflet en draaiboek voor onderwerping in een. Hoe herken je een heks, hoe breek je haar wil, hoe bewijs je haar schuld, en hoe voer je de straf uit – *De Heksenhamer* diende als procesreglement én martelgids.

Dat *De Heksenhamer* zo'n verregaande invloed kon hebben, heeft alles te maken met de gendering van menselijke vermogens in dit tijdvak. De opkomst van de moderne wetenschap en filosofieën als het mechanistische wereldbeeld en het cartesianisme versterkten de scheiding tussen 'rede' en 'emotie' en de dominantie van geest over lichaam. Dat leidde tot een super-vermannelijking van het denken, zoals bij Francis Bacon, die

sprak over ‘een mannelijke geboorte van de tijd’ (van een dramaqueen gesproken). Alles wat vloeibaar, intuïtief of mysterieus was, werd als inferieur beschouwd – stof voor de bezemkast.

Vrouwen golden historisch vaak als van nature minderwaardig – te emotioneel, te wellustig, niet in staat zichzelf te besturen – en dus ontstond de noodzaak van mannelijke controle. Kennis van vrouwen, vaak gebaseerd op dagelijkse ervaring, werd gereduceerd tot intuïtie of roddels en afgedaan als niet-universeel, terwijl mannen naar voren geschoven werden als degenen die de wereld konden verklaren.²⁰ Nochtans is een zogezegd ‘emotieloos’ verstand fictie. De vraag is niet óf gevoel meespeelt, maar namens wie. Het is veelzeggend dat (zelfs vrouwelijke) politici er nog altijd prat op gaan dat we geen emoties mogen laten meespelen in onze beslissingen.²¹

THEATER VAN ANGST

De processen waren bij uitstek een publieke vertoning. Marteling en executie maakten van de ongehoorzame vrouw een schrikbeeld en van de brave vrouw een norm. Er bestonden zelfs muilkorven en schandmaskers om ‘lastige’ vrouwen het zwijgen op te leggen. Vandaag is het theater subtieler: geen fakkels, wel *shaming* en *tone policing*. ‘Zou je dat nu wel posten?’ ‘Maak je niet belachelijk, doe normaal.’ ‘Overdrijf je niet?’

Zo ontstond, naast de brandstapel, een nieuwe orde: vrouwen werden uit publieke beroepen geduwd, hun reproductieve autonomie gecriminaliseerd, hun arbeid gedevalueerd tot ‘natuurlijk’ huiswerk. Alleenstaande vrouwen en weduwen vormden een ideaal doelwit. Religieuze autoriteiten zegenden het met goddelijke orde, filosofen en wetenschappers rationaliseerden het met natuur en biologie.

De effecten waren niet alleen juridisch of economisch; ze waren ook psychisch. Vernedering en publiek geweld laten sporen na in het collectieve vrouwenlichaam: schuld, schaamte, zelfcensuur. Kennis verdween

uit de annalen of werd overgenomen door mannen en vervolgens als wetenschap opnieuw verpakt.

Patriarchale scripts liggen niet in musea; ze draaien in real time. In discussies over abortus en anticonceptie, in hoe vrouwenlichamen nog altijd *gemanaged* en in wetten gegoten worden. De heksenjacht was geen anekdote, maar een instructieboek.

De boodschap aan vrouwen nestelde zich diep: temper je stem, wantrouw je intuïtie, neem vooral niet te veel ruimte in. Gehoorzaam! Zo kerft de vervolging zich als een litteken in ons zenuwstelsel. Daar waar de spelregels door een mannelijke hand geschreven zijn, word je zelf onzeker.

En precies daar begint dit boek: bij het schrijven van andere wetten voor je eigen leven. Geen brandstapels meer, wel brandstof.

DE 7 HOOFDZONDEN VAN DE GOOD GIRL

VAN SYSTEEM TOT VOORSCHRIFT

Als de heksenvervolging de hardware was van het patriarchaat, dan liep de software stilletjes op de achtergrond: een moreel besturingssysteem dat vrouwen onder de duim hield. Vanaf het moment dat één God de troon besteeg en de godin van haar voetstuk duwde, werd het vrouwelijke gedevalueerd – lichaam onder geest, emotie onder rede. In die wereld kregen ook Bijbelse verhalen nieuwe betekenis. Denk maar aan het verhaal van Adam en Eva, over de *original sin*: de vrouw als risico, verleiding, oerverraad. De remedie? Een deugdelijk leven, vrij van zonde. En kijk: zelfs het woord deugd – ‘*virtus*’ in het Latijn – werd afgeleid van *vir*, man. Handig, hoe de maatstaf al in het woord ingebakken zit.

