

“Lucinda weet verhalen uit vrouwen te halen. Lucinda weet ook lef uit vrouwen te halen. Lef om verhalen naar voren te brengen. Altijd is dit een stap uit het comfortabele, uit het normale. Maar ze doen het en Lucinda doet het (al voor de derde keer, chapeau). Stuk voor stuk verhalen waar een wereld blootgegeven wordt en waar dus ook een andere wereld mee opengaat.”

Ilse Harmelink

Directeur Marketing, Communicatie & Business Development
Flynth

“De vrouwen achter deze verhalen zijn een Lefwifj omdat ze het woord lef combineren met doorzettingsvermogen en vastberadenheid. Hiermee wordt lef een intern kompas om onmogelijke doelen te halen, ongeacht wat het doel is!”

Marcel Roorda

Managing Director Doop - Creative Digital Heroes

“Een powerful boek, vol met openhartige en veelal emotionele verhalen waarvan je inspiratie krijgt om je leven nog meer vorm te geven en eruit te halen wat erin zit!

Een boek dat stimuleert tot nadenken, anders denken want waar je ook vandaan komt, wat je ook hebt meegemaakt, in welke situatie jij je bevindt, keuzes maken leidt tot volgende stappen. Kijk niet naar wat je (niet) meer kunt, maar naar wat je wel kunt. Dat geeft positieve energie!”

Leontine Westerbroek

HR Director MEDIQ Benelux

LEFWIJF 3

50 VROUWEN

50 VERHALEN

Samengebracht door

LUCINDA DOUGLAS

LEFWIJF 3

50 VROUWEN
50 VERHALEN

De verhalen in LEFWIJF 3 zijn samengebracht door Lucinda Douglas.

Eindredactie: Richard van Bruinnessen

Vormgeving: WarmGrijs.nl

Correctie: Jaap van Bruinnessen

Uitgave: Katman Publishing

richard@katman.nl

ISBN 9789082819229

NUR 745

@ 2022 Katman Publishing

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt op welke wijze dan ook zonder schriftelijke toestemming van de uitgever behalve voor publicitaire doeleinden.

