



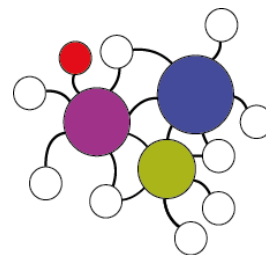
Korte Verhalen Club

Vrije onderwerpkeuze



Februari 2024

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. We zullen de bundels ook in de verzorgingshuizen en bibliotheken in onze gemeente verspreiden.

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 (en bijdrage)

Groet allen,

Afgelopen week was ik, met drie van vrienden van een groep van zes, op bezoek bij een van die vrienden die naar Frankrijk is verkast. Afgelopen jaar overleed er één en een andere heeft een te slechte gezondheid om te reizen. Deze vriend leeft daar niet helemaal als God in Frankrijk, maar het kan beroerder.

Dat is in dit geval ook het 'sleutelwoord': hij was er de week daarvoor slecht aan toe.

Hij is van een Indonesische moeder en een Hollandse vader, ik ken hem net als de anderen in dat clubje al 52 jaar en ik heb hem in al die jaren niet eerder zo aangedaan gezien als bij dit bezoek. Hij wist niet dat wij kwamen en de tranen stonden hem in de ogen. Voor iemand die niet 'te koop loopt' met zijn emotie héél bijzonder.

Dat maakte op zich niet dat de autorit van 2200 km (uit en thuis) ons niet zwaar viel, maar het betekende wel dat we een goed besluit namen om hem op te zoeken.

Behalve zingen (een mannenkoortje), praten en kaarten (boerenbridge) hebben we allemaal iets met taal. Tijdens het bezoek kwam een mooi stukje tekst van Battus (Hugo Brandt Corstius) uit zijn uitgave 'Opperlands taalgebruik' (weer) ter sprake, waar wij elke keer ontzettend om moeten lachen. Het verhaspelen van woorden is door hem tot kunst verheven. En soms is het nog lastig om de bedoelde tekst te 'zien'. Ik wil het u niet onthouden, dus open ik deze uitgave van de Korte VerhalenClub met een vrolijke noot:

De schand in de Breveningse Hoerkous.

Scheel Heveningen was een vlooi der prammen. Ver weg op zee zag men een pissende vink. De gatbasten waren gezoodnaakt het land te verstraten en riepen in hun klotten buiten lont. Ze kakten hun poffers, en streken elkaar kak in het gelaat. Enkelen kwakten zaad, anderen kakten zalm langs een touw. De guitspasten neukten de bok van het dak. Niets werd gered dan tien linnen tepels en een lul van een predikant in de harige kut van een vinnige pissersvrouw.

Veel leesplezier in deze gevarieerde bundel!

Ronald Jelsma

Inhoud

Anneke Kettenes	5
Gerda Andriesma	9
S. de Kok	11
Henk van Zadelhoff	12
Walter van Gelderen	15
Sandra Schaaper	17
Mieke Wijminga	20
Cootje Bronner	21
Dicky Spee-Schut	23
Ab Helsloot	24
Elly Bovee	28
Fred Steinkühler	31
Hans van de Langenberg	32
Bernadet Hengeveld	33

De stappenteller



Google dit woord en de advertenties vliegen je om de oren.

De stappentellerje kunt er alles mee....

Doe zo, n horloge om je pols of knijp een apparaatje aan je jogging broek en al je stappen en bewegingen worden gemeten.

Ik heb een stappenteller in mijn hoofd.

Alleen zit er niet ergens een knopje op mijn lijf wat ik in kan drukken en mij dan vertelt hoeveel stappen ik in mijn leven al heb gezet.

Ik duik in mijn stappentellersbrein om zo weer 'alles' even voor me te zien.

De stappenteller, bewegingsherinneringen...

Hoeveel stappen zou ik al gezet hebben in mijn leven?

Kruipend, stapje voor stapje, stap voor stap... en weer stapje voor stapje...

Als klein peutertje , begin je de wereld te verkennen op je knietjes.

Ik kroop op mijn babyknietjes over de stenen vloer in de keuken, in de kamer, waar koud zeil lag met daarop een mat van gevlochten kokos.

Als je een poosje op je knietjes zat te spelen stond het patroon van die mat afgedrukt in je zachte velletje.

Kruipend en spelend op die knietjes, werden ze vies en een beetje grijsig en leken wel een beetje eeltig te worden.

Er was in die oorlogstijd geen lekker baby lotionnetje of een potje crème in de later zo bekende gele verpakking!

Ik herinner me vaag hoe ik buiten op mijn knietjes in het grind zat te spelen.

Als ik de steentjes tegen elkaar ketste roken ze naar zwavel.

Dan komt de herinnering aan een dag... na 5 lange gevaarlijke en onzekere oorlogsjaren.

De grote dag, dat een man in uniform hurkend op zijn knieën de mijne schoonveegt en zegt: "Weet je wie ik ben? Ik ben jouw pappa!

Vanaf die dag 'loop' ik ook samen met mijn vader.

Ik speel op mijn knietjes met mijn pop, kan uren turen in een glazen pot met net gevangen stekelbaarsjes of kikkervisjes, mik mijn mooie glazen en glanzende kleiknikkers, in een door mij uitgeschraapt gootje tussen het trottoir en de gevel van ons huis.

Vaak viel ik op mijn knieën bij het huppelen op weg naar school, bij spelletjes zoals hinkelen of touwtje springen.

Ik viel van de fiets, niet zo gek als je het moet leren fietsen op een 'grote mensen fiets', met houten blokken op de pedalen, zodat je wat minder heen en weer wiebelde op het dameszadel.

De eeltige baby plekjes werden later grote korsten, waar je stiekem aan peuterde.

Van het benedenhuis waar mijn moeder en ik met mijn zusje in de oorlog onze toevlucht hadden moeten zoeken, verhuisden we na de bevrijding naar Rotterdam.

3 hoog, wat een verandering.

3 trappen op en af om naar school te gaan.

En dagelijks nog een zoldertrap trap op, om op het platte dak mijn kuikentjes te verzorgen (die later hanen bleken te zijn!)

Naarmate ik ouder werd, werden sokjes en de kniekousen ingeruild voor nylonkousen.

Opgehouden door een zó NIET sexy gordeltje met jarretels!

De knoopjes van de jarretels waren in de (in die tijd) in de mode zijnde kokerrokken pijnlijk zichtbaar!