De *Malleus Maleficarum* was een product van het kerkelijke inquisitiesysteem, expliciet onderschreven door een pauselijke bul. Het diende als een fundamenteel, invloedrijk en diep misogyn handboek om ver-

meende heksen te identificeren, vervolgen en straffen, met een specifieke nadruk op vrouwelijke seksualiteit en voortplanting.

Maar *De Heksenhamer* was lang niet het enige draaiboek voor deugdelijk gedrag waarin de Kerk een vinger had. Het morele raster waarbinnen vrouwen mochten bewegen, kreeg ook een expliciet kerkelijke component, met een eigen set aan regels. Niet in de Bijbel, maar via een monnik met ‘acht gedachten’ die later, in de handen van Thomas van Aquino, zouden geraffineerd worden tot de zeven hoofdzonden: hoogmoed, hebzucht, luiheid, afgunst, woede, gulzigheid en lust. Preek- en biechtstoel deden dienst als gedragsmachine; Dante en Bosch als didactische cinema avant la lettre. Resultaat: een eenvoudig, visueel en oneindig herhaalbaar systeem om lichamen en zielen onder de knoet te houden.

Wat opvalt: in tegenstelling tot wettelijke voorschriften, zijn de zeven hoofdzonden rekbaar. Het zijn geen objectieve misdrijven (‘je hebt iets gestolen’), maar subjectieve etiketten op menselijke neigingen (‘je bent gulzig/lui/sletterig’). Bovendien golden de regels niet in gelijke mate voor elke ziel – de zonden werden eeuwenlang ingezet om vooral vrouwen binnen de lijntjes te laten kleuren. Hoe dat eruitziet, herken je meteen.

Woede (*ira*)

Toen: boze vrouwen kregen muilkorven, de diagnose ‘hysterisch’ of belandden op de brandstapel. Boosheid moest de biecht in, niet de straat op.

Nu: een man die op tafel slaat, is kordaat. Een boze vrouw is hysterisch. Vrouwen horen vriendelijk, begripvol en kalm te blijven, ook als er alle reden is om te schreeuwen. Good Girls worden getemperd met ‘doe rustig’, ‘toon klasse’, ‘niet zo emotioneel’. *Tone policing* in maatpak.

Hoogmoed (*superbia*)

Toen: vrouwelijke trots gold als rebellie tegen de goddelijke en huishoudelijke orde. De boodschap: wees nederig en bescheiden, sla je ogen neer.

Nu: een Good Girl blijft bescheiden! Een ambitieuze man is een leider, een ambitieuze vrouw een bitch. Zelfvertrouwen heet snel arrogant; succes moet *likeable* blijven. Droom gerust groot, maar liever ten dienste van je gezin, je team, je baas dan van jezelf.

Gulzigheid (*gula*)

Toen: vraatzucht maakte het lichaam verdacht en moest worden beteugeld.

Nu: ‘wees klein’ is het devies – in kilo’s, in volume, in spreektijd. Proef, maar schrok niet. Neem geen plek in: niet aan tafel, niet in vergaderzalen, niet in het debat. Genieten zonder schuldgevoel? *Not done, darling*.

Luiheid (*acedia*)

Toen: eerst de plichten, dan de lusten. Deze zonde legitimeerde controle over het dagelijkse ritme: werk, bid, gehoorzaam, *repeat*. IJdelheid is des duivels oorkussen.

Nu: rust is verdacht. Een Good Girl moet nuttig zijn, productief, liefst met een volle to-dolijst. Eeuwenoude religieuze dogma’s, *hustle culture* en kapitalisme hebben samen een simpel script geschreven: vrouwen horen te ploeteren. Ontspanning? Alleen als beloning na hard werk (en om daarna nog harder te kunnen *travakken*).

Afgunst (*invidia*)

Toen: afgunst werd zonde om de hiërarchie te beschermen – kijk niet naar boven, wens niet meer.

Nu: Good Girls mogen niet jaloers zijn, niet openlijk willen wat een ander heeft. En toch vertelt het stereotype dat vrouwen *bij uitstek* jaloerse wezens zijn. Competitie tussen mannen heet gezond, tussen vrouwen is het een *catfight*. We leren weggijken van rolmodellen uit pure zelfbescherming. Openlijk willen wat je ziet, is ‘onvrouwelijk’.

Hebzucht (*avaritia*)

Toen: verlangen naar eigen middelen of financiële autonomie? Verdacht! Een goede vrouw was gul en gaf waar ze kon.

