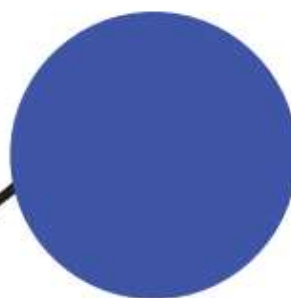
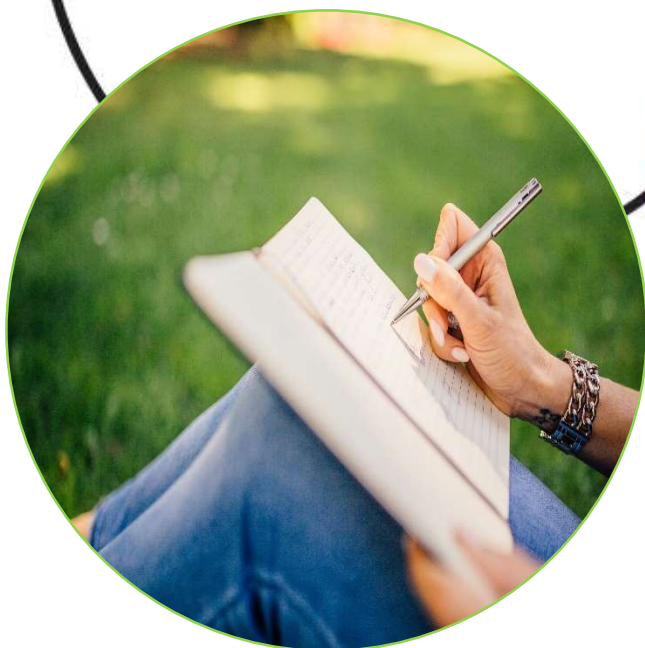


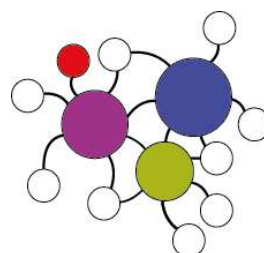


Korte Verhalen Club

Samen of... alleen



www.welzijnbergen.nl



**Stichting
Welzijn
Bergen**

Spelregels

Om de 4 weken (met uitzondering van een zomerstop) krijg je een onderwerp waarover je een kort verhaal of een mooie herinnering schrijft, dit mag ook in dichtvorm of met een mooie tekening. Illustraties bij de teksten zijn altijd welkom.

We denken aan minimaal een A5 (350 woorden), maximaal een A4 (700 woorden). Aanleveren kan digitaal, per post of je kunt het afgeven bij een van de wijksteunpunten. Zie de adressen op de achterpagina.

Je mag zelf weten of je een verhaal anoniem of met naam inlevert.

Hoe meer deelnemers, des te meer verhalen. Met elkaar maken we een bundel vol leesplezier met mooie, lieve en warme verhalen. De bundels zijn ook in de verzorgingshuizen én in de bibliotheek in onze gemeente beschikbaar.

De bundels worden digitaal toegestuurd.
Hier zijn geen kosten aan verbonden.

De bundels kunnen ook tegen een kleine vergoeding (€3,00) opgehaald worden bij de Wijksteunpunten.

Voorwoord

Groet allen!

Zoals verwacht mocht worden is deze editie, met als onderwerp 'Samen of alleen', er een met een paar verhalen waar emotie bij vrijkomt.

Dat is een logisch gevolg bij onderwerpen die heel persoonlijk zijn én je raken. Het is geen wedstrijd (...) maar toch een speciale vermelding voor het adoptieverhaal, wat ik prachtig vind.

Vanuit verschillende invalshoeken wordt belicht hoe 'samen of alleen' beleefd kan worden, waarbij het onderscheid tussen alleen en eenzaam ook langskomt.

Het verhaal over de PIZ-cursus geldt voor de meeste stellen die samen het pensioenavontuur beleven. Je begint eigenlijk opnieuw aan een periode van 'samen', waarin voor veel mensen ook ruimte moet zijn voor 'alleen'.

We zijn weliswaar gezelschapsdieren, zoals ook wordt gememoreerd, maar ruimte voor het individu is belangrijk, los van het antwoord op de vraag of je er gebruik van wilt maken.

Maaïke en ik hebben daar (denk ik) een goede balans in gevonden. Dat moet ik haar toch ook eens vragen! :-).

In een van de verhalen richt de schrijver zijn blik op de boekenkast, waar allerlei sterk verschillende boeken toch een geheel vormen: de boekenkast. De lelijke kant van alleen, in de vorm van egoïsme, komt langs. En ook het mysterie van de werking van het geheugen, met momenten van onverwachte helderheid.

Er is een mooi reisverhaal waaruit blijkt dat goede afspraken maken van groot belang is, zoals dat ook thuis voor 'samen' geldt.

Zoals in een van de verhalen duidelijk wordt: we zijn allemaal vogels van een divers pluimage. En die vogels hebben elkaar zeker nodig, maar willen ook wel eens alleen vliegen.

Veel plezier bij het lezen van deze bundel!

Ronald

Inhoud

Walter van Gelderen	5
Cootje Bronner	7
SMA de Kok	9
Bernadet Hengeveld	10
Mieke Wijminga	12
Anneke Kettenes	13
Dicky Spee-Schut	17
Ab Helsloot	18
Sandra Schaaper	20
Anna	22
Fred Steinkühler	23
Hans van de Langenberg	24
Gea van Zadelhoff	26

Samen of alleen

Op de Volkshogeschool in Bergen waar ik van 1974 tot 2000 werkte, heb ik veel 'PIZ-cursussen begeleid. PIZ staat voor Pensioen in Zicht. De naamgeving beviel niet meer en later werden het 'ENT-cursussen' genoemd: Een Nieuwe Toekomst. Ik schets een situatie uit zo'n cursus, zoals ik die eind vorige eeuw vaak ben tegengekomen.