Je keek wel mooi uit om hiermee 'op de knieën' te gaan! De kousen waren duur en een ladder oplopen kostte geld.

Na het benedenhuis in Den Helder werd het weer een bovenhuis 3 hoog. Deze keer in Amsterdam.

Mijn knieën kregen het weer zwaar te verduren.

Boodschappen 3 trappen omhoog sjouwen, 2 maal een dikke buik omhoog hijsen, 2 baby's die daar kleuter werden, de trappen op en af helpen (de zakjes kolen en de zinken vuilnisemmer kwamen voor rekening van de echtgenoot).

Elke week werden de wit geschilderde trappen met daarop een loper, met glanzend gepoetste roeden, op de knieën schoongemaakt met stoffer en blik en een emmertje sop.

Naar de Albert Cuyp markt en de kinderwagen volgestouwd met groenten en fruit. Dat waren hééél veel stappen!

Werkend in onze eigen groothandel vaak 'door de knieën' om de stellingen te vullen met zware dozen chocolade en zakken ulevellen, zuurstokken, dropknickers of toverlollies!

Mijn 'stappentellersbrein' en mijn fotoalbum 'geheugensteuntjes' laten me ook weer alle sportactiviteiten herbeleven.

Bergwandelen, skiën, tennis, paardrijden, lange fietstochten...

Ja, dat skiën was ook een zware aanslag op de knieën!

En dan... dan ben je zomaar 83!

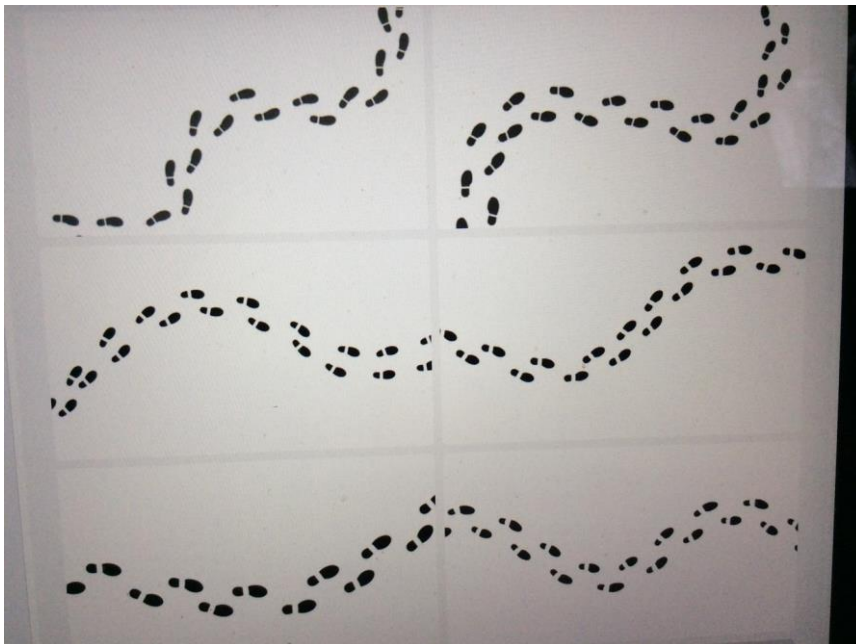
Mijn stappen zet ik nu op een loopband thuis of in het sportlokaal in de Blinkerd, en ik zie gelijk hoeveel tijd en kilometers ik heb afgelegd.

Dat hoeft mijn stappentellersbrein dus niet meer op te slaan.

Geen sopjes meer maken voor de trap op mijn knieën, want de open trap heeft genoeg aan een stofbeurt van mijn thuishulp die alle zwaardere klussen verder voor haar rekening neemt en er komt binnenkort een traplift.

Niet meer sjouwen met boodschappen, want de Jumbo brengt alles keurig in kratjes thuis! Ik loop nu als het nodig is achter een rollator.

Dankzij een nieuwe heup, twee nieuwe knieën en 6 omleidingen bij het hart, kan ik stappen blijven maken en blijven bewegen!



Anneke Kettenes

P.S.

Door het initiatief van Welzijn Bergen om een Korte Verhalen Club in het leven te roepen, gebruik ik mijn innerlijke stappenteller en mijn inspiratie nu ook om verhalen te vertellen.

De gedichten van Marieke Lucas Rijneveld raken mij en spreken mij aan.

Daarom deze keer dit gedicht.

Egmond a/Zee

Gerda Andriesma

SCHUIMBEKKEND GRAAG GEZIEN

In het onmetelijkste te zijn, achter duinkragen
en daar de bulderzee die zo schuimbekkend graag gezien,
die tegen de klippen op aanschouwd wil worden en aangewezen
je zult zeggen vanuit het helmgras: daar is de bulderzee,
en glimlachen als naar een bekende.

Ze zullen ruisen en fluisteren, je een zielenonderzoeker noemen,
over hoe je uit de wind loopt en toch eenzaam oogt,
Je bent een laatvlieger, een gladneus, een jutter die vooral zichzelf zoekt.
Je spoelt aan in de dag als wrakhout of schelp
en dan maar verwonderen of verbozen.

Wie kiest er voor het rulle zand als het aan de vloedlijn
makkelijker loopt, wie kiest er voor de golven als je kunt
zwemmen richting horizon, als je maar één ding moet onthouden:
de kleur van de parasol en nooit te ver afdrijven.
Lieve bulderzee, zelfs in woestenij ben je mooi.

Wanneer je tot je enkels in het water en het koude gelukzalige,
als je het zout op je lippen proeft en je je alleen
waant, ontnemt niemand je nu nog te denken
dat dit het weten is, visdobberen en verder
niets meer te willen, de jutter in je gesust.

Je daarna op het strand neer te leggen, naakt en uitgeput,
geen handdoek kan tegen de zon op, ze droogt je af
met zachte hand, en je hoort de bulderzee zich uitsloven,
dan te denken aan hoe dolgraag jij aanschouwd en
gehoord, maar nu alleen te willen liggen.

Marieke Lucas Rijneveld



Op verhaal komen.

Je verhaal doen.

Herinneringen komen in je op,
woorden worden in je geboren.

Stilte voedt de woorden,
maakt het verhaal.

Het verhaal van een ander lezen:
woorden, waartussen witte stilte:
daar roert entwat,
spreekende stilte.

