

DURVEN

& DOEN

Stel dat het wél lukt?!



Joleen Jansen-Becu
Mariëlle Bruggeman-van den Hout

DURVEN & DOEN

Stel dat het wél lukt?!



Joleen Jansen-Becu
Mariëlle Bruggeman-van den Hout

**Jezelf aankijken in de spiegel moet je durven,
maar als je niets doet,
is je spiegelbeeld morgen hetzelfde**





“Stel dat het wél lukt?!” Daarmee startte ik dit avontuur. Al jaren droomde ik van het schrijven van een eigen boek. Er waren alleen twee complicaties: ik ben geen schrijver en ik wist niet waarover ik een boek moest schrijven. Best essentiële onderdelen. Totdat op een dag in november 2018 alle puzzelstukjes op hun plaats vielen.

We krijgen allemaal - vroeg of laat - te maken met slecht weer. Bij de één blijft het bij een fikse bui, terwijl de ander verzeild raakt in een heftige orkaan. Maar wat het weer zo bijzonder maakt, is dat op enig moment altijd de zon weer gaat schijnen.

En zo is het ook met het leven. Zelf heb ik gemerkt dat na het overlijden van mijn vader heel veel dingen in een ander daglicht kwamen te staan. Het verdriet veranderde mijn prioriteiten en maakte me ook kwetsbaar. Kwetsbaar omdat ik niet meer met de stroom mee ging, maar mijn eigen pad creëerde. En dat is niet altijd makkelijk. Maar wat ik ook ontdekte, is dat als je datgene doet waar je écht in gelooft je ineens zoveel meer kunt.

Alle vrouwen die we voor dit boek hebben geïnterviewd, hebben me geraakt. Maar bovenal geïnspireerd. Dat ze ons hun meest kwetsbare kant hebben laten zien en ons hebben meegenomen in het donkerste stukje van hun leven vind ik ontzettend bijzonder. Allemaal hebben we hetzelfde doel: jou inspireren het beste uit jezelf te halen. Ook als het even niet meezit. Want weet je, we zijn zoveel sterker dan we soms denken. Ook jij kunt de zon weer laten schijnen, of hem vaker laten schijnen. Maar dat begint wel met een eerste stap. En echt, als wij als een completer mens eruit kunnen komen, dan kun jij dat ook. Vertrouw daarop! En vergeet niet: alles begint met een beetje Durf, voordat je het kunt Doen.

Liets,
Joleen



Toen Joleen mij vertelde over haar droom om een boek te schrijven, twijfelde ik geen seconde toen zij mij vroeg haar hierbij te helpen. Al snel wisten we dat het boek over veerkracht zou gaan en daar wilde ik graag mijn steentje aan bijdragen.

Wat later vroeg Joleen of ik dan ook mijn verhaal wilde vertellen en daar moest ik wel even over nadenken. Want wat maakt mijn verhaal zo bijzonder? Ik vertel mijn verhaal nooit zo volledig en in detail. Ik gooi mijn kwetsbaarheid niet zomaar op tafel. Stiekem was ik ook wel een beetje bang dat iedereen mij zou gaan zien als die vrouw met die beperking. Die vrouw die altijd pijn heeft. En toch heb ik besloten mijn verhaal te vertellen. Want ik ben niet diegene met die beperking. Ik heb die beperking maar ik ben zoveel meer! Ja ik heb elke dag pijn, maar dat wil niet zeggen dat ik daardoor een ongelukkig mens ben. Integendeel zelfs. Al kan ik maar één iemand inspireren die ook iedere dag pijn heeft, dan is mijn missie al geslaagd.

Zonder het doorzettingsvermogen van Joleen zou het boek er nooit zijn gekomen. Dat is een feit. Ik ben dan ook ontzettend trots op haar. Wat deze reis onvergetelijk maakt, is de kwetsbaarheid en het vertrouwen dat wij hebben gekregen van alle vrouwen die we hebben geïnterviewd. Wat een verbondenheid. Heel bijzonder.