Henk (62) en Marja (57) zijn, met nog 11 stellen, deelnemers aan de 5-daagse PIZ-cursus. Henk heeft nagenoeg zijn hele werkzame leven bij de PTT gewerkt als postbezorger en de laatste jaren als postsorteerder. Binnen afzienbare tijd kan hij met pensioen gaan en hij heeft van het bedrijf een aanbod gekregen om met zijn partner een PIZ-cursus te volgen. Henk heeft weinig hobby's, wil wel als hij meer tijd heeft veel samen met Marja ondernemen. En wellicht wat klussen bij hun kinderen. Marja geniet van de tuin die zij hebben, van het oppassen (zij hebben 2 kleinkinderen). Marja doet vrijwilligerswerk bij Humanitas en heeft trouwe vriendinnen waar zij regelmatig mee afspreekt. Bij de start van de cursus wordt geïnventariseerd welke doelen de deelnemers hebben en wanneer zij tevreden naar huis gaan. Henk laat noteren: "Ik wil graag heel veel samendoen, een inhaalslag maken, samen wandelen, fietsen, met de caravan door Europa trekken. En misschien ook nog wat klussen bij de kinderen". Marja: "Ik wil graag meer samendoen met Henk, maar ik wil de activiteiten die belangrijk voor mij zijn beslist blijven doen!"

In een notendop de uitdaging voor nagenoeg ieder stel. Hoe vinden zij elkaar in deze nieuwe situatie en zijn zij bij machte om creatief te onderhandelen en van 1 + 1 een 3 te maken: een win-win. Boeiende cursussen, een mix van ernst en humor, ván elkaar leren en áán elkaar leren. Rollenspelen met oud en mogelijk nieuw gedrag werden geoefend, soms lekker uitvergroet ("Ga jij me vertellen hoe ik moet stofzuigen!?").



Soms werd in twee groepen gewerkt en konden de gesprekken het karakter krijgen van 'lotgenotencontact'. Aan het einde van de cursus werd door ieder stel een soort van plan van aanpak aan elkaar gepresenteerd en wensten de deelnemers elkaar sterkte om de uitvoering ook daadwerkelijk uit te voeren.

Een heel verhaal over toen, pakweg een halve eeuw geleden. Wat is veranderd, wat is gebleven? Ik realiseer mij heel goed dat het 'samen of alleen' veel verder gaat dan wat er tussen partners kan spelen. Ik laat dat in dit stukje los. Veranderingen zullen blijven en voortdurend een appel doen op andere vormen van 'samen of alleen'. Noem wat voorbeelden: het krijgen van kinderen én als zij uit huis gaan, andere banen, opleidingen, tijd vragende interesses, etc. Altijd zal, idealiter, met elkaar opnieuw afgestemd moeten worden wat 'samen of alleen' gaat inhouden. Een andere titel van het thema zal dan wellicht beter geformuleerd worden door: "Samen én alleen".

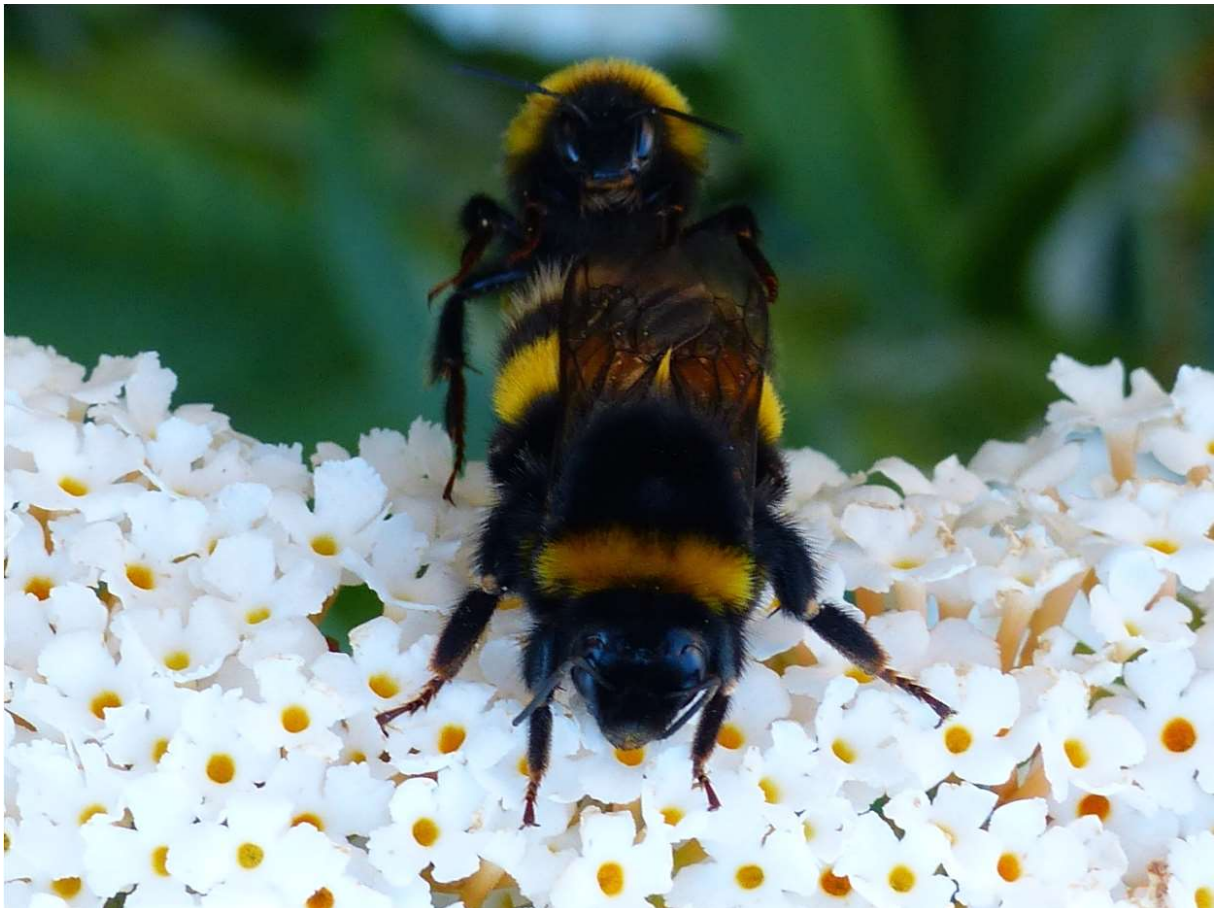
Naschrift

Ik heb in dit stukje veel geschreven over 'toen'. Ik heb ruim 25 jaar met veel plezier en voldoening gewerkt met groepen deelnemers en verschillende thema's. Gesprekken over verbinding en autonomie, samen én alleen, waren voortdurend aan de orde. Met een lichte vorm van heimwee kijk ik op deze periode terug. Vandaar de uitweiding.