Op verhaal komen.

In woordenloos spreken
denksels, gevoelens stil leggen,
een gat in het geluid,
zwijgen in alle talen...
ongehoorde rijkdom.

Een hele kunst:
zo nodig de stilte wat harder zetten.

Een grotere kunst:
het ongesproken woord horen
in de stilte van de liefde.

S. de Kok

Reïncarnatie

Zou er leven zijn na de dood?

Is onze reis op deze planeet tijdelijk?

Bestaat er een hemel?

Wat leren wij op onze planeet aarde?

Hoe groot is ons universum?

In hoeverre gebruiken wij onze hersenen?

Bestaat er een god?



Allemaal vragen die wij ons zelf in het leven weleens stellen. Eén ding is zeker. We worden nu gemiddeld tussen de 80 en 90 jaar. In de negentiende eeuw was dat gemiddeld tussen de 40 en 50 jaar.

In ons leven zijn er heel veel persoonlijke emoties. Geluk, verdriet en boosheid (onder andere). De één wat meer, de ander wat minder. Ons 'innerlijk' gaat hier uiteindelijk flexibel mee om. We willen overleven. Emoties vormen de mens.

Een doorsnee leven ziet er ongeveer als volgt uit.

1. We gaan naar school
2. We gaan uit huis
3. We ontmoeten een partner
4. We krijgen een baan.
5. We krijgen kinderen
6. We vormen een gezin.
7. We krijgen kleinkinderen.
8. We gaan met pensioen.
9. We worden herinnerd † door onze geliefden.

De chaos op de wereld door onder andere het streven naar macht (bijvoorbeeld Rusland, China en Amerika) en het extreem geloven in ideologieën (bijvoorbeeld Iran) bepalen onder welke omstandigheden, invloeden wij leven. Er zijn enkele leiders en heel veel volgelingen. Dit is door de eeuwen al zo geweest! Wanneer gaan die volgelingen eens in actie komen om de wereld beter te maken? En... zich afvragen: wat is mijn doel in dit of mijn volgende leven.

Er valt nog heel veel over dit onderwerp te schrijven. Ik hoop hiermee een klein signaal te hebben afgegeven hoe relatief het leven is en hoe bepaalde personen het leven (emoties) voor veel mensen op aarde kunnen bepalen. De geschiedenis herhaalt zich. Het lijkt erop dat het leven op aarde een harde levensles is voor ons allen. Misschien bestaat er inderdaad wel een hemel waar we alleen maar liefde kennen zoals wij elkaar dat wensen op Valentijnsdag.



Ik wens alle lezers veel liefde toe.

Henk van Zadelhoff

Kleren maken de man?

'Iemands kleren en uiterlijk bepalen het aanzien dat en de waardering die iemand krijgt.' (www.encyclo.nl)

Ik heb veel foto's staan op mijn mobiel, iPad en laptop. veel is overal te zoeken. Veel is overal te vinden. Keurige mapjes heb ik helaas niet. Soms probeer ik wat meer te ordenen. Soms en niet lang, door de 'fotobomen' zie ik het bos niet meer. Ik geef het dan op. Of ik ga wat verzinnen met de foto's die ik nergens kan plaatsen. Een van deze acties was twee van deze foto's sturen naar bekenden met de vraag: "Welke associaties roepen deze foto's bij jou op?"



Meer niet. Was benieuwd naar de reacties.

Die waren divers. Ik doe een greep:

- Bij de foto met het mondkapje: "Jij lijkt wel op een Ninja!" (Een van oorsprong Japanse krijger die met alle middelen en ware doodsverachting zijn taak probeert te volbrengen) Grappig is dat deze man (hardloper) mij ook in zijn berichten vaak aan spreekt met "Ouwe krijger" en zelf door roeien en ruiten gaat om te bereiken wat hij wil.




- Bij de foto met de djellaba/kaftan: “Jeetje! Wat een leuke foto van jou! Ben je moslim geworden?” Deze bekende heeft voor mij in het verleden veel betekenis gehad en weerspiegelt in haar gedrag waarden zoals: naastenliefde, rechtvaardigheid, matiging, geduld en zachtmoedigheid. Waarden die (o.a.) veel moslims zich eigen hebben gemaakt.
- Er waren ook andere reacties zoals: “No comment!”, “Verkleedkist geplunderd?”, of “Lachen, wanneer kom ik je zo in Schoorl tegen? (De foto met de kaftan)”

Het was een ietwat melige impuls om deze foto's te sturen. En tóch was het wel leuk om de reacties te lezen. Het is een open deur dat eenieder bij het zien van (deze) foto's zijn of haar eigen referentiekader een belangrijke rol laat spelen. De kleding is anders op beide foto's, de uitstraling is anders. Ik ben wel dezelfde figuur. De reacties lopen uiteen van waardering en herkenning naar, min of meer, afwijzing. Het gaat m.i. in dit mini-experiment vooral over eerste indrukken en mogelijk ook (voor)oordelen die kunnen optreden.

N.B. Wij hebben nu elkaars e-mailadressen. Zie dit stukje ook als een (vrijblijvende) uitnodiging om ook te reageren!

Walter van Gelderen

Terug naar de kust!!

Het is zover  ik ben terug naar de kust!

Geboren in het geboortehuis 'Rosmade' in Bergen.

Twee jaar op de Jaap Wijandweg gewoond, daar weet ik zelf niets meer van.

Daarna tot mijn negende op Stroomerlaan 18, tegenover de bouwmaterialenwinkel van Duin. Waar mijn tweelingbroer en ik heerlijk speelden met Ruud en Erik Duin. We maakten een boomhut en ik wilde graag 'gewoon bij de jongens horen'.

John en ik haalden met de step stenen en zand aan de overkant bij buurman Dirk Duin weg; daar 'bouwden' we bij ons achter 'een huis' mee. Dirk kon er wel om lachen en als het te gek werd of als hij de materialen terug wilde, gaf hij dat aan bij ons of onze ouders. Zijn dochters Mieke en Ineke pasten wel ons bij ons op. Jaren later kwam ik ze weer tegen toen we met een grote groep op skivakantie gingen. Leuke mensen 'de Duintjes'.

Mijn ouders huurden het huis van een ouder echtpaar uit Dordrecht dat achter ons huis een zomerwoning had staan waar ze geregeld waren; lieve mensen die wij opa en oma noemden, net als de burens aan de rechterzijde, waarvan opa blind was. Hij hakte ondanks zijn handicap altijd hout op zijn gevoel en dat ging feilloos.