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	9	Straks laten ze me staan op het perron! - <i>Kimberly van der Sijde & Sylvia van Ostende</i>	117
Heb l(i)ef - <i>Nicole J. den Hartigh</i>	11	Wie durft, wint - <i>Margriet van Dijk</i>	121
God, als U echt bestaat - <i>Willeke van Essen-Tamboer</i>	17	Lef is durven zijn wie je bent! - <i>Hiltje Oude Luttikhuis</i>	125
Is het nu voorbij? - <i>Judith Migchels</i>	21	Vastberaden - <i>Fennanda Heeres</i>	129
Noblesse oblige - <i>Carine de Meyere</i>	25	Je hebt toch meer bij je dan alleen je hoofd? - <i>Tamara Willemse-Swagemakers</i>	133
De weg naar succes ontberen - <i>Gisèle Goossens</i>	29	Van boerendochter naar wereldwif - <i>Marion van den Boer</i>	137
Innerlijke kracht - <i>Marthe van der Linden</i>	33	De aanhouder wint - <i>Serife Bayar</i>	143
De moeder van de boot - <i>Rania Haj Suliman</i>	37	Vertrouw op je innerlijke stem - <i>Quincy Housen</i>	147
Beperkingen? - <i>Hannah Verhoeff</i>	41	Omarm obstakels - <i>Karin van Geelen</i>	151
Volwassen - <i>Toekie van Apeldoorn</i>	45	Zevende zintuig - <i>Patty Duijn</i>	155
Luister naar je hart - <i>Lizzy Prins</i>	49	Ik oké, jij niet oké! - <i>Lucelle Comvalius</i>	159
Mijn naam is Ilse - <i>Ilse van Vliet-Suidgeest</i>	53	Alles onder controle - <i>Kim van Waes</i>	163
Iemand... - <i>Iza Witkowska</i>	57	DJ met bouten - <i>Gin Imogene Joseph</i>	167
Mallorca, daarom - <i>Monique Bastinck</i>	61	Slecht en goed nieuws - <i>Marina Nubia</i>	171
Estafette of hordelopen? - <i>Martine Creemers</i>	65	Sambal in de bak - <i>Desirée Cuijpers</i>	175
Vreemdgegaan - <i>Roeby Tjemkes</i>	69	Mijn ding - <i>Diana van Bakel</i>	179
Legende - <i>Irina de Graaf</i>	73	Bevrijding - <i>Natasja Mertens</i>	183
Superheldin in drievoud - <i>Pippa Pinuppins</i>	77	Hoe dan? Geen idee! - <i>Maureen Joosten</i>	187
Knallende geluiden, geschreeuw en de dood - <i>Bélise Songa</i>	81	Druppellef - <i>Leontine Kremers</i>	191
De tweede verlenging - <i>Corine Remmers-van den Hurk</i>	85	Trouw zijn aan jezelf - <i>Ilona Dieleman</i>	195
Van galstenen naar prachtleven - <i>Inge Meester</i>	89	Als hoofd en hart samenwerken - <i>Els van den Heuvel</i>	199
Mijn roeping - <i>Mieke Greveling</i>	93	Zelfstandig en strijdbaar - <i>Ineke van Ommen Kloeke-Vos</i>	203
Door de angst heen - <i>Marianne Zuur</i>	97	Puur intuïtief! - <i>Dyonne Hermans & Teresa Andrade Ribeiro</i>	207
De moed van opgeven - <i>Susan Oudshoorn</i>	101	Durf ik het? - <i>Marina van Rossum</i>	211
Zacht als kracht - <i>Justine Peereboom</i>	105	Het pistool, de angst en de zelfliefde - <i>Astrid Spruit</i>	217
Wat is jouw keuzemoment om je regie te nemen? - <i>Mary-Ann Gerding</i>	109	De mogelijkheid - <i>Lucinda Douglas</i>	221
Verschijnen - <i>Maaike Kuyvenhoven</i>	113		

VOORWOORD

Met ingehouden adem lees ik de persoonlijke verhalen in LEF-WIJF 3. De verhalen raken je. Haarscherp verwoorden deze vrouwen hun transformatieproces. Van een vrouw zijn die het leven leidt op basis van externe verwachtingen en patronen, naar een vrouw die de keuze maakt om te worden wie ze wil zijn. Keuzes maken brengt verandering in je leven. En dat heeft impact. Ik geloof wanneer jouw intenties puur zijn, je niemand verliest. Mensen verliezen hoogstens jou.

Om uitdagingen aan te kunnen, om te ontdekken wie je bent, heb je lef nodig. Lef is het enkelvoud van leven. Rode draad in deze persoonlijke verhalen is de zoektocht naar 'Word wie je bent'! Deze vrouwen hebben het gedaan. Dit boek maakt hun verhalen zichtbaar.

Ik wens het je toe om dit boek te lezen. Opdat we leren en elkaar steunen in de ontdekkingsreis in wie jij nu eigenlijk wilt zijn.

Chantal Roest,
Vice President Sales & Marketing
KPN Corporate & Public Market

HEB L(I)EF

Nicole J. den Hartigh

Als ik u vertel dat mijn werk m'n hobby is, dan lieg ik niet. Mijn functie is die van waarheidsvinder, in de volksmond detective genoemd. Een spannende baan, waarin mensen, hun gedragingen, intenties en omgeving een belangrijke rol spelen. De afgelopen zeventien jaren maakte ik deel uit van honderden onderzoeken, van fraude tot seksuele intimidatie en alles daartussen. Doorgaans succesvol en met tevreden opdrachtgevers als ambassadeurs. Zakelijk beschouwd dus gepokt en gemazeld.