Walter van Gelderen

Alleen of samen

Ik zit in de schaduw van de grote appelboom in onze tuin. Het is drukkend warm. Ik hoor het gezoem van de hommels. Een merel neemt uitgebreid een bad in de vijver. Als ik eraan denk hoe zoonlief bijen en hommels bestudeert en me terloops vertelt dat hij vandaag weer een aardhommel zag, voel ik me de gelukkigste moeder van de wereld.



Ik zie hoe Johan de tuin doorloopt, naar de kinderen zwaait en zijn atelier binnengaat. Mijn gedachten dwalen af naar nog zo'n snikhete dag. We staan op een taxi te wachten, die ons naar het weeshuis zal brengen. De drukkende warmte valt op ons als we de koele hal van het vliegveld uitlopen. Achter in de taxi kijken we elkaar aan. Eindelijk is het zo ver. We mogen onze babydochter ophalen. Na een kwartier rijden staan we bij de ingang van het weeshuis. Wat een immens gebouw. We worden door een wat oudere non naar een enorme kamer vol met bedjes gebracht. En daar ligt ze. Onze Gabrielle. Ze is nog mooier dan op de foto's. "Mag ik haar eruit tillen," vraag ik. "Natuurlijk." Ontroerd voel ik hoe een klein vingertje de mijne vastpakt. Johan zucht diep. "Zullen we eerst alle papieren in orde maken?"

Als dat gebeurd is, lopen terug naar de grote kamer. Er staat een jongetje van zo'n jaar drie of vier naast haar bedje. Uit de gebaren die de non maakt, begrijp ik dat ze hem vertelt weg te gaan. Maar hij weigert. Ik pak Gabrielle voorzichtig op en leg haar in het reiswiegje. Het jongetje trekt aan het habijt van de zuster en begint vreselijk te huilen. "Ja," zucht de non, "het is haar broertje, die wil niet dat je haar meeneemt." "Maar jullie hebben nooit verteld dat Gabrielle een broertje heeft." "We moeten praktisch zijn," antwoordt de non. "Jullie wilden een baby. Zijn adoptie was bijna rond, toen de adoptie moeder verongelukte. De adoptievader wilde hem niet meer ophalen." Ik kniel bij het jongetje neer en zeg tegen de non: "Wilt u hem vertellen dat wij goed voor haar zullen zorgen en dat ik iedere maand een foto van haar zal opsturen." Maar als ik wegloop, overschaduwde het beeld van dat verdrietige kind een stuk van mijn vreugde.

Tijdens de vliegreis is Gabrielle een voorbeeldige baby. Ik blijf eindeloos naar haar kijken. Ook thuisgekomen loopt alles op rolletjes. Toch wil het beeld van dat in en in verdrietige jongetje niet uit mijn hoofd. Op een avond zeg ik: "Johan, dat broertje van Gabrielle, kan ik maar niet vergeten." "Dat had ik al lang aan je gemerkt, lief." "Zouden we hem ook niet kunnen adopteren? Dan zijn ze weer bij elkaar."

Een halfjaar later staan we, nu met ons drieën op de taxi bij het vliegveld te wachten. In de reismand hoor ik gezellige pruttelende geluidjes komen. Bij het weeshuis aangekomen staat Juan al voor het raam te zwaaien. Als we de kamer binnenkomen, is het eerste dat hij doet naar het reiswiegje lopen en Gabrielle bekijken. Voorzichtig pakt hij haar handje en krijgt een stralende lach terug. Dan loopt hij op ons toe, pakt mijn en Johans hand en zegt: "Huis."

Opeens voel ik een hand op mijn dikke buik. Juan staat naast mij. Hij kijkt mij aan en zegt: "Evelien van de overkant zegt dat jij vast niet meer van Gabrielle en mij houdt, als dit broertje geboren wordt. Want die is wit en helemaal van Johan en jou." Ik pak hem beet, druk hem dicht tegen mij aan. "Jij bent onze oudste zoon. Wij zijn speciaal teruggekomen om je op te halen. Wij houden van jullie evenveel als van jouw broertje dat straks geboren zal worden. Ik denk dat Evelien een beetje jaloeers is dat wij straks met ons vijven zijn en zij maar alleen een mamma heeft. Wees maar lief voor haar. Vraag of jullie wat drinken en een lekker ijsje komen halen." Hij draait zich om. "Doe ik mamsie".

Ik hijs me met moeite uit mijn stoel en loop naar binnen. Wat ben ik toch een geluksvogel.

Cootje Bronner

Alleen of samen

“De groeten allemaal!”, was mijn eerste reactie, alsof het om een tegenstelling ging.... OF?? Waar ga je aan denken? Aan voelen? Aan een ‘aanwezig’ zijn? Aan ...? Dat zijn er dan steeds meer dan een alleen, dus samen... nou ja....?. Maar toch. Er kwam bij mij meer langs.

Alleen zijn...

Al voor mijn geboren worden, was ik niet alleen. Bij mijn eerste brullen, om de koude en moeizame ellende van het geboren worden, was daar mijn moeder en alle assistentie, ook kwam er al gauw de mij en mijn moeder bewonderende familie bij. Het automatische filosoofje in mij zette me aan tot brullen of tot rust in de warme omhulling. In de wieg en later in de box zag en hoorde ik mijn vader en moeder, broer en zusje en kreeg ik wat ik nodig had: zorg en aandacht. Mijn ikje werd nog gedirigeerd door dat filosofische pilootje van lust en onlust. Langzaam ontwikkelde zich mijn gevoelsleven tot een bewust worden en ging ik reageren met een lachje, een brabbeltje, eerste woordjes en ook dreinen om aandacht. zorg en aandacht. Dat alles in het samen. En jawel: Ik werd me er eentje (hoorde ik later). Nee, dat doe ik lekker niet! Het ikje werd een ik, dat van alles ging voelen en daar koppig op reageren. Tegelijk heel onbewust van die weldaad van het samen: ik mocht er zijn!

Op de kleuterschool werd dat anders. Mijn wereldje werd veel groter. Al die anderen: vreemden, jufs, verkeer. Ik hoorde van een roodkapje, van heksen, kabouters en koningen... alleen? Nee, samen. De eerste pesterijtjes riepen gevoelens op van: wat doe ik nou weer niet goed? Soms voelde ik me heel alleen! In dat hele bedrijfje. Thuis haalde ik opgelopen schade weer in.