Toen wij zeven jaar oud waren werd ons zusje geboren. Wat waren we trots op haar en ook onze hond Blackie week niet van haar zijde.

Als kind vond ik het heel gezellig daar en we speelden met veel kinderen uit de straat en op de Van Reenenschool. Deze openbare school ligt vlak bij het bos. We hebben heel wat 'dammen' gemaakt bij de veldjes daar. We hadden een onderwijzeres (juffrouw Plomper) die nogal streng was, maar die we toch leuk vonden omdat ze met ons naar het bos ging en ons dingen leerde over de natuur.

Ook mijn vader nam ons na zijn werk vaak mee naar het bos en speelde daar heerlijk met ons mee. Als het had gesneeuwd gingen we naar 'de drie banken', waar we met de slee vanaf de hoge berg het dal in roetsjten.

We hadden een jaarabonnement van het 'Pesiebad' waar we met neven en nichten, vrienden en vriendinnen verkoeling zochten in het koude natuurwater en lagen te zonnen en lol maakten op de grasvelden eromheen.

Uiteraard gingen we ook naar het strand waar mijn ouders weleens een “strandhokje” huurden voor een seizoen. Daar lagen dan handdoeken, stoelen en speelgoed in en dat scheelde een hoop sjouwwerk op de fiets. Ons zusje was al zindelijk en vond het heel vervelend om een natte broek te hebben. Zodra er zeewater bij haar broekje kwam wilde ze een schone broek. Omdat ze wel met ons mee ging in het water druipkastelen bouwen, werden er veel broekjes nat en mijn ouders hadden er altijd zeker 10 mee! 🏊‍♀️

Toen Irene twee jaar was (wij 9) verhuisden we naar de Zijl, een hoekhuis in de nieuwbouwwijk Saenegheest. Alles was daar toen nieuw en we gingen naar de openbare school daar in de buurt (dan konden we daar ook makkelijker vriendjes maken) die school heette toen nog de ‘Van Nassauschool’. Later zou dat de Lucebertschool worden.

De Saenegheest was ook een leuke buurt om te wonen. En het mooie is: ik woon er nu weer!!! Nu op de Van Blaaderenweg.

Ik heb op het veldje tussen de Kogendijk en de Van Blaaderenweg mijn eerste echtgenoot ontmoet. Wij hebben jaren op de boerderij op de Kogendijk gewoond, waar ook onze kinderen zijn opgegroeid. Mijn dochter heeft de boerderij overgenomen en woont er nog.

Met mijn eerste kleinkind in de kinderwagen ben ik langs allemaal mooie plekjes in Bergen gewandeld (Hertenkamp; oude hof; zwarte schuur; Kattenberg; Ruinekerk, etc.) en nam daar haar eerste ‘Life in mooi Bergen’-foto’s.

In september 2019 ben ik voor het eerst van mijn leven buiten mijn geliefde Bergen gaan wonen, wat niemand in mijn omgeving ooit verwacht had. Maar met mijn grote liefde had ik afgesproken dat ik bij hem kwam wonen zodra ik een baan kreeg bij hem in de buurt en dat lukte gelijk.

Na vijf jaar zouden we dan samen stoppen met werken en terug naar Bergen verhuizen.

Mijn appartement op de Gijsbert Pieterszlaan hield ik aan en mijn jongste zoon bleef daar wonen zo verbrandde ik niet alle schepen achter me en kon ik altijd terug.

Iedere woensdag kwamen we standaard naar Bergen om op de kleinkinderen te passen, dan zagen we mijn moeder; kinderen en kleinkinderen. We gingen ook regelmatig in de weekenden naar onze vrienden in Bergen. Dat maakte het voor mij makkelijker om zo ver weg van mijn geliefden en Bergen te zijn.

Vorig jaar was het zover; mijn zoon had een ander appartementje in Bergen gevonden en wij konden (terug) verhuizen, we knapten het appartement op en zagen toen in dat een iets groter huis toch prettiger zou zijn.

We hebben goed gezocht maar, zoals iedereen weet, het valt niet mee om een leuke en betaalbare woning in Bergen te kopen. Wat een mazzel dat het ons toch heel snel lukte!!

Ik heb het heel goed gehad in Nuland en mijn werk en collega's waren erg leuk. Voor de kerstvakantie organiseerden ze een afscheidsfeestje voor me. Ik gaf mijn collega's een afscheidscadeau: een zelfgemaakte broche met zand en schelpen en een briefje erbij: Ik ga terug naar de kust!



Ik hoop dat Lambrecht, die zijn hele leven in Nuland heeft gewoond, hier ook heel gelukkig zal zijn. Maar ik denk dat dat wel goed komt: hij is makkelijk en... wie wil er nu niet in Bergen wonen?

Sandra Schaaper

De Ander

Troost zit in kunst, in natuur, in schoonheid, in gedachten en rituelen maar vooral in 'de Ander'.

De Frans-Joodse filosoof uit Litouwen, Emmanuel Levinas, die zelf Duits krijgsgevangenschap overleefde, noemt het 'het kleine goed'.

De mens die iets voor de Ander doet, iets kleins, iets ogenschijnlijk onschuldigs, een blik, een aanraking, een bemoedigend woord.

De Ander die je ziet, dat is wat van belang is. De Ander altijd met een hoofdletter.

Waar vind je volgens de Belgische psychiater Dirk de Wachter troost als de misère je treft?

Hij is zelf ongeneeslijk ziek en merkt nu als arts dat hij troost vindt in 'de aanwezigheid van een ander'.

Ik herken zo veel in bovenstaande tekst.

Al jaren werk ik als vrijwilliger in de palliatieve terminale zorg en kom ik bij mensen die in hun eigen vertrouwde huis willen overlijden.

Ik kom dan een paar uur om de mantelzorger te ontlasten. Hij/zij is vaak al overbelast en moet proberen energie op te doen om het vol te blijven houden.

Inderdaad is het van belang om de ander te zien, te horen, te waarderen.

Het gaat om een bevestiging, een troostend woord, een luisterend oor, een strelende hand of meeleven en inleven bij verdrietige levensomstandigheden.