Nu: een Good Girl geeft. Altijd. Tijd, zorg, aandacht, energie. Jezelf op de eerste plaats zetten – voor een carrière kiezen, geen kinderen willen, weigeren de vanzelfsprekende primaire verzorger te zijn – is egoïstisch. Financiële onafhankelijkheid? Liever niet, dat maakt je te autonoom. Wees dankbaar voor wat je hebt, meid!

Lust (*luxuria*)

Toen: Eva's hap rechtvaardigde eeuwen controle over vrouwelijke seksualiteit; de heks was het schrikbeeld van vrouwelijk verlangen. Het vrouwelijke lichaam geldt als publiek domein. Controle over vrouwenlichamen – hun verlangens én voortplanting – is geen bijkomstigheid van het patriarchaat, het is de kern.

Nu: seksueel plezier is iets wat Good Girls horen te *geven*, niet nemen. De dubbele standaard blijft overeind: mannen die seksueel actief zijn, zijn populair. Vrouwen in dezelfde situatie? Sletten. Reproductie en plezier blijven gecontesteerd terrein, gecontroleerd door schaamte en wetgeving.

*

Waarom doet dit ertoe? Omdat de zeven hoofdzonden geen museumstukken zijn. Ze leven in hr-gesprekken en *comment sections*, in onze agenda's en in de spiegel. Ze zijn amorf, beweeglijk, altijd bruikbaar tegen wie afwijkt – en dus perfect als sociale teugel. Of je nu religieus bent of niet: dit morele kader heeft onze cultuur doordrenkt, van Chaucers *Canterbury Tales* tot de blockbuster *Se7en*, van Bertolt Brecht tot de gebroeders Grimm. Het stuurt keuzes en zelfbeeld. We houden ons in, doen aan zelfcontrole, dragen een glimlach waar we een grens nodig hebben. We raken afgesneden van onze intuïtie, van vreugde en voluit leven en noemen de schade 'zelfsabotage', terwijl we vooral externe disci-

plinering hebben geïnternaliseerd. Zo verschuift het script van openbare orde naar innerlijke censuur: niet alleen de priester, maar de cipier in je hoofd houdt toezicht.

Het is een morele joystick die vrouwen leert zichzelf te managen. We zijn getraind om *flink* te zijn. Mannen, intussen, worden getraind voor macht. En ja, dat systeem vergiftigt iedereen, maar het weegt onevenredig op vrouwen: wie afwijkt, voelt de correctie. Vroeger met fakkels, vandaag met algoritmische preekstoelen. De categorieën bleven, alleen de spreekkamer veranderde.

In mijn eerste boek onderzocht ik vooral hoe genderstereotypes en patriarchale denkbeelden onze tijd opslokken. Maar hoe meer ik begon te graven, hoe duidelijker het werd: het gaat niet alleen om tijd. Het gaat om macht. Om bewegingsvrijheid. Om de onzichtbare hekken die bepalen waar vrouwen *niet* mogen komen.

Het patriarchaat heeft eeuwenlang een gedragscode in ons hoofd gegraveerd. Het zijn geen officiële wetten, maar je voelt de sancties zodra je ze overtreedt. Ze klinken verdacht veel als de zeven hoofdzonden, maar dan herschreven voor de Good Girl.

Dit boek kiest een ander pad. Wat zou er gebeuren als we de zeven hoofdzonden als hefboom gebruiken? Hoogmoed herlezen we als het recht op zichtbaarheid en schaamteloze trots. Hebzucht als zorg voor eigen middelen en grenzen. Luiheid als herwonnen recht op rust, herstel en nietsdoen. Gulzigheid als volheid: eten, leven, geld en macht zonder schuld. Lust als *agency* over lichaam en verlangen. Woede als moreel kompas en motor van verandering. Afgunst als richtingaanwijzer: jaloersheid vertelt je wat je wilt.

We hebben eeuwenlang geleerd wat we niet mochten zijn. Vanaf hier draaien we dat raster om. Geen catechismus, wel een breekijzer. We nemen de zonden een voor een – niet om te biechten, maar om het korset open te wrikken.

WHAT ABOUT MEN?

‘jA MaAr, eR zIjN tOcH rEgELS VoOr MaNnEn OoK?’ hoor ik de echo’s van de trollen in mijn DM’s al weerklinken. En ja, die zijn er. Het patriarchaat heeft *ook* voorschriften te boek staan voor mannen. Er geldt een strikte dichotomie waarin bepaalde kenmerken het label ‘vrouwelijk’ krijgen en andere het label ‘mannelijk’. Vrouwelijk staat gelijk aan zorgend, zacht, intuïtief en afhankelijk. Mannelijk wordt geassocieerd met logica, kracht, onafhankelijkheid en (zelf)vertrouwen.