En bleef dat niet zo in de jaren erna.... Ik heb het grote geluk gehad in een groter of kleiner samenzijn te leven. Mensen die zich verlaten of eenzaam voelen spreken me aan. Zo mogelijk wil ik er dan voor hen zijn met mijn aandacht en zorg, maar ik voel me daarin weer heel beperkt. Dat ‘samen’ maakte in mij ook een hele ontwikkeling door van klein tot wereldwijd en de laatste jaren ook kosmos-wijd. Met velen maak ik me zorg om dat ‘samen’, schieten we niet veel te kort in verbintenis? Dit omdat we dat ‘ik’ alle aandacht geven? Hoe leren we ‘samen’ al die onevenwichtige ‘ikkerigheid’ af?

S. de Kok

Samen of alleen?

Een mens is een gezelschapsdier. Als we de reclames en tv-programma's mogen geloven dan is 'in je eentje wat ondernemen' niet iets wat voor de mens bedoeld is. Vooral de Kerst- en Paasdagen hoor je in gezelschap van anderen door te brengen en dat wordt ook nog eens benadrukt. Dit maakt deze dagen voor mensen die zich eenzaam voelen extra moeilijk. Maar is 'eenzaam zijn' hetzelfde als 'alleen zijn'?

Je kunt je namelijk ook erg alleen voelen in een gezelschap. Als je ontdekt dat wat daar gezegd wordt totaal niet resoneert met jouw ideeën en gevoelens dan is er geen verbinding en voel je je alleen. Maar ook in een relatie kan het eenzaam zijn. Soms kun je je zelfs meer verbonden voelen met vrienden dan met je levenspartner. Maar ben je dan ook alléén? Je hébt immers wel die partner en die vrienden.

Wat is eigenlijk samen zijn of alleen zijn? Is alleen zijn het alleen wonen? Of is het totaal niet in verbinding staan met iemand anders? Is 'samen' hetzelfde als samenwonen? Of is het meer een samenzijn? Ofwel in een gezelschap zijn waarmee je je verbonden voelt?

Zelf heb ik twee lange relaties gehad waarin ik me vaak meer alleen voelde dan nu ik alleen woon. Dus wat is 'alleen zijn'?

Toch was er een groot verschil tussen het beleven van de 'alleen-tijd' na de relaties. Na de eerste relatie was het alleen zijn een feestje, er viel een heel nieuwe wereld te ontdekken. Ik was immers pas zestien toen die relatie begon en er was na die achttien jaar relatie veel veranderd in de wereld. Die relatie was ook gewoon over, geen tranen, geen verdriet, het was goed zo.

Maar na de tweede relatie die zestien jaar duurde en erg turbulent en energie vretend was, was het alleen zijn meer een retraite, een herstel van opgedane wonden en kwetsuren, niet meer op de tenen lopen en weer jezelf kunnen zijn. Er was ook een genieten van de rust en de vrijheid die er weer was. Het ene alleen zijn is dus het andere niet.

Hoewel ik nu zo'n vijf jaar alleen woon, voel ik me toch vaak erg samen. Er zijn vrienden die er altijd voor je zijn en dat ook laten weten door even te bellen, een berichtje of kaartje te sturen, je uit te nodigen e.d. waardoor ik me zelden alleen voel.

Er zijn onverwachte ontmoetingen op straat waar ineens een verbinding ontstaan door middel van een mooi gesprek waarin je elkaar volledig begrijpt. Je kunt in een museum met een andere bezoeker ontroerd naar een kunstwerk kijken en in elkaars blik hetzelfde gevoel zien. Zonder een woord te zeggen ben je dan toch even samen. Net als met iemand enorm lachen om een komische situatie of genieten van muziek. Ook dat geeft een 'samen gevoel'. Zelfs bij een wildvreemde vrouwelijke kapper kan er een verbinding ontstaan waardoor je elkaar even moet knuffelen als je weggaat, omdat er plotseling een mooie verbinding was.

Het meest frappante is dat je, wanneer je alleen ergens op afstapt, ineens in gesprek gaat met andere mensen. Als je samen bijvoorbeeld uit eten gaat, is er bijna geen ruimte voor een 'vreemde'. Dan praat je tegen elkaar en deel je de ervaringen met elkaar.

Maar als je alleen op een terras zit, restaurant, bioscoop, blijkt al gauw dat er toch een vorm van contact ontstaat. Heel bijzonder.

Eigenlijk is de hele wereld een 'samen' en is er geen 'alleen', je moet het alleen (haha) wel kunnen zien!

Bernadet Hengeveld

Samen of alleen

Mijn dementerende oudste zus was altijd vrolijk, optimistisch en tevreden.

Ze genoot dagelijks van haar eten, drinken en de liefdevolle verzorging.

Op een gegeven moment kon ze niet meer lezen of schrijven, altijd onderwijzeres geweest en dan toch al die vaardigheden kwijt raken, zo onbegrijpelijk.

Vaak herkende ze me ook niet meer, maar dan zei ze: "Het voelt vertrouwd".

Zo nam ik bij leven iedere keer al een beetje afscheid van haar.

Hoe troostrijk was het dat ze de laatste tijd plotseling overal haar naam en de naam van onze oudste broer zag staan.

In het bos, bij een bepaalde lichtval op de bladeren, kon ze zo maar roepen: "Daar staat Andreas en Anne geschreven".

Op een terrasje wees ze op de tafel naar de 2 namen die ze daar zag staan.

En soms kon ze naar de lucht wijzen en dan weer de namen benoemen.

Op haar verjaardag belde Andreas onverwacht vanuit Tasmanië, Australië. Hij emigreerde 53 jaar geleden.

Aan de verzorgende legde hij uit wie hij was.

De telefoon werd aan Anne overhandigd met de woorden: "Uw broer uit Tasmanië". "Andreas", riep ze, blij verrast.

Wat was mijn broer verbaasd dat ze zijn naam zo op kon noemen.

Drie weken later stierf ze, geheel onverwacht, door een hartstilstand.

Nu denk ik vaak: "Lieve zus, in je hoofd was je vast heel vaak **alleen**, maar wat geeft het me een troost dat jullie toch zo vaak **samen** waren".

Mieke Wijminga



Samen of alleen

We staan samen op de Arc de Triomphe, hartje Parijs.

We genieten van het uitzicht over de stad. Het grote plein met zijn avenues en lanen ligt aan onze voeten.

We kijken vanaf dit grote plein op 50 meter hoogte en overzien de mooie schatten van Parijs, de Eiffeltoren, de Sacre Coeur, het Louvre en de Tuileries!

We bedenken hier ons plan voor de rest van de dag.