De zekerheid dat niets doorverteld wordt maakt soms dat geheimen nog uitgesproken worden, uit liefde wil de patiënt deze pijnlijke zaken niet aan familie vertellen. Vaak lucht het op en is het zinvol om zo met een rustiger geweten de laatste fase in te gaan.

De ander ziet mij, ik zie de ander, wat ben ik dankbaar voor al deze ervaringen.

Mieke Wijminga

Het n-woord

Ik behoor tot de generatie, die onderstaand liedje heeft gezongen.

Een Moriaantje zo zwart als roet,
Ging eens wandelen zonder hoed.
Maar de zon scheen op zijn bolletje,
Daarom droeg hij een parasolletje.



Ik wist niet dat er veel meer coupletten waren. Het laatste couplet is als volgt:

In 't zonlicht stapt de brave moor
De zwartgeverfde knapen voor
't Was enkel door hun stout gespot
Dat zij geraakten in den pot
Dus: lieve kind'ren spot toch niet,
Als gij iets vreemds aan and'ren ziet!

Psychiater, schrijver en illustrator Heinrich Hoffmann wilde in 1845 voor zijn vierjarige zoon een prentenboek kopen. Omdat hij niets vond dat geschikt was, verzoon hij zelf zes liedjes, waar hij tekeningetjes bij plaatste. Één daarvan gaat over Moors jongetje dat om zijn donkere huid wordt geplaagd. Niklaas stopt de pestende kinderen in een grote inktpot, zodat ze nog zwarter worden dan het Moriaantje. Anders gezegd: met de spotters loopt het slecht af.

Mijn eerste 'donkergekleurde persoon' kwam ik pas tegen op de universiteit. En op mijn vraag: 'Waar ben jij geboren', antwoordde hij: 'In Amsterdam.' Ik ging door de grond. Lang heeft het woord neger voor mij een neutrale betekenis gehad. Nu beschrijf ik n-personen als 'donkergekleurd', om niet te worden weggezet als iemand die discrimineert. Toch geeft het me een ongemakkelijk gevoel. Heeft een donkergekleurd persoon echt zijn discriminerende lading verloren? Als ik het zelf uitspreek, voelt dit vaak ambivalent. Een tijdje geleden hoorde ik een jongeman tegen zijn vriend zeggen: 'Wat komt daar een prachtige negerin aan'. Een dame die dat hoorde zei: 'U bedoelt die donkergekleurde dame'? 'Ja. Vindt u die negerin ook niet prachtig.' 'U bedoelt die donkergekleurde dame, was opnieuw haar antwoord'. Hij keek haar verbaasd aan, haalde zijn schouders op en begon met zijn vriend een gesprek. 'Tja', zei de dame toen ze mijn kant op keek, het lijkt wel of discriminatie niet met wortel en tak uitgeroeid kan worden. Wat mij in Afrika opviel, was dat daar ook op huidskleur wordt gediscrimineerd. Hoe zwarter de huid, hoe lager de status. Volgens taalhistoricus Ewoud Sanders heeft het n-woord eeuwenlang een negatieve lading gehad en verwijzen veel samenstellingen naar de slavenhandel. Interessant is dat deze woorden en uitdrukkingen in de Dikke Van Dale terecht zijn gekomen. Het woordenboek dat vaak als een onafhankelijke taalscheidsrechter gebruikt wordt. Maar is dat echt zo? Hoe komt het dan, zegt Sanders, dat de woorden 'studentenopstand', 'indianenopstand' en 'moslimopstand' zijn opgenomen, maar het woord 'negeropstand' niet? En staan vaak bij uitdrukkingen waarin het n-woord staat, negatieve betekenissen. Er gaan stemmen op, om dan maar alle n-woorden in het woordenboek te schrappen. Opgelucht hoorde ik Sanders argumenteren, dat dit voor hem geen optie is. Juist door in een historisch boek als de Van Dale de n-woorden te handhaven, registreert men hoe de gevoelswaarde van een woord in de loop der tijd kan veranderen. Taal leeft ?. Een suggestie van Sanders: 'Neem in een boek dat n-woorden bevat, in het voor- of nawoord de historische context van deze woorden op.'

Cootje Bronner

Hoe vrij ben je ten opzichte van bepaalde zaken?

Als eerste denk ik dan aan verjaardagen. Hoe leuk is dat?

Vroeger toen ik jong was, vond ik mijn verjaardag één van de mooiste dagen van het jaar. Wat was er leuker dan verrast te worden met allerlei cadeaus.

Kan me niet herinneren, dat ik verlanglijstjes maakte: des te groter was dan de verrassing om cadeautjes uit te pakken.

Als ik nu een verjaardag heb, of naar een verjaardag moet, denk ik vaak: nee toch niet wéér een verjaardag. Een beetje dubbel vind ik het wel. Het is wel fijn je familie weer eens te zien. Wij hebben de pech dat de meeste familie niet in de buurt woont. En dan is het leuk om je broers en zussen met aanhang weer eens te zien. Moet je natuurlijk wel een beetje kunnen opschieten met de aanhang. Die kies je niet uit. Die krijg je er gewoon bij. Dan kom je, als je wat laat bent zo'n volle kamer binnen. Wat een gekwek en geklets.

Ik heb de pech dat ik hoog sensitief ben. Ben dan in een mum van tijd overvoerd wat geluid en lawaai betreft. En dan denk ik: hoe houd ik dit vol? Meestal zijn wij dan het stel, dat dan als eerste het feest verlaat. Hoop maar dat we er niet lelijk op worden aangekeken. Misschien zijn ze later net als wij, en laten het feestgedruis aan de 'nieuwe' jongeren over.

Dicky Spee-Schut

De malle molen draait door

Pieter Omtzigt is in galop vertrokken uit Den Haag omdat hij het niet eens is met de gang van zaken omtrent het te laat ontvangen van financiële documenten. Althans, dat geeft hij als reden op. De deelnemers aan het coalitieoverleg berijden allemaal hun stokpaardjes. Ik moet ineens denken aan het geweldige lied dat cabaretier/tekst- en liedjesschrijver Wim Hogenkamp [1947-1989] schreef voor het Eurovisiesongfestival in 1977. 'De Malle molen'. Vooral de eerste vier zinnen vind ik wel heel toepasbaar op de soap die zich in Den Haag voltrekt: "In de malle molen van het leven, draai je allemaal je eigen rondje mee, de molen draait ook zonder jou, je paard blijft nooit lang leeg, dus kom draai met die malle molen mee".