Ik hoop dat dit boek voor jou net zo waardevol wordt als dat het voor ons is.

liefs,
Mariëlle

Colofon

Vormgeving	Astrid Honcoop, Het Ontwerploket
Begeleiding	Sara Terburg, Terburg Tekstproducties Sylvie Smeets, Smeets Tekstcreaties
Eindredactie	Ineke van Kasteren
Fotografie	Nicole Koetze-Poll, Roes Fotografie

ISBN 978 90 9033 908 5
NUR 402

© 2020 Durven & Doen | Motivatie- en Communicatie-trainingen

www.steldathetwellukt.nl Over het boek Durven & Doen

www.durvenendoen.nu Over het bedrijf Durven & Doen

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Durven & Doen / Motivatie- en Communicatie-trainingen

Inhoud



Joleen verloor compleet
onverwacht haar vader



Mariëlle kreeg op haar 24^e te
horen dat ze een chronische
rugaandoening heeft



Conny werd verlaten toen ze
zwanger was



Inge ontdekte na 15 jaar dat ze
endometriose had



Wendy krabbelde op na een
zware burn-out



Erleyne werd geboren met een
dubbele hartafwijking



Gaby beviel drie keer te vroeg



Leila ontsnapte uit een
gearrangeerd huwelijk en
vreesde voor de gevolgen



Over Durven & Doen

**“Survivors don’t have
time to ask: *why me?*
For survivors, the only
relevant question is:
what now?”**

Edith Eva Eger



**"Je hebt geen
invloed op datgene
wat je overkomt,
maar wél op hoe je
ermee omgaat"**

**Joleen (37) verloor compleet
onverwacht haar vader**

Dat het leven van het ene op het andere moment compleet kan veranderen, weten we allemaal. Maar pas als het je overkomt, snap je wat het inhoudt. Joleen verliest op zevenentwintigjarige leeftijd compleet onverwacht haar vader. Een ingrijpende gebeurtenis en een keerpunt in haar leven. De daadkracht die ontstaat door dit verlies is enorm. Het zorgt bij Joleen voor een authentiek innerlijk kompas dat haar tot de dag van vandaag door lastige situaties heen gidst.

“Het is zaterdagochtend 17 april 2010, ik sta net met de verfroller in mijn hand de tuinmeubels te verven, als mijn moeder belt. Ze vertelt dat ze samen met mijn oudste zus Carlien onderweg is naar het ziekenhuis in Terneuzen. Papa heeft een hartaanval gehad, maar ze weet niet hoe het nu met hem is. Niet echt het bericht dat je verwacht als je lekker staat te schilderen in de zon.

Even praktisch

Ik herinner me nog goed dat ik niet echt in paniek schoot, maar vooral praktisch handelde.

Mijn moeder vraagt me om naar mijn middelste zus Monika te gaan. Snel ruim ik de verfspullen op, want het ziet er niet naar uit dat ik hier vandaag nog verder ga. Vervolgens naar de buurvrouw met de vraag of zij eventueel onze hond Spike kan uitlaten vandaag. Ik leg snel de situatie uit, maar geef ook aan dat het vast wel goed zal komen. Mijn vader is immers nooit ziek: hij zou toch honderdtwintig jaar worden?!

BAM!

Circa twintig minuten na het bewuste telefoontje van mijn moeder ben ik bij mijn zus die er duidelijk wat minder vertrouwen in heeft. Ik probeer haar gerust te stellen. Het komt vast goed, pap is toch supersterk?! Telefoongerinkel onderbreekt ons gesprek. Het is mama. Ze windt er geen doekjes om: papa is overleden. BAM! Ik ben zevenentwintig jaar oud en mijn vader is er niet meer.

Mijn moeder vertelt dat het in het ziekenhuis helemaal mis is gegaan toen hij nog een hartaanval kreeg. Deze was dusdanig heftig dat het hem fataal is geworden. Alle specialisten stonden klaar, maar er was niks meer wat ze konden doen.

Wat er dan door je heen gaat, is niet te beschrijven. Ik kan de kreet die mijn zus toen slaakte nog horen. Een oerkreet die je enkel hoort als er echt iets heel ergs gebeurt. En dat is zo. Mijn stoere, sterke en lieve vader is zomaar van het ene op het andere moment weg.

Dan start er een achtbaan waar we voorlopig niet uit kunnen stappen. Uiteraard moeten we eerst onze mannen bellen. Mijn zwager Thijs blijft steeds herhalen wat een ongelooflijk slechte film dit is. Spullen pakken dan maar en de auto in, richting Zeeland. Naar ons ouderlijk huis. Duizend gedachten schieten er door mijn hoofd, maar tegelijkertijd is er helemaal niks. Eén ding weet ik direct zeker: zoals het was, wordt het nooit meer.