Graag willen we na dit prachtige indrukwekkende monument naar de Eiffeltoren. Uit mijn tasje diep ik de reisgids op.

Voordat je we op vakantie gingen, stapten we samen naar het ANWB-kantoor om informatie in te winnen en de nodige documentatie en plattegronden aan te schaffen.

Gelukkig staat hier ook een plattegrond in van het bijzondere metrostelsel.

We schrijven de vijftiger jaren, dus moest je nog op reis zonder iPhone, want die bestond nog niet.

We hadden, voor we Parijs gingen verkennen, onze waardevolle spulletjes verdeeld.

Ik de reisgids, met wat persoonlijke dingen als een lippenstift en een zakdoek, mijn horloge enz.

En mijn echtgenoot het geld, zo ging dat in die tijd.

Na wat gepuzzel wisten we het dichtstbij gelegen metrostation te vinden.

We kochten kaartjes bij een automaat met contant geld.

Na door de toegangshekjes te zijn gegaan, werden de kaartjes door manlief zorgvuldig weggestoken in zijn portemonnee, in het toen zo in zwang zijnde borstzakje ,speciaal ontworpen voor reizigers..

Een zakje met rits en een touwtje wat rond de nek kon, veilig weggeborgen onder een trui.

Zo zou niemand ons van ons geld kunnen beroven,want ook toen werd er overal gewaarschuwd voor zakkenrollers!

We vonden via een doolhof aan roltrappen en gekleurde richtingsborden, het nummer van de volgens ons te volgen goede lijn!

Waar we niet goed op hadden gelet was dat je, als je het nummer hebt gevonden, wel het eindpunt in de gaten moet houden, zodat je de juiste richting volgt.

Snel instappen en daar zoefden we naar waar volgens ons de Eiffeltoren moest zijn. Bij elke halte werd in snel Frans gezegd waar we ons bevonden, maar met de duidelijke namen bij de haltes groot vermeld op het perron probeerden we te checken, om te weten waar we uit moesten stappen.

Na een paar haltes, kwamen we erachter dat we de verkeerde kant op reden! “Volgens mij gaan we niet goed. We moeten eruit en de andere kant op”zei mijn man, turend op zijn plattegrondje van dit geweldige metrostelsel.

Het was trouwens onze eerste ervaring met dit fenomeen.

Rob baande zich een weg door toeristen en Parijzenaars, naar de uitgang van dit metro treinstel, ik erachteraan, maar niet snel genoeg.

Hij stapte uit in de veronderstelling dat ik hem meteen zou volgen, maar....ik was nét iets te laat en de metrodeur ging voor mijn neus weer dicht!

Ik zag mijn man, om zich heen kijkend, al snel verdwijnen... en dan zijn we dus niet meer SAMEN, maar allebei ALLEEN! Hij op het perron en ik in de trein.

Bij de volgende halte stapte ik snel uit!

Ik liet een paar metro's voorbijgaan en probeerde te bedenken wat hij denkt en zal gaan doen.

Eerst bij mezelf blijven.... geen paniek.

Een ding wist ik zeker.... ik moet ondergronds blijven, want als ik naar boven zou gaan, kom ik nergens in deze metropool!

Geen kaartje, want die zaten in 's mans veilige borstzakje, geen geld, niet aan gedacht om wat Franse franken in mijn eigen tas stoppen (geen euro's, maar francs bestellen bij de bank of een grenswisselkantoor).

Ik moest het even alleen zien te redden.

We hadden 's avonds afgesproken op een centraal punt, weer bij de bekende Arc de Triomphe, om met vrienden te gaan eten.

Dus dacht ik, als ik Rob niet meer weet te vinden in deze wirwar van richtingsborden, gangen en roltrappenstelsels, dan is DAT de plek om weer naartoe te reizen en alleen daar, als een worm, weer boven de grond te kruipen!

In dacht mijn man te kennen en hoopte dat hij weer zou instappen en op het volgende perron mij weer 'in de armen zou sluiten' om weer samen verder te gaan. Verkeerd gedacht.....

Manlief spoedde zich naar de andere kant van dezelfde halte, waar hij was uitgestapt, in de vaste overtuiging dat ik dat ook zou doen!

Na een paar treinen te hebben afgewacht wist ik zeker: hij komt hier niet, dus ik heb me eerst bij de stationsbeambte vervoegd en in mijn 'steenkolen Frans' uitgelegd dat die metrobeambte, als Rob naar me zou vragen (ma femme est perdu), dan zou zeggen dat ik terug was gegaan naar de Arc.

Goed...ik redde het alleen!

Ik ben teruggegaan en wie stond daar ongeduldig op zijn horloge te tikken?

Jawel: mijn (v)echtgenoot.

"Waar blijf je nou!.....ik sta hier al een tijdje te wachten! We moesten toch de andere kant op?" zei hij, een beetje verontwaardigd, waarschijnlijk ook door de stress.

Na wat geharrewar stapten we weer samen in op weg naar de Eiffeltoren.

Doordat het al begon te schemeren, konden we samen genieten van de zonsondergang op de toren en genieten van de lichten die overal in Parijs aanfloekten en voor een prachtige lichtshow zorgden!

Elkaar stevig vasthoudend, genoten we van dit moment en het was alleen maar waardevoller om dit samen te beleven.

Hoe anders had het eruit kunnen zien: ik, ALLEEN, uren wachtend bij de Arc?

Wijzer geworden zorgden we er, na dit bijzondere avontuur, voor om de 'belangrijke vakantieattributen' beter te verdelen!

Allebei centjes in de zak, kaartjes delen, duidelijk adres met telefoonnummer van het hotel, enz.

Heel gek, jaren later, droom ik nog af en toe, dat ik alleen in een stad loop, de weg niet herken en Rob in geen velden of wegen te vinden is! (en als ik wakker word, denk ik: maar er zijn nu toch mobieltjes?)

Nu ik dit schrijf, heb ik het gevoel dat die terugkerende dromen zomaar iets te maken kunnen hebben met dit Parijse avontuur.

Het is fijn om samen te zijn, alleen is maar alleen!

Anneke Kettenes



Samen of alleen

Ik zit hier alleen, om te bedenken wat ik kan schrijven over samen of alleen. Of over samen, maar toch alleen. Eigenlijk is dat geen fijn gevoel.

Hoe ouder je wordt, hoe vaker die gevoelens van alleen zijn bij je naar boven komen. Dat ligt misschien ook wel aan de aard van het beestje.