In hoeverre de Haagse malle molen, dierenactivisten heeft beïnvloed weet ik niet, maar de Amerikaanse dierenrechtenorganisatie People for the Ethical Treatment of Animals [PETA] heeft in een brief aan fabrikant van kermisattracties 'Change Rides', gevraagd om geen dieren meer te fabriceren voor de draaimolens. Volgens de organisatie "leren kinderen dat het normaal is om dieren te gebruiken als vervoermiddel". De Nederlandse tak van PETA heeft zich achter de brief geschaard.

Dus het houten kermispaard moet worden verbannen van de draaimolens. Ik vraag mij dan meteen af hoe dat moet met het hobbelpaard, waar kinderen thuis graag mee spelen. Ik denk dat dit ook moet worden verboden, want door dat gehobbel kan dit wel eens verkeerde lustgevoelens opwekken. Ik probeer me dan een vergadering van PETA voor te stellen, waar dit onderwerp op de agenda komt te staan. Er moet toch een molenpaard zijn die dit heeft ingebracht.

Het geheel heeft mij wel aan het denken gezet, want ik heb al jaren een paard in de gang staan. Af en toe mag hij even in de tuin wandelen. Ik zit dan als 'ridder te paard' op mijn paard en kijk over de schutting bij de burens.

Mijn buurman vraagt dan aan mij of dit niet zielig is. Dan meld ik hem, dat ik wel moet, omdat ik niet meer op een houten paard in de draaimolen kan plaatsnemen want die moeten worden verwijderd.

Wat ik dan weer humorvol vind is de uitspraak van een zekere Sascha Camilli van de Nederlandse PETA. Die zegt: “We willen benadrukken dat dit soort entertainment moet veranderen”. “Kinderen kunnen beter in auto’s en vliegtuigjes zitten, dat is een beter alternatief”. Kijk, daar is over na gedacht. De aarde warmt op, het klimaat wijzigt met de dag, de benzine- en dieselauto’s moeten in de ban, het woord vliegschaamte wordt te pas en te onpas gebruikt en het goede alternatief in de draaimolens is het plaatsen van auto’s en vliegtuigjes. Alleen al door dit alternatief uit te spreken kun je zo’n club per definitie niet serieus nemen.

Omdat we ook regelmatig beelden willen verwijderen in ons land, stel ik voor om het beeld ‘Het peerd van ome Loeks’, één van de attracties van de stad Groningen, te verwijderen. Ome Loeks leunt op dit witte paard en het paard is afgebeeld met zijn staart omhoog. Ik heb geen zin meer om in dat Groningse gat te kijken. Sinds 1959, staat dit beeld voor de hoofdingang van het Centraal station Groningen. Wat moeten de reizigers hier niet van denken. Het moet maar eens afgelopen zijn met dat dierenleed in beelden en draaimolenpaarden.

Ik denk dat Ronald Plasterk dit probleem moet meenemen in zijn eindverslag voor de Tweede Kamer. Dan weet hij in ieder geval de Partij voor de Dieren achter zich te krijgen. Ik adviseer hem om poppen te laten maken van de onderhandelaars en deze te plaatsen op heel veel houten paarden in alle draaimolens van de Nederlandse kermessen. Maarr, wel 1 paard leeg laten. Want Pieter doet aan de Haagse mallemolen niet meer mee. Dat is zo’n mooi symbool geworden; de lege stoel in de vergaderruimte waar Plasterk de onderhandelaars ontvangt.

Nog even een strofe uit het lied de Mallemolen: “Bij die mallemolen van het leven, staat iedereen te wachten in de rij, wachten tot je mee mag doen, het duurt misschien wel even, maar voor iedereen is er een paardje vrij”.

Hoe zal het allemaal aflopen met de formatie. Ik denk dat er binnenkort een bericht komt dat Pieter Omtzigt zich geheel terugtrekt uit de politiek. Hij heeft denk ik in het geheel geen zin meer om aan een ‘dood paard’ te trekken

Hij beweegt zich het liefst op zijn hobbelpaard omdat hij nu eenmaal vele hobbels heeft geconstateerd in de afgelopen maanden. Tijdens het hobbelen zingt hij het bekende kinderliedje “Hop paardje hop”. Hoewel, hij kan beter het carnavalslied van André van Duin zingen: “Er staat een paard in de gang”. U weet inmiddels: dat gaat over mijn paard.

Ik moet ineens denken aan de Amerikaanse televisieserie “Mr. Ed” het sprekende paard. Deze serie werd in Nederland uitgezonden van ‘61 tot ‘66. Elke aflevering begon met de herkenningmelodie “A horse is a horse of course of course, and no one can talk to a horse of course. That is of course unless the horse in the famous Mister Ed!

Heerlijke langzame televisie. Wat zou mr. Ed van de dierenactivisten hebben gevonden als hij zou weten dat de houten paarden moeten verdwijnen.

Ik denk dat hij zijn grote paardengebit zou hebben ontbloot en hartelijk hebben gelachen. Want lachwekkend is het.

Hoe dit nu allemaal verder moet? Ik denk dat ik maar paardenfluisteraar word.

Dan hoop ik tot de ziel te kunnen doordringen van de houten draaimolenpaarden. Wat voelen zij, nu PETA ze weg wil hebben. Om ze te kunnen begrijpen heb ik mij aangemeld voor een aantal cursussen om paardenfluisteraar te worden: “Gedragstherapeut voor paarden”, “Natural Horsemanship”, “Cursus Paardenfluisteraar”, “Communiceren met paarden” of “Natuurlijk en bewust paardrijden”.

Met Stokpaardjes ga ik niet fluisteren. Dat geeft zo'n achterkamertjesgevoel. Dat laat ik graag over aan de onderhandelaars, onder de bezielende leiding van Ronald Plasterk. Pieter hobbelt lekker door de gang in zijn huis, Geert verstuurt zijn achterlijke tweets, Caroline kijkt steeds meer verwilderd de wereld rond en Dilan loert rond met ogen op steeltjes.

Misschien moeten de dames en heren politici niet te veel fluisteren maar beter naar elkaar luisteren.

In de mallemolen van het leven draai je uiteindelijk allemaal je eigen rondje mee.