In het psychologische patriarchaat kan geen enkel individu op een veilige manier haar of zijn volle *zelf* laten zien. Jongens leren dat ze vooral níét als meisjes mogen zijn (‘je loopt als een meisje!’) en meisjes leren dat ze hun boosheid of trots moeten inslikken om sociaal aanvaard te worden. Mannelijkheid bestaat zo vooral uit: niet-vrouwelijk zijn. Een hele identiteit gebouwd op afwijzing. Het is dus niet alleen een kwestie van *verschillende* kenmerken, er is ook een hiërarchie in die kenmerken. Vrouwelijke kenmerken worden systematisch ondergewaardeerd. Psycholoog Terrence Real verwijst naar dit fenomeen als de ‘dans der minachting’.²²

Ik kan niet genoeg benadrukken dat zowel vrouwen als mannen door het patriarchaat in hokjes gestopt worden die hen beperken in hun volledige mens-zijn. Volgens Real maken genderrollen niemand gelukkig. Denk maar aan de reacties die veel mannen krijgen als ze ouderschapsverlof willen opnemen – dat is nog altijd niet vanzelfsprekend.

Dus ja, er zijn ook *regels* voor mannen. Maar vooralsnog trekken ze aan het langste eind. Het volstaat om de vraag ‘*who benefits?*’ te stellen om te zien dat macht en privileges nog altijd voornamelijk bij mannen liggen. Zij staan centraal. Hun ervaring is het uitgangspunt, de standaard. Dat geldt van de politiek tot in de slaapkamer, in populaire cultuur en in relaties.

Heel wat mannen voelen zich persoonlijk aangesproken door leuzen als *smash the patriarchy* of worden ongemakkelijk in het aanschijn van een feministisch discours – laat staan activisme. Ook veel vrouwen

deinzen ervoor terug om zich als feminist te *outen*. Dat feminisme omstre-den is als term, is geen toeval. Het patriarchaat heeft er alle baat bij om feminisme te framen als polariserend, mannen-hatend en overbodig. Die strategie werkt: studies tonen aan dat veel mensen fundamenteel feministische waarden onderschrijven, maar niet als feminist naar buiten (durven te) treden.

Laat het voor eens en voor altijd geweten zijn: feminisme heeft niets te maken met mannenhaat of polarisering, integendeel. Vind je dat elke mens gelijke rechten verdient? Proficiat, je bent een feminist! Feminisme betekent niet de dominantie van vrouwen over mannen, maar gelijkheid voor iedereen. Het wil ook mannen bevrijden van beperkende stereotypes. Onderzoek toont trouwens aan dat feministen even positieve attitudes hebben tegenover mannen als... mannen zelf.²³

Mannen én vrouwen kunnen – vaak onbewust en zelfs met de beste intenties – het patriarchaat uitdragen, bestendigen, versterken. Het sleutelinzicht hier is dat het patriarchaat systemisch of structureel is.

Socioloog Sylvia Walby maakt in dat verband een cruciaal onderscheid tussen privaat en publiek patriarchaat. In een privaat patriarchaat speelt de overheersing van vrouwen zich voornamelijk af in de huiselijke sfeer: het gezin is de centrale plek waar mannen (zoals vaders of echtgenoten) directe controle uitoefenen over vrouwen. In een publiek patriarchaat verschuift die overheersing naar bredere maatschappelijke instellingen: arbeidsmarkt, overheid, media, onderwijs.

Walby stelt dat westerse samenlevingen zijn geëvolueerd van voornamelijk privaat naar publiek patriarchaat. De greep van het systeem is daardoor minder zichtbaar, maar niet minder krachtig – verweven met de fundamenten van onze economie en cultuur, wat het des te moeilijker maakt om het te ontmantelen.

GEHOORZAMEN... OF TOCH MAAR NIET?

Wat gehoorzamen je *lijkt* op te leveren

Ik voelde van jongs af heel goed aan dat er punten te rapen vielen door mij voorbeeldig te gedragen. Dat ik, door mij aan te passen aan het voorgedraaide script, sociale aanvaarding en lof kon oogsten. Vrouwen die de Good Girl belichamen, worden vaak impliciet en expliciet geprezen omdat ze doen wat van hen verwacht wordt. Zolang je de voorschriften volgt, word je geliefd en gewaardeerd.

