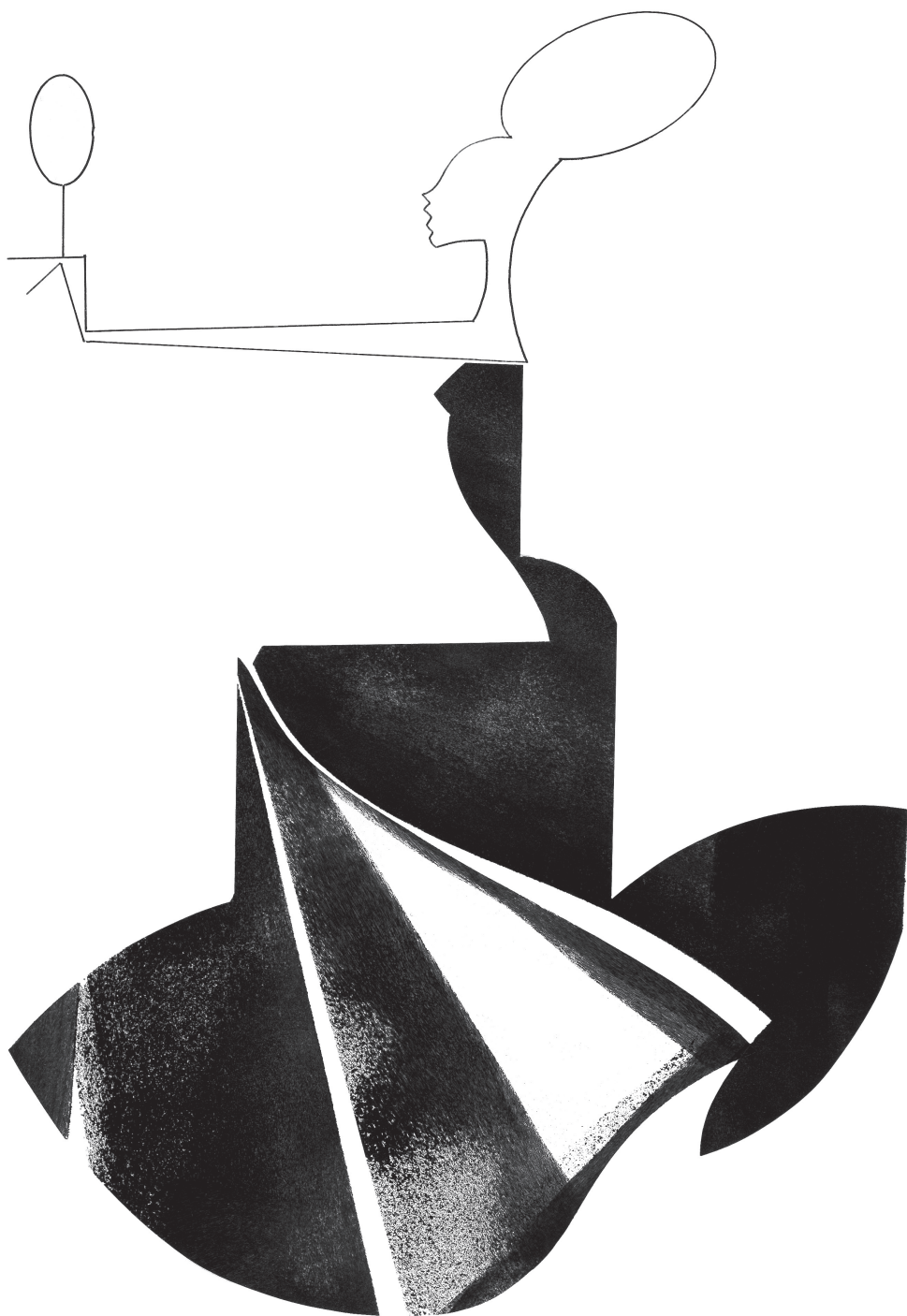




EEN KWESTIE VAN LEF

De tijd was rijp. 'We willen nog meer lef', lieten veel vrouwen weten. Uitbreiding en aanvulling van *Een kwestie van lef* waren gewenst.