Ab Helsloot

Fijnaart en Heijningen: 1 februari 1953

Vroeg in de ochtend werd ik gewekt door mijn moeder. Ze stond naast mijn bed en had een hele berg kleding in haar armen. “Kleed je snel aan, er komt water over de dijk. Hou je nachtpon maar aan en doe er zoveel mogelijk kleren overheen want buiten is het koud. Jullie worden zo meteen door een auto opgehaald.” Vader en moeder zouden later komen want ze moest eerst alle koeien uit de stal los laten. En daarna nog wat belangrijke spullen bij elkaar zoeken. Maar later bleek dat mijn moeder zo nerveus was dat ze niet meer dacht aan geld en sieraden en alleen het witte konijn van mijn oudste broer haastig in een tas meenam.

Even later zat ik met een hele vracht kleren aan en een eierkoek in de hand samen met mijn broertjes in een auto en reed over de dijk. Ik keek uit het raam en zag het water tot aan de dijk staan en er dreef van alles in: boomtakken, manden, aardappelkistjes, stukken hout. Het water was behoorlijk woelig.

Ik begreep er niets van: waar kwam al dat water vandaan? Ik was acht en had nog maar nauwelijks een voorstelling van de wereld: ik kende alleen de rivier de Mark, waar we wel eens gingen zwemmen, helemaal aan het einde van onze dijk. Pas later leerde ik het Hollands Diep kennen en nog veel later de Noordzee, toen we zelf een auto hadden en een keer een strand bezochten. Ik zie mijn vader nog in zijn zondagse pak in een duinpan zitten: zelfs zijn schoenen en sokken trok hij niet uit, al was het nog zo warm.

We werden in het dorp bij opa en oma afgeleverd en vertrokken nog diezelfde dag naar Roosendaal, naar mijn oudoom, ome Leen, een weduwnaar die een heel groot huis aan de Boulevard bewoonde, samen met zijn huishoudster en haar man. Behalve ons gezin, verbleven daar ook mijn oom en tante met hun zes nog heel jonge kinderen. Het was daar een drukke bedoening en al snel hadden ze een school voor mij gevonden: de Fatimaschool. Het was niet ver weg, maar toch verdwaalde ik al de eerste de beste keer toen ik na schooltijd terug naar huis wilde lopen. Een man op een fiets vroeg waar ik naar toe moest en huilend zei ik “Naar het huis van ome Leen”. Wonderwel kwam ik goed terecht.

Een maand later keerden we terug naar de boerderij. Het water had een meter hoog gestaan en het was overal een ravage. De dijk had het gedeeltelijk gehouden, maar verderop was een enorm gat geslagen en daar waren enkele huizen verzwolgen. Bijna elke dag hoorden we aan het geluid van sirenes dat er nog verdronken mensen waren gevonden. En dat waren er aardig wat. Nog groter was het rampgebied in de polders achter onze dijk, richting Heijningen en Willemstad. Daar liep het dodenaantal op tot 76, waaronder twee baby's die nog lagen te slapen terwijl hun ouders naar de vroegdienst waren.

Op 3 februari bezocht koningin Juliana het rampgebied en ruim een jaar later bezocht ze Heijningen nogmaals op de houten woningen te bezichtigen die Zweden had geschonken. Voor die gelegenheid hadden de burgemeester en zijn vrouw bedacht dat het leuk zou zijn een aantal kinderen uit de getroffen polders een klompdans te laten uitvoeren op de wijs van "Twee emmertjes water halen". Ik was de jongste uitverkorene en we oefenden het dansje wekenlang, op klompen die ik nog nooit had gedragen. De vrouw van de burgemeester naaide de kleding en haar kinderen speelden op de blokfluit als begeleiding. En toen hare majesteit verwelkomd werd op het pleintje bij de nieuwe woningen mocht ik haar samen met mijn danspartner een bos bloemen overhandigen.



Dit dansje had nog een

verrassend staartje. Er was een stadje in Noord-Frankrijk, Valenciennes, dat ons getroffen dorp hulp had geschonken, en om daarvoor te bedanken werd besloten er per bus heen te gaan met het jeugdige dansgroepje en de blokfluiters, onder leiding van de burgemeester en zijn vrouw en nog enkele afgevaardigden. Van ons bezoek aan dat stadje herinner ik me dat we in een internaat sliepen, zoute boter op ons stokbrood kregen en in een feestzaal kikkerbilletjes op tafel zagen verschijnen. En ook dat de Franse burgemeestersvrouw zeer hoge hakken droeg en daarmee struikelend het podium beklom waarop wij ons klompendansje uitvoerden.

Jaren later bezocht ik het Watersnoodmuseum in Ouderkerk en vond daar in een van de fotoboeken een foto van onze dijk met een verdronken paard aan de kant en op de achtergrond onze boerderij. Was dat paard van ons geweest of van de buurman, honderd meter verderop? Ik weet het niet en ik kon het mijn ouders niet meer vragen want die leefden niet meer.

Van de koeien weet ik dat een aantal de goede kant is opgelopen en maanden later werden we door een boerenfamilie in de buurt van Oss uitgenodigd omdat zij een koe van ons op stal hadden staan. Lang heb ik gedacht dat het dier daar helemaal was heengelopen maar dat bleek niet zo te zijn. Die mensen hadden zich aangemeld voor tijdelijke opvang en wilden ons als slachtoffers van de ramp eveneens gastvrij onthalen. Het medeleven van onze landgenoten en van de landen om ons heen was in die jaren buitengewoon groot.

Elly Bovée

Vrij onderwerp

Komen vele gedachten bij mij op, o.a. het woord 'vrije '

Ook het woord vrijen...

Hieruit kan ook het ' Wonder der Wonderen ' ontstaan.

Het levende Wonder... om hier op aarde te vertoeven en eigenlijk 'te zijn'.

Het wonderbaarlijke van onze verpakking, het totale Lichaam.

Hou ouder, hoe meer respect.

En constateer, veel te weinig de juiste zorg en aandacht te hebben gegeven.

Het lichaam kunnen voorzien van voedsel en vocht, in de ochtend, middag en avond.

En notabene het onnavolgbare schitterende systeem van verbranding en verplaatsing.

Oh oh... wat uniek.

Ware zorg en ware aandacht geven aan het totale Lichaam wil ik al een lange tijd, maar de puntjes op de 'i' zetten, ho maar.

Te veel nog lekker makkelijk doen, voelt zo goed...

Waarom, waarom niet aanpakken en doen wat beter is.