Conformereren voelt daarom als een *shortcut* naar rust: je doet wat er van je verwacht wordt, je houdt het hoofd schuin en je benen gesloten, je zegt ‘*tuurlijk!*’ met een glimlach. Je krijgt applaus voor je bescheidenheid, een schouderklopje om jezelf consistent weg te cijferen (‘flexibiliteit’ heet dat in het jargon) en bewondering omdat je op zondag om zeven uur ’s ochtends havermoutpannenkoeken staat te bakken met een baby op je heup.

Voldoen aan stereotypes en verwachtingen biedt bescherming. En dan is er nog de belofte van opwaartse sociale mobiliteit. Vrouwen leerden al vroeg dat het huwelijk – bij gebrek aan andere opties – hun ‘carrièrepad’ was. Dat *pleasen* bescherming biedt. Dat liefde iets is wat je verdient door dienstbaarheid. Zichtbaar zijn mag, zolang je het script volgt. Zolang je je lichaam, stem, verlangens en gevoelens maar niet te veel ruimte geeft.

Veel van het pleasegedrag van brave meisjes komt voort uit angst voor afkeuring – wat suggereert dat conformeren sociaal risico en confrontatie kan helpen vermijden. Door zich te gedragen als zichtbaar maar stil, en vooral niet te sexy, luid, slim, rijk, zichtbaar of machtig, passen vrouwen zich in in een onzichtbare binnengevangenis van maatschappelijke verwachtingen.

De *patriarchal bargain*, een term van Deniz Kandiyoti,²⁴ is de deal die vrouwen sluiten met het systeem: je volgt de regels en in ruil krijg je schijnveiligheid, status ‘binnen de lijntjes’ en soms een economisch vangnet via partner, huwelijk of je baas. Het werkt, tot het dat niet meer

doet: de voordelen zijn voorwaardelijk, broos en duur betaald. Je ruilt macht voor goedkeuring, autonomie voor respectabiliteit.

Het is een ruilhandel zo oud als het systeem zelf: jij conformeert je aan de regels, en in ruil krijg je een schijn van stabiliteit en goedkeuring van de goegemeente. Maar vergis je niet: onder die keurig verpakte beloftes schuilt een giftige deal. En die kan je duur komen te staan.

Wat het je *écht* kost

‘Guard your integrity, not your reputation.’

- Loretta Ross

In het constante afstemmen op anderen, het *pleasen*, het kleiner maken, het afvlijen van je scherpe randjes, raak je vervreemd van wie je bent en van wat je eigenlijk zou willen. Je begint jezelf te verliezen. De prijs die vrouwen betalen voor het volgen van normen is groot. Het raakt hun identiteit, welzijn en vrijheid in de kern.

Het idee van de ‘oplossende vrouw’ laat zien hoe vrouwen – zeker moeders in heterorelaties – worden geacht zichzelf volledig ten dienste te stellen van hun partner en kinderen. Je wordt gereduceerd tot je functie(s) in verhouding tot anderen: moeder, echtgenote, collega, dochter, mantelzorger, buurvrouw, vrijwilliger. Maar waar blijf jij?

Good Girls vinden het vaak moeilijk om te weten wat ze zelf willen, omdat ze standaard anderen voorrang geven. Ze zeggen dingen als ‘het gaat wel’ terwijl in hun lichaam allang alle alarmbellen afgaan. En ze voelen zich nog schuldig ook, want ‘anderen hebben het vast nog zwaarder’. De mentale en fysieke tol is gigantisch. Burn-out, chronische klachten, slapeloze nachten en een permanent gevoel van tekortschieten: het zijn gegenderde fenomenen, waarbij vrouwen steevast het onderspit delven.

In *Patriarchy Stress Disorder* beschrijft Dr. Valerie Rein de collectieve en intergenerationele trauma’s die vrouwen oplopen, wat een

‘onzichtbare binnengevangenis’ creëert die hun eigenwaarde, lichaam, stem en financiële macht aantast. Dat kan leiden tot torenhoge burn-out-cijfers en chronische klachten. Vrouwen worden verondersteld zorg te dragen voor anderen en betalen daar een hoge prijs voor.

De *mental load* (de onzichtbare cognitieve en emotionele arbeid, met name binnen het gezin) rust vooral op vrouwen, wat leidt tot verminderde levenskwaliteit, relatieproblemen, overbelasting en het verwaarlozen van zelfzorg. Hoewel vriendelijkheid en *people pleasing* vaak sociaal beloond worden, leidt het onderdrukken van gevoelens intern tot verbittering en frustratie, met uitputting en gezondheidsproblemen tot gevolg, waaronder een verhoogd risico op hart- en vaatziekten.