Ik kom uit een gezin van zeven personen. Mijn ouders, 3 broers en een zus.

Ik had best veel vriendinnetjes, maar één hartsvriendin, kan ik wel zeggen. Ze is al 56 jaar mijn schoonzus. Een jaar geleden heeft ze een herseninfarct gekregen, met vrij ernstige gevolgen. We wonen helaas niet in de buurt. Ik zie haar dus maar een paar keer per jaar. Wat zou ik graag vaker samen zijn met haar.

Toch vinden het prima om alleen te zijn. Thuis of in de natuur, lekker wandelen. Dan kom je vaak mensen tegen, die wel samen zijn. Echtparen, vrienden of vriendinnen. Dan denk ik: toch wel gezellig, zo samen.



Maar als je alleen bent, dan voel je je meer één met de natuur. Dat is óók een heel mooi samenzijn.

Dicky Spee-Schut

Samen, maar toch alleen ... in de boekenkast

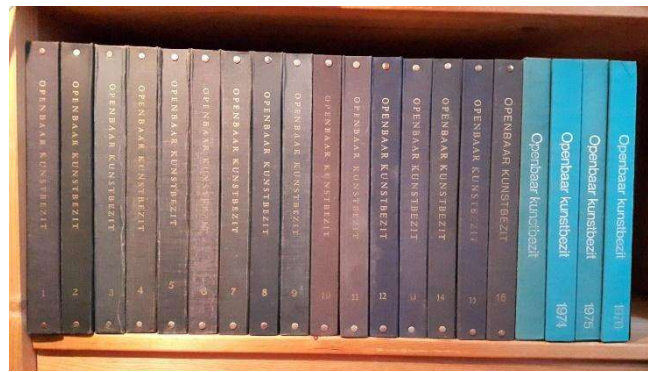
Als ik in mijn werkkamer achter mijn bureau zit, kijk ik naar een grote boekenkast met veel kunstboeken. Dat is op zich niets bijzonders, want de boeken staan daar al vele jaren. Regelmatig pak ik een boek, lees erin of zoek nadere informatie omdat er in een museum een tentoonstelling loopt over een kunstenaar of over een bepaalde stijlperiode. Daar staan ze: samen maar toch alleen.

Mijn boeken heb ik gesorteerd op schrijver. Dat betekent dat een boek over de Etrusken, schouder aan schouder staat met een boek over beeldhouwer John Rådecker. Grappige gedachte eigenlijk.

Maar er zijn ook uitzonderingen. Neem nu een serie van uitgeverij Wbooks. Deze serie gaat over Nederlandse schilderkunst in diverse steden en/of streken. Ook deze serie heb ik op alfabet gezet. De rij begint bij 'De schilders van Abcoude en het Gein' via 'De schilders van de IJssel' naar, tot nu toe, het laatst uitgebrachte boek over 'De schilders van de Zaan'.

Links van deze serie staan vier boeken met als titel 'De verzamelde brieven van Vincent van Gogh', toegelicht door zijn schoonzuster Jo van Gogh-Bonger en uitgegeven door de Wereldbibliotheek, Antwerpen. Grappig is dan te zien dat de derde druk, die ik heb, is uitgegeven in 1952, wat dan weer mijn geboortjaar is. De basis voor deze verzameling is al gelegd in 1911. De correspondentie bestaat voor een groot deel uit brieven tussen Vincent en zijn broer Theo.

Het dagelijks statisch samenzijn van de boeken geeft een beeld van kunst door de eeuwen heen. Ondanks dat je als individueel boek 'alleen staat', sta je daar met z'n allen heel erg 'samen te zijn'. Wat zo heerlijk is aan dit beeld is dat ze nooit ruziemaken. Ze staan daar gewoon te staan. Kleine exemplaren staan wel onder druk, als die boeken zijn geplaatst tussen twee grote jongens. Maar je hoort het kleine exemplaar er nooit over zeuren. Hoe anders is dat bij de mensensoort, die tegenwoordig over alles en iedereen loopt te mekkeren.



Waar ik ook erg blij mee ben is: mijn serie losbladige mappen van Openbaar Kunstbezit. De serie begon in eerste instantie met het bespreken van kunst op de radio. Ik heb het dan over 1957. Ik was toen vijf jaar oud en had geen idee wat kunst was en wist al helemaal niet dat er 'zoiets' op de radio werd uitgezonden. Tegelijkertijd werden de kunstwerken, die werden besproken, uitgegeven in de losbladige mappen. Werk van de kunstenaar dat het eerst werd besproken was een schilderij van Pieter Saenredam [1597-1665], met als titel 'Sint Laurenskerk, Alkmaar'.

1 fotoblad van het kunstwerk en 2 pagina's tekst. Vanaf 1963 kwam Openbaar Kunstbezit ook op de televisie. In 1972 kwam er een einde aan deze radio- en televisie-uitzendingen. De uitzendingen via de televisie heb ik regelmatig gevolgd.

Maar ondanks deze samenhang van de mappen kennen ze elkaar niet. Ze staan daar gewoon te staan en ik bepaal wanneer er eentje uit mag. Het mythologieboek staat naast Gerrit Rietveld; Schoorl in architectuur staat tegen Piet Mondriaan gedrukt, en Berlage kijkt met een schuin oog naar Ans Markus. Ze staan daar allemaal samen heel erg alleen te zijn.

Ab Helsloot

Samen of alleen

Na mijn scheiding zei een kennis tegen mij:

“In welke categorie van gescheiden/alleenstaande vrouwen ga jij nu vallen?”

“Hoe bedoel je” vroeg ik. “Nou je hebt drie verschillende categorieën gescheiden vrouwen”, zei hij:

- Straatpissers (vrouwen die schaamteloos worden);
- Mannenhaters (gefrustreerde vrouwen);
- Vrouwen die achter iedere man aangaan.

Ik moest lachen en vertelde hem dat ik eigenlijk bij geen van die categorieën wilde horen.

Dat is ook gelukt: voor de eerste ben ik toch te braaf; een mannenhater zal ik nooit worden (ik haat sowieso geen mensen en zie van iedereen wel de positieve kanten) en die laatste categorie: nee, daar heb ik niet genoeg zelfvertrouwen voor. Ik zou me heel ongemakkelijk voelen.