Niet iedereen is blij als zorgvuldig begraven 'waarheden' bovengronds worden gebracht. Zo heeft een collega mij ooit uit een penibele situatie gered. Een doorgesnoven parkeerwachter vloog als een dolle hondenvanger over de tafel om mij 'de muil te korven'. In een reflex deponeerde m'n collega koffie in zijn gezicht en behoedde mij voor een vroegtijdige facelift.

Doorgaans helpt in mijn professie dat ik van nature nogal lief en naïef ben. Dat laatste woord klinkt misschien negatief, maar het stelt me juist in staat om mensen onbevangen tegemoet te treden. Voor andermans waarheden knokken - zoals mensen die onterecht van misdaden worden beschuldigd - dat lukt meestal prima. Maar in privésferen effectief voor mijzelf opkomen bij bedrog of misbruik? Dat is van een geheel andere orde gebleken.

Inmiddels heb ik oorzaken en gevolgen achterhaald. Veel is te herleiden tot de 'inwikkeling'. Dat is gedrag dat zich gedu-

rende de eerste levensjaren ontwikkelt. Moederliefde, geborgenheid en veiligheid zijn van groot belang in die fase. Dat was in ons gezin alleen iets anders georganiseerd. Mijn moeder wilde na de geboorte van mijn broer namelijk geen tweede. Zijn bevalling was zwaar en hij bleek een zorgkind. Vader wilde wel gezinsuitbreiding, juist voor hem. Maar broer oogde doodongelukkig toen begin 1965 een 'verrassingsei-met-baby', bij wijze van vaders verlate sinterklaascadeau, werd aangekondigd. Gelukkig boden de woorden van moeder, dat zij het nog uit te broeden kuiken eigenlijk ook niet wilde, hem troost. Zij at in de maanden voordat ik arriveerde alleen vanille-ijs. Haar ouders, die achter ons woonden, moesten dat halen. Iets anders spuugde ze kokhalzend uit.

"Geen moederlijke knuffels voor mij"

Ma had wel meer issues. Thuis rook het altijd naar chloor en in kleding zaten vaak witte vlekken. Oorzaak? Smetvrees. Ze was bang voor water. En werkelijk óveral waar ze kwam, stond of lag altijd álles kaarsrecht en keurig gepoetst. Als een ware hypochonder grossierde ze in medicijnen waardoor onze kelder een volwaardige apotheek leek. Ze rookte als een schoorsteen en verslond - in bed - stapels detectiveromans met een borrel van verslavende hoestsiroop op d'r nachtkastje, kat op schoot. Deze 'Miss Marple in dop' is toen gecreëerd.

Gewicht was ook een dingetje. Ze had aanleg om aan te komen, dus at ze regelmatig citroenen. Na haar dertigste

bestonden haar dagelijkse snacks vooral uit dieet- en andere, vaak rustgevendende pillen. Ma was zo trots als een pauw toen de verpleegster in het ziekenhuis, net voor mijn geboorte, vroeg wat ze eigenlijk kwam doen? 'Zo lekker slank was ik', vertelde ze later stralend.

En zo belandde ik, als minuscule drieponder, voor ruim zeven weken in een couveuse. Geen moederlijke knuffels voor mij, ook geen melk. Wel glashard terechtkomen in een kleine, verwarmde bak. Gelukkig omringd door lieve verpleegsters.

Het is niet vreemd dat ik houd van lekker eten, verslaafd ben aan Bonaire en wintersport verafschuw. Te lang en te veel ijs 'genoten'. Voor mij geen ruimtes met veel glas waar je van alle kanten bekeken kunt worden. Voor deze zeemeermin liever een oceaan vol kleurrijke vissen. De dag dat ik thuiskwam, liep mijn vijfjarige broer uit protest met een brandende sigaar in de mond langs de ramen te paraderen toen er babyvisite was. Moeder lachte eindelijk. Later besepte ik dat zij en mijn broer elkaar altijd hadden gevonden in depressie én in bijzondere humor, zoals bangmakerij en plagen. Maar voor mij was ze gewoon mijn moeder. Alleen één met een wat minder sterk gestel dan andere moeders.