Problemen moet je pas oplossen als ze zich stellen. Zo klonken de gevleugelde woorden van wijlen eerste minister Jean-Luc Dehaene. Maar wat als je de problemen niet eens ziet? In dit boek doe ik een nobele poging om zichtbaar te maken wat lange tijd onzichtbaar bleef: het systeem van overtuigingen dat vrouwen klein houdt, vermoeit, verdeelt. Als je het eenmaal ziet, kun je het niet meer ont-zien. En dan begint het. Dan kunnen we eindelijk de hardnekkige leugens over gehoorzaamheid en genoeg-zijn uit ons hoofd verbannen.

Dit boek is geen handleiding voor Good Girls, wel integendeel. Het is een oproep tot ongehoorzaamheid.

ONGEHOORZAAMHEID ZAL U REDDEN

‘The truth will set you free. But first, it will piss you off.’

- Gloria Steinem

‘Ongehoorzaamheid? Tiens...’ Mijn cello-leerkracht – een vrouw met het hart op de tong – kijkt geïntrigeerd op als ik haar vertel over de topic van dit boek. Ik merk dat ze het niet meteen kan plaatsen, laat staan rijmen

met de rest van mijn werkzaamheden. Als ik haar uitleg dat het niet gaat om blinde ongehoorzaamheid, geen ‘keet schoppen om keet te schoppen’, dan verandert haar sceptische houding in gezonde nieuwsgierigheid. Het wordt geen boek over hooligans en criminelen, belooft ik haar plechtig.

Lang voor ik me inlees in wat filosofen door de geschiedenis heen te vertellen hebben over ongehoorzaamheid, van Socrates tot Rawls, voel ik instinctief aan dat hier iets te rapen valt voor mij. Voor ons, vrouwen. Ik ben opgegroeid en opgevoed tot iemand die respect heeft voor regels. Maar wat als de regels zelf onrechtvaardig zijn? Wat als niet iedereen gelijk aan de meet verschijnt? Wat als wat rechtvaardig *voelt*, niet strookt met wat als rechtvaardig bestempeld wordt?

Het is een vraag die de Amerikaanse filosoof Henri David Thoreau zich ook stelde, en hem zelfs achter de tralies deed belanden. Thoreau – vandaag vooral bekend als natuurfilosoof die menig *cabin lover* inspireert tot stilte retraites – weigerde belasting te betalen. Hij zag dat als een daad van burgerlijke ongehoorzaamheid, ingegeven door zijn verzet tegen een regering die slavernij steunde. Thoreau geloofde sterk in de individuele morele plicht om zich te verzetten tegen onrechtvaardige regels en regimes. ‘Laat jouw leven de tegenwerkende frictie zijn die de machine tot halt brengt’, stelde hij.²⁵

Thoreau was ervan overtuigd dat zelfs de daad van ongehoorzaamheid van één eerlijke man kon leiden tot de afschaffing van slavernij in Amerika. Voor hem maakte het niet uit hoe klein het begin lijkt, ‘wat eenmaal goed gedaan is, is voor altijd gedaan’. Bewust handelen, volgens je geweten en je morele principes, inspireert onvermijdelijk anderen, ook zij die half slapend door het leven gaan, stelde Thoreau. Zo kan de ongehoorzaamheid zich vermenigvuldigen tot in het oneindige. Zijn visie inspireerde alvast niet de minste. Martin Luther King schreef (ook vanuit een Amerikaanse gevangenis): ‘*an unjust law is no law at all.*’ De burgerrechtenbeweging en ook de anti-Vietnamoorlog-beweging zouden sterk bogen op dat principe.

Ik ben het er roerend mee eens dat elke daad van verzet zinvol is. Elke weigering om mee te werken aan onrechtvaardigheid. Elk gesprek aan de keukentafel dat de huidige normen in vraag stelt. Het stelt een voorbeeld, maakt van jou een rolmodel en kan bijdragen aan een *ripple effect* dat door de samenleving trekt.

Tegelijk is deze vorm van ongehoorzaamheid volstrekt onvoldoende. Systemische issues vragen systemische oplossingen. Ofwel: *the personal is political*. Tweedegolffeministen ontdekten dat waar je in je huiskamer of op de werkvloer tegenaan loopt, deel uitmaakt van een breder patroon. Door ervaringen naast elkaar te leggen, ontmantel je de schaamte en wordt het systeem zichtbaar: onbetaalde zorgarbeid is geen hobby, maar de motor van een economie; ‘romantische jaloezie’ blijkt controle en dwang; ‘ik ben gewoon slecht in onderhandelen’ wordt geschraagd door de loonkloof en de *likeability*-trap.

bell hooks leerde ons de regel van stilte te doorbreken: persoonlijke pijn wordt kennis, en kennis wordt actie. Zwart feminisme en later intersectionaliteit verdiepten dat inzicht: het persoonlijke is politiek op meerdere kruispunten tegelijk.