Ik wilde wel meer zelfvertrouwen krijgen en ging steeds een stapje verder om dingen alleen te doen (soms ‘moest ik mezelf daartoe dwingen’). Zo ging ik alleen wandelen, wat eigenlijk heel prettig was/is; ik ging alleen een dagje naar Amsterdam (niet dat ik geen vriendinnen had/heb, maar om mezelf te bewijzen dat ik het kon) en ook dat was best leuk. Ik ging alleen naar het strand: ook best prima. Ik ging alleen uit eten... maar daar voelde ik me enorm ongemakkelijk bij en dat zal ik ook zeker niet gauw meer doen (weer wat geleerd).

Ik sloot me aan bij Theaterwerkplaats Bergen, waar ik niemand kende: heel geslaagd!

Echt eenzaam voelde ik me niet: ik had mijn (volwassen) kinderen, waar ik zielsveel van houd, en ontzettend goede/lieve vrienden en met hun had ik veel lol.

Ik voelde me veel eenzamer toen ik getrouwd was. Soms voel je je samen meer alleen dan wanneer je alleen bént.

Dus negen jaar lang vond ik het prima om alleen te zijn. Maar toen begon ik toch te verlangen naar meer. Ik had een vriend waarmee ik gezellige dingen deed en ook op vakantie ging en hoewel ik eigenlijk wist dat hij en ik het daarbij zouden moeten laten wilde ik meer; ik wilde ook de feestdagen met hem en onze kinderen vieren etc. Dat lukte niet, dus stopte we er mee. Ik schreef me uiteindelijk in bij een datingsite. Ik had een date met iemand die 35 km verderop woonde; hij had geen auto en wilde bij hem afspreken ik wilde absoluut geen eerste date bij iemand thuis, dus spraken we daar in een cafeetje af, hij ging ervoor, maar naar mijn gevoel iets te veel.

Ik vertelde hem dat ik mijn wasmachine had gemaakt en hij zei dat hij trots op me was... Ik zag hem voor het eerst! Ik vertelde dat ik de volgende dag naar het strand zou gaan (alleen) en hij vroeg of ik hem wilde ophalen om samen te gaan. Serieus? Ik zei dat ik naar huis ging: hij wilde nog samen uit eten... Ik wilde hem niet beledigen en verzoonde het excuus dat mijn zoon op mij wachtte. Bij het afrekenen gingen we splitten en toen ik voorstelde om het bedrag af te ronden wilde hij dat niet omdat het al duur genoeg was (over mijn reiskosten ben ik maar niet begonnen, maar die twee drankjes ieder ...). Toen had hij ook nog een gedicht voor me. NEE! Dus ik vertelde thuis dat ik toch niet ZO wanhopig was.

Ik had leuk appcontact met een andere man en sprak daarmee af op het strand. Ik moet toegeven dat ik helemaal voor hem viel. Het was ook een leuke vent. Maar hij had geen huis en geen werk. Een korte periode wilde ik hem wel helpen, maar ik wilde niet dat hij gelijk bij me bleef wonen. Hij vond drie keer een woning, maar was daar zo weer uit. Hij begon aan verschillende banen maar was daar zo weer weg en het lag volgens hem nooit aan hem, maar dat bleef ik niet geloven! Hij had aldoor wat! Mijn kinderen en mijn vrienden maakten zich bezorgd en waren bang dat hij van mij profiteerde (ik moet toegeven dat ik het eerst wel leuk vond dat hij er was als ik uit mijn werk thuiskwam, maar ik begon me er toch ook aan te ergeren dat hij met zijn benen op tafel 'mijn' bier zat te drinken). En de laatste keer dat hij (de hele dag) niet naar zijn nieuwe baan ging omdat ik 's avonds met een grote groep vrienden en vriendinnen op vakantie ging (ik had al gezegd dat hij na het werk ook kon komen eten) was ik er eigenlijk wel klaar mee.

Maar goed, dat zou ik na de vakantie wel zien dacht ik...

Tijdens die vakantie werden Lambrecht en ik dus verliefd op elkaar! Niet netjes, maar het gevoel was sterker en we wisten dat wij met elkaar verder wilden. Ik wilde het gelijk vertellen nadat ik terugkwam, maar het 'foute vriendje' belde mij op dezelfde avond dat Lambrecht en ik hadden besloten om voor elkaar te gaan en hij vroeg of ik eerlijk wilde zijn: hij had een 'voorgevoel'. Ik gaf aan dat ik het niet netjes vond, zo telefonisch, maar dat zijn gevoel klopte. Alle lof! Want na even teleurgesteld en gefrustreerd te reageren herpakte hij zich en zei hij dat hij me met rust zou laten (wat hij ook deed) en hij wenste mij het allerbeste.

En Lambrecht en ik? Wij zijn nog steeds hartstikke gek op elkaar en met hem weet ik: JA! Ik wil SAMEN blijven.

Sandra Schaaper

Samen of alleen

6 haiku's

Levenslang heeft hij
en kijkt moederziel alleen
naar een tak die wuift

Een bloem, rood met wit,
bezocht door een goudgele bij.
Haar dag is weer goed!

Samen zitten we
in een voortrazende trein,
smartphone in de hand

Ik sta hier alleen
onder een ruisende boom
in intiem gesprek

Gele boterbloem
onder dreigend grauwe wolk
verlangt naar de zon

Samen of alleen?
Soms is samen heel alleen
en alleen toch saam!

Anna

Haiku is een van oorsprong Japanse dichtvorm. De Japanse dichter Basho (1644-1694) bracht de haiku tot bloei. Een haiku is een kort gedicht en bestaat meestal uit drie regels van 5-7-5 lettergrepen. Een rijmvorm is ongebruikelijk. Het ritme en de klank zijn belangrijk om de gevoelswaarde van de haiku te versterken. In een haiku komt de natuurbeleving veel voor. Waardeoordelen, zoals mooi of verdrietig, komen zelden voor in een haiku.

De emotie wordt niet benoemd, maar wordt opgeroepen.

Samen of alleen

Ook samen kun je je alleen voelen.

Ook alleen heeft z'n waardevolle momenten.

Overweeg soms, dat samen werken aan een betere ontwikkeling de voorkeur heeft.

Maar wens ook tijden om alleen door te brengen.

Samen is ook voor mij regelmatige contacten om jezelf steeds te spiegelen.

De ander nodig.

Met elkaar kun je jezelf testen.

En soms positieve, negatieve geluiden vernemen, die dan weer kunnen aanzetten tot nog dieper nadenken en voelen.

Eigenlijk is het levende leven samen en... alleen.

Maar dat was de vraag niet.

Reisde in verband met m'n werk.