Mijn vader en ik zijn in bijna alles hun tegenpolen. Zijn levensmotto luidde: wees nuttig en doe goed. En om dat doel te bereiken kon ik maar beter stilletjes zijn, goed luisteren en gehoorzaam zijn aan ouderen. Kortom, lief zijn voor anderen. Daarmee zou ik beslist verder komen in het leven. Als zijn kloontje geloofde ik hem blind. Dat die tips vooral bedoeld waren om mijn jonge leven thuis zo veilig mogelijk te laten verlopen, besepte ik later. Pa werkte dag en nacht. Gelukkig waren ooms, tantes, opa's of oma's, die zich over ons ont-

fermden, bijna altijd in de buurt. Dus van een ongelukkige jeugd is beslist geen sprake.

Tot op heden is 'lief' dus één van de waarden die anderen mij toebedelen. Deze kwaliteit heeft een keerzijde. Ik kan prima tegen andermans onrecht vechten. Maar luidkeels voor mijzelf opkomen is een recente doorbraak te noemen.

Na een halve eeuw, met steun van mijn geliefde en adviezen van een zakenpartner, leerde ik om éindelijk een dikke punt achter enkele giftige relaties te zetten. 'Lief' trekt probleemrijke mensen aan als een magneet. Narcistische roofdieren wisten mij dan ook graag te bespelen. De laatste had zich, heel gewiekst, steeds dichterbij gemanoevreerd en zo de positie van vriendin verworven.

Ze heeft mij en anderen belogen en bedrogen. Dat beseft ik pas tijdens de profiling-studies. Mede uit angst dat ik haar gedrag zou lezen en haar ware intenties zou ontdekken, ging ze steeds vreemder acteren. Toen ik haar manipulatieve, ziekelijke controlezucht uiteindelijk benoemde, vanuit zorg voor haar en anderen, knapte haar overspannen elastiekje. Stress piekte en de beheersing was overduidelijk zoek. Haar masker viel letterlijk af en ik zag plots haar ware gezicht: een woedend, vlekkerig en van bloed onttrokken gelaat. Schele ogen vol afgunst, walging en haat. Lispelend en tierend, haar vingers venijnig en beschuldigend in mijn richting priemend toen ze, op hetsdaad betrapt, in een wilde vlucht ons erf voorgoed verliet.

Wanneer je met nieuw verworven inzichten voor jezelf kiest en eer doet aan je eigen waarde(n), komen er vanzelf andere mensen en nieuwe mogelijkheden op je levenspad. Karma is quick!

Ook te lang, te lief? Alles met 'te' ervoor kun je maar beter mee stoppen. Behalve met tevreden!



Nicole J. den Hartigh (1965) EMIA RO, CPI, CGBL, RPP, CPE, CIS is werkzaam als onderzoeker van (vermeende) integriteitschendingen zoals fraude. Haar lijfspreuk luidt: *Homo facit differentiam* (De mens maakt het verschil).

Omdat mensen de ster-spelers zijn in haar vak, is Nicole opgeleid in gedrags-

wetenschappen en in het bijzonder profiling-disciplines. Die expertise draagt bij aan het optimaal waarnemen en interpreteren van menselijk gedrag en lichaamstaal binnen een bepaalde context. Effectief in alle facetten van haar vak én leven. Als geaccrediteerd trainer, universitair docent, keynote speaker en auteur is zij een autoriteit in haar vakgebied. Een authentieke, humoristische en energieke benadering van vaak beladen thema's kenmerken haar persoonlijkheid. Nicole is de grondlegger van Frauditing. denhartighenpartners.nl



scan deze
QR-code
voor de
podcast



scan deze
QR-code
voor het
video-interview

GOD, ALS U ECHT BESTAAT

Willeke van Essen-Tamboer

‘Hij gaat toch niet dood?’ Ik keek de verpleegkundige wanhopig aan. Ik liep al zes uur door de gangen van het kinderiekenhuis, wachtend op het telefoontje van de neurochirurg die al drie uur geleden klaar had moeten zijn met de operatie van mijn vijf maanden oude zoontje. ‘Ik ga nog één keer de OK bellen’, zei de verpleegkundige.