Precies daar raakt mijn intuïtie aan politieke theorie. Volgens Hannah Arendt ontstaat burgerlijke ongehoorzaamheid vanuit een morele overtuiging dat er een ‘hogere wet’ gerespecteerd moet worden: principes van menselijk wel-zijn, universele rechten, het algemene belang. In tegenstelling tot Thoreau, legt Arendt de nadruk op *collectieve* actie. De kracht van ongehoorzaamheid ligt volgens haar in de mogelijkheid om privaat bewustzijn om te zetten in publieke opinie.²⁶

Ook voor Arendt is burgerlijke ongehoorzaamheid geen totale, laat staan blinde revolutie, maar een noodzakelijk democratisch instrument om verandering te bewerkstelligen. Later zou ook John Rawls zich aansluiten bij de visie dat publieke, geweldloze en bewuste actie noodzakelijk is voor maatschappelijke verandering – niet zomaar ongeleide chaos. Dat is in het bijzonder zo waar klassiek democratisch bestuur door een meerderheid tekortschiet.

Anders gezegd: persoonlijke ervaring is de vonk; collectieve, zichtbare ongehoorzaamheid is de vlam. En ja, dat begint intiem – een grens trekken, niet glimlachen ‘voor de sfeer’, je woede ernstig nemen – maar het is pas compleet als het zich vertaalt in instituties, wetten en budgetten. Wat in de woonkamer begint, eindigt in het parlement.

ONGEHOORZAAMHEID BELOOND

Het voelt veilig om in de pas te lopen. De wereld rondom je kritisch bevragen daarentegen vergt lef en bakken energie. Energie die schaars is en die we nodig hebben om te kunnen blijven meehollen in de mallemolen van de 21e eeuw. Blind gehoorzamen voelt voor velen comfortabel. Je hoort erbij. Je hoeft niet te twijfelen. Maar dat comfort is verraderlijk: hele samenlevingen hebben zich zo gehoorzaam kapotgemaakt, gevoed door angst, haat en achterhaalde ideeën over eer en plicht.

En toch. Naarmate ik mij meer in ongehoorzaamheid verdiep, begin ik mij meer en meer af te vragen of ongehoorzaamheid dan toch niet tot de *condition humaine* hoort. Zoals Erich Fromm opmerkt in de klassieker *On Disobedience*, ging het startschot van de menselijke geschiedenis gepaard met ongehoorzaamheid.²⁷ Of hoe moeten we het verhaal van Adam en Eva anders interpreteren? Ook in de Griekse mythologie ligt een daad van ongehoorzaamheid aan de basis van de menselijke beschaving. Prometheus stal het vuur van de goden en hoewel hij daarvoor gestraft werd, kreeg hij geen spijt: ‘Ik blijf liever geketend dan de nederige dienaar te zijn van de goden.’

Pour la petite histoire: Karl Marx kroonde Prometheus tot de patroonheilige der filosofen, net door zijn eigenzinnige handelen. Dat benadrukt ook de link tussen filosofie, dat traditionele ideeën onderzoekt en uitdaagt en de daad van ongehoorzaamheid. Filosofen *durven* te weten. Hij definieert ware ongehoorzaamheid als ‘een daad van bevestiging van verstand en wil’ – niet zomaar rebellie, maar een daad *voor* iets: voor

het vermogen van de mens om te zien, om te zeggen wat hij ziet, en om te weigeren te zeggen wat hij níét ziet’.

Volgens Fromm is deze capaciteit tot ongehoorzaamheid cruciaal voor de ontwikkeling van de mens, omdat ze toelaat de gestelde lichamen en conventionele wijsheid uit te dagen. In tijden waarin fascisme opruikt en gehoorzaamheid aan gezag onze democratische rechtsorde dreigt te ondermijnen, wint deze vaardigheid alleen aan belang.

Vergeef me als ik te veel de filosofische toer opga, maar Fromms classificatie van soorten ongehoorzaamheid is bijzonder behulpzaam om een en ander over vrouwen en ongehoorzaamheid te begrijpen. Fromm maakt een onderscheid: niet alle ongehoorzaamheid is goed, maar ook niet alle gehoorzaamheid is braaf. De vraag is altijd: *waaraan* gehoorzaam je, en wat lever je daarvoor in?

