

Tijd enzo,

Het was kort geleden feest bij mij thuis, want mijn jongste dochter werd vier jaar. En vier jaar ... nou, dat is wel heel wat! Niet alleen voor mijn grootgroeïende kleine meisje, maar ook voor haar moeder. Ja, ik dus. De afgelopen vier jaar zijn voorbij gevlogen (waar is die babytijd gebleven?) en zoals ik bij mijn oudste dochter al heb gezien, gaan de komende jaren ook voorbijvliegen. De komende schooljaren, want ja, vier jaar en dus naar school. Ze is eerst wezen wennen, nou, dat was voor mij net zo wennen als voor haar. Het welbekende loslaten was bij de oudste erg moeilijk, maar bij de jongste gewoon weer net zo moeilijk. Dat went dus niet echt. En dan zit je thuis in je uppie een kopje thee te drinken in de oorverdovende stilte om vervolgens tot de conclusie te komen dat het best lekker rustig is.



Nienke Veen-van Aken
Voetreflexologe

Oei schuldgevoel!

Ik hoor nu mijn kleintje toch vreselijk te missen?

Ik hoor nu toch heel verdrietig te zijn dat zij daar is en ik hier?

Het hoort toch zo te zijn dat ik me nu vreselijk ongelukkig voel?

Hmmm, nou, het is niet dat ik haar niet mis, maar ik voel me eigenlijk vooral heel trots en blij. Trots dat mijn beide meisjes zo leuk zijn en zo groot worden en blij dat ik wat tijd en ruimte voor mezelf krijg. Want hoe superdol ik ook ben op mijn kinderen, ik ben naast moeder ook nog gewoon Nienke. En die laatste heeft behoefte aan tijd voor zichzelf. Of die tijd nou bestaat uit kopjes thee drinken of boeken lezen. Uit tuinieren of m'n huis opruimen. Uit columns schrijven of werken in mijn praktijk. Dat maakt niet uit. Het is namelijk mijn tijd!

Dat klinkt nu wel heel leuk, tijd invullen zoals je dat zelf wilt. Maar om dat te kunnen doen moet je wel weten wát je leuk vindt om te doen. En ik moet eerlijk bekennen dat toen ik ging bedenken wat ik allemaal eens zou kunnen doen, ik echt geen flauw idee had. Ik besepte ineens dat ik mezelf ergens onderweg een beetje was kwijtgeraakt. Ik deed vooral wat ik dacht dat er van me verwacht werd. Dat is niet zo heel erg, zolang het een tijdelijke situatie is. Soms is het gewoon wat druk allemaal. Maar het is wél belangrijk om daar op een bepaald moment bij stil te staan. Wie ben ik nou eigenlijk? Wat wil ik en wat vind ik nou eigenlijk echt leuk? Wat zou ik willen doen als ik met niemand rekening hoefde te houden? Sommige mensen weten dat heel goed van zichzelf, maar lang niet iedereen.

Veel mensen voegen hun leven naar de behoeften van andere mensen om zich heen. Of naar een bepaald beeld dat ze hebben van wat er van ze wordt verwacht. Dan is het nog maar zeer de vraag of dat werkelijk wordt verwacht. Maar goed, dat is weer een ander verhaal. Het is in elk geval erg interessant om eens stil te staan bij de invulling van je leven. De invulling van je werk en de invulling van je vrije tijd. Dat heb ik ook gedaan en daardoor kan ik heel bewust de tijd en ruimte die ik nu heb, invullen op mijn eigen manier. Nou ja, als er niets tussenkomt bedoel ik. Want als ik iets heb geleerd, dan is dat wel dat dingen nooit zo gaan als je verwacht. Maar verwachtingen ... dat is weer een thema voor een andere column.

Nu ga ik eerst gezellig m'n meiden uit school halen!