Zondagskind

Ik heb een gelukkige en probleemloze jeugd gehad. Opgegroeid op een boerderij in het Zeeuws-Vlaamse Groede ben ik de jongste in een gezin met twee oudere zussen. De verdeling is traditioneel: mijn vader runt het bedrijf en mijn moeder verzorgt de kinderen en alles wat daarbij komt kijken. Mijn vader staat aan het hoofd van ons gezin, zonder daarmee afbreuk te doen aan de gelijkwaardigheid tussen mijn ouders. Dit was gewoon zoals het bij ons thuis werkte.

Ik denk met plezier terug aan mijn lagereschooltijd. Ik heb voldoende vriendjes en vriendinnetjes en leren vind ik leuk. Thuis hebben we het goed en ik herinner me de

vrijheid van het spelen en wonen op een boerderij. Het bouwen van hutten met vriendinnetjes, het meerijden met mijn vader op de tractor, combine en hefruck. En ik zie mezelf nog in de veel te grote overall van mijn vader aan de band staan als de aardappels en uien geoogst worden. Nog steeds kan ik zodra ik de geur van geklapte uien ruik (zo noem je het als uien gerooid worden), nostalgisch terugdenken aan de reuring die de oogsttijd altijd met zich meebracht.

Na de lagere school loop ik vrij makkelijk door mijn middelbare school heen en zit ik barstensvol dromen over later. Je zou me een zondagskind kunnen noemen.

De wijde wereld in

Als ik op mijn zeventiende de havo afrond, kan ik eindelijk de wijde wereld in. Naar de stad. De keuze voor een opleiding is zo gemaakt, want het organiseren van feestjes en alles wat daarbij komt kijken, is iets wat ik graag doe. De opleiding Vrijetijdskunde aan de NHTV in Breda past daar perfect bij. Via via vind ik een mooie, grote kamer in het centrum en vertrek ik eind augustus 2000 naar deze mooie Brabantse stad. Ik zie mezelf nog zitten op die grote, oncomfortabele rieten bank in een kamer met blauwe muren en gele vloerbedekking. Maar wat heb ik er zin in!

De NHTV blijkt een goede keus te zijn. Ik vind de opleiding leuk, de mensen zijn tof en het uitgaansleven is zo mogelijk nog beter. Het huis waar ik in woon, voelt als een veilige haven en een hoop mensen waarmee de vriendschap luchtig en vluchtig start in de kroeg, blijken later vrienden voor het leven te worden. Wie had dat gedacht.



Je bent jong en je wilt wat...

Nadat ik de NHTV afsluit, besluit ik nog door te studeren aan de Fontys, Marketingmanagement en Ondernemerschap. Met eenentwintig jaar vind ik mezelf nog te jong om te gaan werken en ik ben dol op studeren. De twee jaar die ik hierna in Tilburg studeer, vliegen voorbij en voor ik het weet, is het tijd om te starten met een 'echte' baan.

Ik ben bijzonder ambitieus en vastbesloten om ergens een goede functie als marketeer te veroveren. Het liefst in een gaaf bedrijf waar ik binnen afzienbare tijd ook manager kan worden. Ik ben ervan overtuigd dat dat binnen drie à vier jaar haalbaar moet zijn.

Het loopt anders. Ik begin als marketeer bij Samsung Europe, maar daar blijkt het hokje waarin ik me moet manoeuvreren me te krap. Daarna volgt een nieuw bedrijf waar mijn werkzaamheden te gek zijn, maar de interne organisatie een drama. Gelukkig kan ik in 2009 bij Hill's Pet Nutrition aan de slag als marketeer op de Benelux-afdeling. Een prima bedrijf, in Breda, met fijne collega's. Wát een opluchting. De werkzaamheden zijn een stuk minder spannend, maar de sfeer is goed. Daar zou ik het nog wel even uitzingen.

Totdat het 17 april 2010 werd. Daarna werd alles anders. Ík werd anders.

In één klap volwassen

Ik dacht dat ik al volwassen was. Maar als mijn vader overlijdt, ben ik pas écht volwassen. We moeten als gezin bedenken wat we met de boerderij gaan doen. Een bedrijf dat twee generaties eerder gestart is door de broer van mijn opa en overgenomen en uitgebouwd door mijn opa. Het bedrijf dat mijn vader veel te jong moet overnemen omdat hij zijn eigen vader verliest. En wat hij op zijn beurt weer heeft vergroot, geautomatiseerd, gedigitaliseerd en vernieuwd. Een bedrijf waar zoveel historie in zit en nog veel meer toekomst, dat moeten we toch wel voortzetten? Maar hoe?