Kan mij nog herinneren, dat ik ver van huis was.

Plotseling voelde ik een keer een enorme heimwee.

Zag op een vliegveld, op doorreis, een KLM-toestel staan.

Oh oh, wat had ik toen graag dat toestel naar huis gepakt!

Ben daarna een paar dagen niet lekker geweest!

Had ook met m'n kindertijd te maken.

Geboren in de oorlog.

Vader op pad..... moeder werken...!

Ja, waar is dan op dat moment de broodnodige aandacht/zorg voor ook m'n mentale ontwikkeling...

Ik kreeg ook nog 'Tulpenbollensoep' toegediend!

Samen is een eenheid.

Uitwisselen gegevens, gevoelens is 'Alles'!

f r e d

steinkühler

Pimpelmees

Als het maar even kan in de lente of de zomer, zit ik graag dagelijks een uurtje op mijn balkon met een biertje, een goed glas wijn of een gekoelde frisdrank. Zorgeloos nippend, tracht ik vogelgeluiden te duiden. Sinds ik in Bergen woon, hier in Noord-Holland en veel meer onalledaags gevederte langs zie komen dan ik in lange tijd gewend was, let ik beter op. Ik wil mezelf geen ornitholoog noemen. Er wordt al zoveel gelogen in deze wereld. Al trek ik er soms een boek voor uit de kast, mijn interesse in vogels en hun vocale capriolen is puur hobbyistisch.

Het is altijd weer een onverwacht genoeg om allerlei zomergasten te ontdekken en herkennen. Op vakantie luister ik net zo graag met een drankje in mijn hand naar vrolijke fluiters. Toen ik eens een langer durende relatie had met een schone Brabantse, waren we jaarlijks - soms tweemaal - minstens acht dagen op een der talrijke Griekse eilanden te vinden. 's Avonds keken we gewoonlijk uit over een zwembad, waar zwaluwen met enige regelmaat in duikvlucht een slokje uit dronken. "Proost!", riepen we dan, gelijktijdig onze glazen heffend. Niet zelden waren de kunstig geknutselde nesten van de buitelende insectenjagers op slechts enkele meters van ons verwijderd. Huiszwaluwen. Omhoog kijkend, naar net onder de dakranden, waren we getuige van het veelal heftig, echtelijk gekwetter.

Met de jaren begaf ik me steeds vaker naar vakantiebestemmingen die veel verder naar het zuiden liggen. Ik herinner me een verblijf op Sal, één van de Kaapverdische eilanden, waar het aanbod aan zangvogels wel héél schraal was. Tijdens mijn borreluurtje op het balkon, keek ik naar de vogels die de veelal kurkdroge binnentuin van het complex bezochten. Alleen grote groepen schrikkerige en iele mussen, zochten onrustig de perkjes af naar eetbare dingen. Ze zongen niet, maar tsjirpten schril. Het zal met hun karige dieet te maken gehad hebben. Ik begon ze dus maar brood en havervlokken te voeren, terwijl ik mijn versnaperingen nuttigde. Je moet het immers samen knus zien te maken. Intussen wenste ik mijzelf meer bezoek. Alleen maar mussen, terwijl een muze was wat ik nodig had. Het wordt eens te veel. Mijn ervaring op Sal bleef opmerkelijk flauw.

Weer terug in Nederland, genoot ik daarna des te meer van al het gevarieerde, melodieuze gezang, de trillers en andere geluiden van al wat voorbijkwam en zich soms in een boom installeerde voor een serenade. Het is ideaal gezelschap: het komt spontaan aan, treedt hartverwarmend op, blijft nooit te lang zitten en je hoeft niet alles uit de kast te halen.

Laat in de middag of vroeg in de avond zit ik soms in de warmte van een langzaam zakkende zon met een kijker in bomen en struiken te turen. Met mijn balkon op het westen, nabij en boven een drie meter brede sloot, observeer ik dan de vogels en tracht ze te onderscheiden aan de hand van hun kenmerkende klanken. Roodborstjes, vinken, mezen, merels: ze komen allemaal langs. Het gesnater van eenden en het soms als mopperend overkomende geluid van waterhoenders vind ik al net zo amusant. Alles wordt leuker met een biertje, wijntje of cocktail.

Tja, al zou het kunnen dat mensen mij een vreemde vogel vinden; ik ben bepaald geen waterhoen en net zo min een slobbereend. Nee, ik houd het daarentegen graag helder. Van te veel drugs of alcohol wordt men slechts tureluurs. Dus wachtend op het langskomen van de tapuit, mag van mij soms de tap uit blijven. Ik word echter op mijn vrolijkst als een van mijn kleurige wintervriendjes even aanwipt. In de koudste maanden verwen ik hen het liefst met bollen vol in vet gevatte insecten, waarop ze hun zo kenmerkende acrobatische toeren uithalen. De snelle blauw-gele bolletjes met hun witte wangen en grappig blauwe kruintje verlevendigen de situatie, maar brengen niet minder prachtige klanken voort. Hoe kan men zich met zoveel vluchtig gezelschap ooit alleen voelen? Maar een voorkeur heb ik wel. Zonder twijfel is de pimpelmees mijn favoriete, kleine drinkebroer.

Hans van de Langenberg



Het staat

bovenaan,
om het
vergeten
tegen
te gaan.

Mooie gele
heerlijke
geur,
biologische
voorkeur.

Pak
er één
of meer,
volop
keus
deze keer.

Samen
of
alleen,
zonder
netje
eromheen.



Gea van Zadelhoff

Vragen?

Neem dan gerust contact op met één van de wijksteunpunten van Stichting Welzijn Bergen.

Op werkdagen tussen 09.00 en 12.00 uur bereikbaar op:

Wijksteunpunt Bergen: T 072 - 582 14 50
Binnenhof 9-11, 1861 JW Bergen

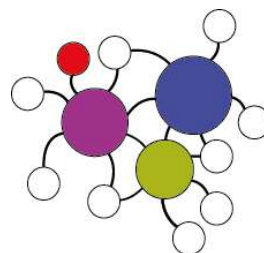
Wijksteunpunt Egmond: T 072 - 506 52 04
Hanswijk 1B, 1934 CP Egmond a/d Hoef

Wijksteunpunt Schoorl: T 072 - 509 52 67
De Sanderij 7, 1871 ER Schoorl

Aanleveren kopij
c.meliefste@welzijnbergen.nl

www.welzijnbergen.nl

Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI



**Stichting
Welzijn
Bergen**