De meeste vrouwen zijn van jongs af aan getraind in heteronome gehoorzaamheid: je buigt voor de wil van een ander – de leraar, de baas, de partner, de ‘maatschappij’ – en noemt het verstandig, volwassen of loyaal. In werkelijkheid lever je je zelfbeschikking in voor de illusie van veiligheid. Er bestaat ook autonome gehoorzaamheid: luisteren naar je eigen overtuiging. Dat is geen onderwerping maar bevestiging: *dit ben ik, dit is wat ik weet dat juist is*.

Fromm waarschuwt ook voor het verkeerde geweten aanspreken: het autoritaire geweten – die ingeslikte stem die zegt dat je vooral lief, dienstbaar en geduldig moet zijn. Het klinkt als je innerlijke stem, maar het is de echo van de patriarchale regels die je hebt ingeslikt. Het is dus eerder een *geïnternaliseerde* stem.²⁸ Daartegenover staat wat hij het humanistische geweten noemt: je diepste weten over wat menselijk en onmenselijk is, wat leven voedt en wat het vernietigt. Het is dat intuïtieve aanvoelen dat volgens mij nog het best overeenstemt met wat we weleens ‘een sterk gevoel voor rechtvaardigheid’ noemen.

Echte ongehoorzaamheid is dus niet gewoon *nee* zeggen. Het is weigeren je eigen weten in te ruilen voor conformistisch gemak. Het is trouw blijven aan je eigen waarden en je humanistische geweten, ook als de

rest van de wereld je daarvoor als ‘moeilijk’, ‘hysterisch’ of ‘ondankbaar’ wegzet. Juist *dán* is ongehoorzaamheid levensreddend.

Ongehoorzaamheid aan gevestigde ideeën en structuren, en diversiteit in denken is wat een samenleving zuurstof geeft. Wat sociale vooruitgang en innovatie mogelijk maakt. De ongehoorzaamheid waar ik het over wil hebben, is ingegeven door intellectuele nieuwsgierigheid en empathie. Het is ongehoorzaamheid aan dominante narratieven die ons niet langer dienen en die ons behoedt van stagnatie en intolerantie.

Ongehoorzaamheid is bevrijding.

SAYS WHO?

‘When she designs, and then lives, her own destiny...’

- *Pussy: A Reclamation*, Regena Thomashauer

Hoe langer ik me verdiep in alle regels waaraan we ons als vrouw te houden hebben, hoe kwader ik word. Maar dit boek wordt geen richtingloze rant. Integendeel. Het is een ontmaskering én een uitnodiging: afleren wat ons klein houdt, aanleren wat ons vrij maakt. Er is hoop, en ze is radicaal en praktisch.

Woede (*ira*)

Ongehoorzaam is: je woede omzetten in daadkracht. Je grens niet ‘netjes’ formuleren maar helder. Vertrouwen op je woede als richtinggevend moreel kompas.

Hoogmoed (*superbia*)

Ongehoorzaam is: schaamteloos zichtbaar worden. Je naam op de slide. Hardop aan zelfpromotie doen. Je ambities uitspreken en er middelen aan koppelen. Trots als strategie, niet als zonde.

Gulzigheid (*gula*)

Ongehoorzaam is: voluit leven. Eten zonder boete, ruimte innemen aan tafel en in het debat, genieten zonder excuus. Meer is soms precies genoeg: meer stem, meer speelruimte, meer plezier.

Luiheid (*acedia*)

Ongehoorzaam is: rust claimen als recht. Middagdutjes, lege agenda-blokken, herstel zonder verantwoording. Niets doen als actief verzet tegen de ploetermythe. Rust als recht, niet als beloning.

Afgunst (*invidia*)

Ongehoorzaam is: jaloezie als briefing. Wat je bij haar bewondert, bouw je voor jezelf. Van *catfight* naar coalitie, van krabbenmand naar kettingreactie.

Hebzucht (*avaritia*)

Ongehoorzaam is: voor je eigen middelen zorgen. Vragen, onderhandelen, indexeren, investeren. Zorgwerk opwaarderen. Geld zien als autonomie, niet als schuld.

Lust (*luxuria*)

Ongehoorzaam is: *agency* over je lichaam en verlangen. Consent centraal, je eigen wensen serieus nemen, reproductie niet laten *managen* door schaamte of beleid. Genot is autonomie in actie.

*

Aan de andere kant van ongehoorzaamheid ligt speelruimte. We moeten alleen de moed hebben om de regels te breken, ‘*Says who?*’ te zeggen en ons een andere realiteit voor te stellen. Vanaf hier geen biecht, wel bevrijding – en in de volgende hoofdstukken maken we het concreet.