Die 'hoe' is een zoektocht die duurt tot op de dag van vandaag. Telkens weer moeten we bekijken hoe we dit bedrijf, in de huidige tijd met de mogelijkheden die we hebben, eer aan kunnen doen. En dan ontdek je pas hoe waardevol goede relaties en eerlijk ondernemerschap zijn.

Mijn vader werkte met veel relaties al tientallen jaren samen. Dit zijn mensen die mij geboren hebben zien worden en waarmee we een historie delen. Mannen met het principe 'Een man een man, een woord een woord'. Professionals waar je op kunt bouwen en die goud waard zijn. Dankzij dit waardevolle vangnet, het oersterke geloof in elkaar én de enorme wil om het werk van mijn vader eer aan te doen, kunnen wij de boerderij van mijn vader voortzetten.

**“Daarna werd
alles anders,
ík werd anders”**

Tips van Joleen

Ik vond het heel fijn dat ik op de begrafenis van mijn vader heb gesproken. Ik weet dat niet iedereen dat kan, maar je kunt ook iemand vragen namens jou te spreken of jouw verhaal voor te lezen. In het gedicht dat ik toen heb geschreven, kon ik als het ware nog een paar laatste woorden aan mijn vader richten. Daar concreet over nadenken en ze vervolgens uitspreken was een goede start van mijn verwerking.



Ik merkte dat het mij geholpen heeft om iets te doen met het verdriet. Als iemand overlijdt, ben je de controle kwijt. Door het verdriet om te zetten in iets concreets werd zijn dood minder nutteloos. Hierdoor kwam ik uit de slachtofferrol en nam ik de touwtjes weer in handen.



Huilen, brullen, schreeuwen... alle uitingen van verdriet kwamen voorbij. En dat was prima. Mij hielp het wel om mijn verdriet te kanaliseren, zodat ik ook kon blijven functioneren. Het nummer 'Afscheid van een vriend' van Clouseau dat op zijn begrafenis werd gespeeld, werd mijn huilnummer. 4.10 minuten effectieve huiltijd.



Niets gaat vanzelf. Het kwam mij zeker niet aanwaaien. Praat met vrienden, familie, je kat of online over je verdriet. Again, again and again. Ook al voel je je misschien een zeur. Ik voelde me gezegend met de mensen om me heen en dat heb ik ze ook verteld. Ik had nooit verwacht dat zoveel van mijn (kroeg)vrienden helemaal naar het pittoreske IJzendijke zouden afreizen om de begrafenis van mijn vader bij te wonen. Was ook niet nodig toch?! Toch wel. De komst van hen allen daar is een ijzersterk fundament van bijzondere vriendschappen geworden. Het feit dat je zo'n groot verdriet met elkaar kunt delen, is voor mij bijna meer waard dan alle feesten bij elkaar (die overigens wel veel moeten plaatsvinden want bier verbroedert).





Durven & Doen

Stel dat het wél lukt?!

Wat er op je pad komt, daar heb je geen invloed op.
Wél op hoe je ermee omgaat.
Dat is waar dit boek over gaat.

Acht verhalen van krachtige vrouwen die iets ingrijpends hebben meegemaakt, maar er als een completer mens zijn uitgekomen.

Acht keer praktische tips die hen geholpen hebben de zon weer te laten schijnen.

Pittige levensgebeurtenissen vormen een mens. Juist door wat de vrouwen hebben meegemaakt,
zijn ze gemotiveerd om anderen te laten zien dat je een keuze hebt.

Stel dat het wél lukt?! Hoe verdrietig of heftig iets ook is, je kunt er uiteindelijk completer van worden.

Hoe dan?

Dat doet iedereen op zijn eigen manier. Maar het begint met kiezen en een stap zetten.

Laat dit boek voor jou een stap zijn naar een completere versie van jezelf.

Over de auteurs:



Joleen

Trainer, improvisatie-acteur en spreker

Mede-eigenaar van Durven & Doen | motivatie- en
communicatie-trainingen

Joleen verloor op haar 27^e compleet onverwacht haar vader.

*"Ik had nooit verwacht dat het ergste wat mij kon
overkomen, mij ook het mooiste zou brengen:
een authentiek innerlijk kompas."*



Mariëlle

Trainer, dramatherapeut en improvisatie-acteur

Mede-eigenaar van Durven & Doen | motivatie- en
communicatie-trainingen.

Mariëlle kreeg op haar 24^e te horen dat ze een chronische
rugaandoening heeft

*"Iedere dag weer moet ik gezien de pijn bewuste keuzes maken,
maar daardoor kies ik wel oprecht voor datgene waar ik
energie van krijg."*