Ik ging aan de slag.

Dit is de tweede editie van *Een kwestie van lef*. Met aanvullingen van wat ik vergeten was, zoals hoe tanden zich houden in relatie tot de tand des tijds. Met een hoofdstuk over internetdaten. De voor- en nadelen van een ooglidcorrectie. Het leven met obesitas. En met een stel persoonlijke ontboezemingen, als toegift.

Een kwestie van lef rekent af met het stereotiepe beeld dat geluk exclusief is weggelegd voor jonge vrouwen. Het ondergraaft het cliché dat oudere vrouwen zich maar moeten laten afschrijven.

Een kwestie van lef laat zich op verschillende manieren lezen. Vrouwen van veertig verdiepen zich in wat de komende jaren hun kunnen brengen. Vrouwen van vijftig ontdekken hoe juist zij gaan profiteren van hun leeftijd. Vrouwen van zestig zien vergenoegd bevestigd wat ze al vermoedden: juist voor vrouwen is en blijft het leven een avontuur, hoe oud ze ook worden.

Een kwestie van lef laat zien hoe rijpe vrouwen op elk gebied hun voordeel doen met hun leeftijd. In het arbeidsproces zijn ze actiever dan de generaties voor hen. Ze zijn financieel onafhankelijker dan ooit. Als ze dat willen leiden ze een sociaal leven waar je u tegen zegt. En seksueel zijn ze niet afgeschreven, tenzij ze er geen zin meer in hebben.



En ja, ze besteden veel meer aandacht aan hun uiterlijk dan tot voor kort fatsoenlijk was. Hoewel, tot voor kort... Vrouwen moeten zo'n beetje mooi zijn, maar ze dienen nog altijd de indruk te wekken dat het mooi zijn vanzelf gaat. Ze mogen het er niet over hebben en ze mogen al helemaal niet laten blijken dat ze plezier in hun uiterlijk scheppen.

Hou toch op. Schoonheid is niet aan leeftijd is gebonden en er valt van alles aan te doen. Vrouwen, zo leert *Een kwestie van lef*, moeten hun leeftijd niet verstoppen, want ze kunnen nu eindelijk pronken.

Het is al met al opwindend hoe gretig de belangstelling is voor de mogelijkheden om dat alles aan te pakken.

Een kwestie van lef trok ook aandacht uit onverwachte hoek. Al direct bij het verschijnen van het boek vroeg de ene man na de andere: wanneer krijgen wij zo'n gids? Daarom – en niet eerder vertoond in een stijlgids als deze – voorziet dit boek voor vrouwen in een eigen hoofdstuk voor mannen. Het is een stoomcursus die hun onthult hoe vrouwen van boven de veertig naar hen kijken en over hen denken, en wat daar de consequenties van zijn. Het hoofdstuk werd niet mals, maar het is wel liefderijk.

Want vrouw of man, ouder worden is oogsten en glanzen.

Lees maar.



HET GEHEIM

Het leven wordt elk jaar leuker, vind ik, en spannender en veelomvattender, maar het lijkt wel of dat een geheim moet blijven. Ik zeg het en ik word gewoon niet geloofd.

Maar ik ben de enige toch niet?

Ik kijk om me heen en ik zie ze overal. Vrouwen van 40plus, 50plus en 60plus worden meestal sterker en interessanter. En, als ze daar zin in hebben, mooier. Desondanks: zodra een vrouw niet langer uitdrukkelijk jong is, schrijft de buitenwacht haar af als een triest geval, een verliezer. Tegenvoorbeelden? Dat zijn dan uitzonderingen op de regel. Allemaal.

Het is tijd om de genoegens van het ouder worden op een rij te zetten. Het is tijd om vast te stellen hoe een vrouw daar haar voordeel mee kan doen.

Glorieus ouder worden gaat niet vanzelf. Elke vrouw zou kunnen beginnen met zichzelf te verbieden om ooit nog zinnen uit te spreken die beginnen met:

‘Op mijn leeftijd...’

Ook zou ze kunnen besluiten om nooit meer te zeggen:

‘Toen ik jong was...’