Automatische handelingen, één van de vele knopjes indrukken en zeker makkelijker, maar niet de leiding willen geven aan het Wonderbaarlijke lichaam.

Het gevoel laat je voelen.

Met andere woorden: morgen is er weer een dag.

Meer diep door geraakt worden, dat je er niet meer om heen kan.

De oprechtheid van het zelf van zien, voelen, denken, om de handelingen voor het lichaam 'schoner' te maken.

Dat het gebeurt voelt goed en dat zijn opzienbarende gedachten die veel blijheid binnen brengen.

Soms laat, ach wat is laat.

Men neme de volgende bus...

Benne steeds zoekende en wie zoekt...

Tja, wat is er aangener dan gezondheid

f r e d steinkühler

Verschuivend bewustzijn

Laat, in mijn stoel, overvalt het mij, als ik de wereld nog niet los wil laten
Mijn boek niet uit is, ik nog bezig ben TV te kijken.
Het dwingende gevoel dat over mij heen zakt, mij inpakt.
En traag, maar beslist, mijn bewustzijn doet wijken.

O slaap, waar voert gij mij heen?
Je duistere macht en dagelijkse ritueel
van vermoeidheid, zwaar hangend
aan mijn oogleden.
Wordt mij uiteindelijk te veel.
Maakt mij willoos als een steen.

Dan, geheel verrast, ontwaak ik elders.
In de bergen, in een trein, in kille kelders.
Of... te midden van profs,
op tennisbanen
Vervolgens weer benard, verward,
in interculturele wanen.

Ook beweeg ik vaak door prachtige passages,
in een grote, vaag bekende stad.
Zie architectuur, kunst, vreemde personages.
Maar in de ochtend weet ik nauwelijks nog wat.
Van al die dromen, moet ik kuchend bekomen.
Van alle verschuivingen in bewustzijn,
die ik doorlopend heb gehad.

Hans van de Langenberg

Spreken is Goud



Huidige jonge zangeressen zoals Meau, S10 en Fraukje (alle drie begin 20) durven in klip en klaar Nederlands te zingen over hun depressie, toxische relatie etc. Zanger Stromae zingt over zijn burn-out en depressie. Zanger Douwe Bob vertelt eerlijk dat hij na een optreden erg explosief gedrag vertoonde wegens te veel alcohol. Hij liet zich onmiddellijk opnemen om af te kicken. Hilgo zingt over eenzaamheid, o.a. zingt hij: 'Wie komt me eigenlijk halen, als het slecht met me gaat? Zangeres Karzu schreeuwde haar pijn bijna uit in het door haar gemaakte lied over de enorme aardbeving in Turkije. Cabaretière Lisa Loeb (34) vertelt open en bloot over haar angststoornis. Wat een verademing!

Als je opgroeide in het verzuilde Nederland van de jaren zestig, waar katholieken, protestanten en later de socialisten allemaal hun eigen zuil hadden, was openlijk uitkomen voor geestelijke moeilijkheden iets wat je niet deed.

Toentertijd werden problemen in een gezin binnenshuis gehouden, je hing je 'vuile was' niet buiten. Wat er ook gebeurde, bijvoorbeeld ziekte, geweld, armoede, je sprak er niet over, hooguit met meneer pastoor of de dominee, maar vooral niet met je burens, vaak ook niet met familie.

Meisjes die zwanger raakten waren van het slechtste soort – jongens, gek genoeg, niet. De zwangere meisjes werden weggestopt totdat het kind er was, het kind werd meestal afgestaan...

Pas als er iets heel ergs gebeurde, of politie of ambulance kwam aan de deur, ontdekten mensen dat er in een gezin iets aan de hand was.

Ook verdriet werd onderdrukt. Je toonde gewoon niet dat je ongelooflijk verdrietig was. Kortom: alles was heel verstikkend en benauwend en heeft ook verstrekkende gevolgen (gehad) op de volgende generatie(s).

De angst voor het spreken en vertellen zat zo diepgeworteld bij de ouders dat ze dat overdroegen op hun kinderen. Nog steeds rusten er bij veel (wat oudere) mensen op bepaalde zaken een taboe, een soort zwijgplicht. Dit is veroorzaakt door de opvoeding, maar ook omdat ze niet geleerd is om over gevoelens en moeilijke zaken te praten, omdat hun ouders niets vertelden over hún strijd. Terwijl juist dat praten zoveel opluchting en bevrijding kan geven. Zwijgen vreet iemand van binnen kapot.

Neem bijvoorbeeld het programma 'DNA onbekend' waarin de resultaten van het niet durven spreken en de angst voor schande nog steeds overheersen. Nog steeds zoeken kinderen bijvoorbeeld naar hun biologische vader, broer of zus omdat moeder anno 2024 nog steeds niet te durft te vertellen wat de waarheid is, en dat is inriest. Het kind weet dat er iets niet klopt, zoekt of komt op een rare manier tot ontdekking dat ze van een ander zijn of dat hun broer of zus niet echt familie is. De opluchting van het eindelijk de waarheid weten is groot, ondanks het moeilijke wat ze te horen krijgen.

En zo is het voor veel zaken bevrijdend om de waarheid te horen, hoe moeilijk die soms ook is, want dan kun je verder, dan kun je er iets mee.

De kinderen van nu groeien op in een heel andere tijd waar de wereld d.m.v. TV en ook social media veel groter is. Dat is ook niet alles. Er is nu heel veel openheid, soms zelfs te veel openheid. Maar hoe bevrijdend is het dat je gewoon in liedjes jouw gevoel kunt horen. Hoe fijn is het dat je kunt zeggen dat je het moeilijk hebt, dat je je depressief voelt, dat je bang bent, een fobie hebt, dat je naar een psycholoog of hulpverlener, voedselbank etc. gaat en niemand je voor 'gek' verklaart.

Makkelijk is het niet om te vertellen maar langzamerhand blijkt steeds meer dat het allemaal gewoon bij het leven hoort.

Bernadet Hengeveld

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:

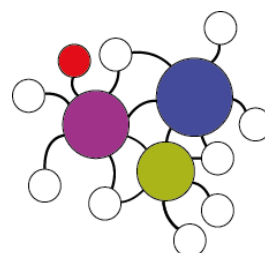
Wijksteunpunt Bergen: T 072 - 582 14 50
Binnenhof 9-11, 1861 JW Bergen

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**