

Anja de Jong (53) had als single jarenlang een masker voor. Met een boek en een blog probeert ze nu het taboe rond de happy single te doorbreken. "Ongehuwd zijn is een vorm van rouw."

'Als single word je bijna nooit aangeraakt'

Een ontmoeting met Anja betekent een vrolijk samenzijn. Met een lach en een grap weet ze de vinger precies op de zere plek van veel alleengaanden te leggen. "De dominee preekte zes weken lang over het huwelijk. De daaropvolgende zondag zou het gaan over het bed dat onbevlekt moest zijn. Nou, toen ben ik maar even met de beste man gaan praten." Vroeger zou ze gezwegen hebben, tegenwoordig neemt Anja geen blad meer voor de mond. Ze schrijft een blog en publiceerde onlangs het boekje *Ontworteld*, over rouwverwerking bij ongehuwden. "Ik heb ontdekt dat ik het verdriet om het alleen-zijn mag voelen en uiten. Daarmee word of ben ik geen zielig persoon, maar iemand uit één stuk. Het is bevrijdend om eindelijk mezelf te kunnen zijn."

Dubbele rouw

In haar jonge jaren had Anja aan vriendjes geen gebrek. "De ware zat er alleen niet bij en vanaf mijn 22^e werd het stil. Toen mijn broer Jan verongelukte, kropte ik het verdriet daarover op en er was niemand die het opviel. Ik durfde geen relaties aan te gaan, bang voor opnieuw een verlies." Anja ontdekte verschillende fases van verdriet in de jaren die volgden. "Vanaf mijn 30^e worstelde ik met God over het doel in mijn leven. Als er geen gezin kwam, waarop moest ik me dan richten? Halverwege de 30 begon ik met het afscheid nemen van mijn kinderwens, en nu ik de 50 ben gepasseerd,

besef ik dat er ook geen kleinkinderen zullen komen."

De pijn van het ongehuwd zijn voelt ze soms fysiek, helemaal toen haar ouders allebei wegvielen. "Mijn thuisfront verdween en het is voor alleenstaanden extra moeilijk om die rouw daarover te verwerken. Altijd moet je zelf ergens op af voordat je je verdriet kunt uiten. Het is makkelijker om een muur op te bouwen, dan je emoties toe te laten. Eigenlijk rouw je dubbel: je moet het gemis van een partner continu verwerken en krijgt daarbovenop de rouw om het verlies van je ouders. Ik voelde me totaal ontworteld in die periode."

Zoen

Drie jaar geleden zette Anja haar masker af. "Na een preek van Henri Nouwen over het geliefde kind, kwam Gods liefde echt bij me binnen. Een cursus psychopastorale hulpverlening gaf mij de erkenning dat ik er mocht zijn mét mijn verdriet. Ik hoefde me niet langer te verbergen achter een muur, en het was alsof ik met een noodgang een helling van emoties afdolde. Dat was niet altijd makkelijk, ook niet voor mensen om me heen." Met een glimlach: "Als er mensen zijn die mij proberen te koppelen, zeg ik nu bijvoorbeeld heel eerlijk dat ik geen koe ben die verhandeld moet worden." Ook geeft ze haar behoeftes duidelijker aan: "Als single word je bijna nooit aangeraakt. Met bonkend hart heb ik mijn broer en zijn gezin gevraagd



Steeds meer singles

Het aantal singles in Nederland groeit. De verwachting is dat in 2050 meer dan 3,7 miljoen mensen alleenstaand zullen zijn, een miljoen meer dan nu. Volgens cijfers van het CBS zal in 2060 zelfs 44% van de huishoudens in Nederland uit één persoon bestaan.

of ze mij willen begroeten met een zoen als ze langskomen. Hij was heel blij met mijn eerlijke verzoek."

Happy Anja

Haar hernieuwde relatie met God gaf haar ruimte voor zichzelf. "Ik stelde mensen en wat zij voor me konden betekenen boven God, en durfde daardoor confrontaties niet aan. Vaak wordt er van je verwacht dat jij als single bij anderen langskomt. Een goede kennis mailde mij eens dat ze het te druk voor mij had, maar hun deur stond altijd voor mij open. Toen heb ik teruggeschreven dat ik net zo goed geleefd werd en dat ze ook bij mij mocht langskomen. Ook rondom kraamvisites ben ik duidelijker geworden: soms vind ik het gewoon te moeilijk om te gaan en daarin luister ik nu meer naar mijn eigen gevoel. Mijn eigenwaarde ligt niet in wat anderen van mij vinden, maar in wie ik ben bij God. Dat voelt bevrijdend! Meer dan een happy single, ben ik nu een happy Anja."

Hoop en teleurstelling

Al zul je Anja niet snel tegenkomen op een datingsite – "Ik wil mezelf niet steeds pesten met hoop en teleurstelling" –, toch verlangt ze nog wel degelijk naar een relatie. "Helaas kom je op mijn leeftijd niet zo gauw spontaan een andere single man tegen." Grinnikend: "Ik zal mijn best doen bij de fotografie. Als een andere humoristische ziel nieuwsgierig is geworden, weet hij mij te vinden!"

'Ik vroeg of ze me wilden begroeten met een zoen'

N.a.v. 'Ontworteld, rouwverwerking bij ongehuwden', € 14,95, uitgeverij Boekscout, € 14,95, ISBN: 9789461769343 (ook te bestellen via Miseenmijmeringen.nl).