Wie zich ouwelijk opstelt, doet zichzelf tekort. Wie treurt over de verloren paradijzen van haar jeugd reduceert zichzelf tot een tragische heldin.

Wie het lukt om lak te hebben aan meningen, tradities en conventies, wie doet wat ze wil, wie denkt wat ze wil, die wint het pleit. De vrouw die van alles blijft verlangen – die staat niet stil en die kan niet stuk. Toegegeven: het is wel een hele klus. (Maar jong zijn was ook hard werken, dus: what's new?)

Om iedere vrouw bij te staan in deze zoete strijd, maakte ik dit boek. Het verschaft haar het gereedschap voor een fiere levenshouding. Het (her)schept haar zelfvertrouwen. Het voorziet in een strategie voor een ruimhartige mentaliteit. Want wie mooi is vanbinnen, is mooi vanbuiten – inderdaad, dat is een daverend cliché. En een waarheid als een koe.

Voor de vrouw die haar vorderende leeftijd stralend wenst aan te pakken is haar buitenkant net zo belangrijk als haar binnenkant. Ze schrikt niet terug voor een zelfbewuste kledingkeuze en ze ontdekt hoe make-up dienst kan doen als toegepaste kunst. (Ze weet trouwens zeker dat een leesbril heel verleidelijk staat.)

Ze interesseert zich voor de zegeningen en de hinderlagen van ooglidcorrectie en lichttherapie. Maar ze stelt ook maar weer eens vast dat een mooie rimpel niet lelijk kan zijn.

En verder?

Verder: de overgang is erg, maar niet de ondergang. En het mag ook wel eens worden onthuld dat zo veel vrouwen van gevorderde leeftijd aan seks en minnaars doen dat niemand zich op dat gebied zorgen hoeft te maken.

Niet dat er iets moet. Niets wat dit boek aandraagt is een voorschrift of een heilige plicht. Wie geen zin heeft in de slanke lijn die slaat het hoofdstuk over gewichtscntrole over. Wie zich niet interesseert voor make-up laat die pagina's zitten.

Dit boek is bedoeld als bron van inspiratie. We laten ons niet gek maken. Eigenlijk mag alles en kan alles, zolang het maar met lef gebeurt. En met verstand.

Een kwestie van lef kwam tot stand op basis van gesprekken met ervaringsdeskundigen en ervaringskunstenaars: een variëteit aan vrouwen van boven de 40, 50 en 60. Ik ondervroeg ze omdat ik ze elk op hun eigen manier on-

weerstaanbaar vind. Ze gaven gul prijs hoe ze dat bleven, of ze onthulden hoe ze dat werden. Zij leverden het materiaal voor dit boek. Van hen zijn de vrijmoedige citaten tussendoor.

Hun ideeën werden getoetst aan en uitgebreid met de kennis van specialisten: een arts, een visagist, een designer van film- en filmsterrengarderobes en een kapper. Ook deze vrouwen weten waar ze het over hebben. Want niet alleen zijn ze vakspecialisten, ook zij passeerden met glans de vijftig.

Dank voor jullie openhartigheid, jullie wijsheid, jullie schoonheid, jullie gein:

Jacqueline van Benthem
Pauline Bijleveld
Erzja Boomstra
Nicolaine den Breejen
Wilma Buis
Ans Clements
Rineke Dijkstra
Anne Elzinga
Elsbeth Etty
Maria Heiden
Saskia Janssens
Barbara Kroon
Pauline van der Linden
Riemke Kuipers
Colette Lacoste
Roos van Mansfeld
Dorinde van Oort

Christine Otten
Sigrid van de Poel
Ine Poppe
Angela Ramadhin
Ilona Roosch
Anita Roosma
Josje van Rijnsoever
Henriëtte Schenk
Diny Schouten
Anne-Marie Stordiau
Jany Temime
Carola Verhoeff
Marceline Verster
Betty de Vetten
Inge Wallage
Regien Wentink-Te Voortwis

Enkelen wilden anoniem blijven. Hen dank ik natuurlijk ook.

En ik maak een diepe buiging voor Birgit Donker.
Zonder haar was dit boek er niet geweest.

EEN KWESTIE VAN LEF