Owen werd geboren met een vergroeiing van zijn schedel. Ze moesten hem wel opereren, maar dat was voor zo’n kinderiekenhuis een routine-ingreep. Het zou maar twee uur duren. Ik zag er vreselijk tegenop maar dat was helemaal nergens voor nodig, verzekerden ze mij.

Maar bij het doorbranden van zijn schedel, raakte de ervaren chirurg zijn hersenvlies op twee plaatsen. Hersenvocht lekte naar buiten, wat een kritieke situatie opleverde. Nadat dit eenmaal opgelost was, werd het een raadsel hoe ze Owen nog konden helpen. Na zes uur wachten was dat het eerste dat de verpleegkundige kon vertellen. De telefoon op de OK werd niet meer opgenomen. Mijn man keek me aan met een verdoofde blik en ging over tot allerlei acties. Ik liep terug de kamer in. Die was helemaal leeg en ik dacht: nu is het allemaal voorbij. Ik kan dit niet. Als ik mijn zoontje moet verliezen, hoe kan ik dan nog een moeder zijn of een vrouw? Hoe kan ik dan nog iemand zijn?

In die paar minuten keek ik naar mijn leven. Ik had altijd een weg uitgestippeld voor mijn leven, plannen gemaakt, maar nu zou dit helemaal niets uitmaken. Krampachtig heb ik me vastgehouden aan vriendschappen, succes, prestaties, carrière, relaties en plezier. Het was allemaal niets waard. In één klap kon het allemaal voorbij zijn.

Hoewel ik mijn hele leven het christelijk geloof had afgewezen, had gezegd dat het één grote illusie was, een fabeltje of een culturele traditie, deed ik nu ineens iets heel vreemds. Ik ging zitten in die ziekenhuiskamer en ik smeekte: 'God, als U echt bestaat, dan spijt me het dat ik nu pas kom. Maar ik kan dit niet. Help me alstublieft!'

'Alsof ik net iets heel gek had gedaan'

Het had kunnen voelen alsof ik tegen het plafond sprak, maar dat was niet zo. Binnen een seconde vulde de ruimte zich met warmte en rust. Alsof er een warme, zachte wolk op mij landde die alles helder maakte en een zachte stem die van binnen tegen me zei: 'Wees niet bang, Ik ben bij je.' Ik stopte met huilen en mijn man liep naar binnen. Ergens voelde ik me een beetje beschaamd, alsof ik net iets heel gek had gedaan.

Een kwartier later ging de telefoon. Owen lag op de IC. De operatie was goed afgelopen, het was hard werken en het bleef nog een tijdje spannend maar het is de chirurgen gelukt.

Na dat eerste gebed heeft het nog een jaar gekost om te ontdekken dat mijn ervaring met God geen projectie was van mijn

angst of een product van mijn verbeelding. Een jaar waarin ik mocht leren wie God is, hoe Zijn liefde werkt en Hem durfde te vertrouwen en steeds meer toe te laten in mijn leven. Het is een weg die soms tegen de stroom ingaat en er was wat lef voor nodig. Deze keuze heeft mijn hele leven veranderd en bracht me op een plek waar ik helemaal mezelf kan zijn. Er is die dag Godzijdank niemand in die ziekenhuiskamer overleden. In plaats daarvan kreeg ik een heel nieuw leven.



Willeke van Essen-Tamboer is getrouwd en moeder van twee kinderen. Ze werkt als adviseur bij de Politie-academie. Ondanks dat ze absoluut nooit christen wilde worden, kwam ze in 2018 tot geloof. 'Het leven gaat om het ontdekken wie je bent. Dat kun je alleen doen samen met degene die je heeft ontworpen.'



scan deze
QR-code
voor de
podcast



scan deze
QR-code
voor het
video-interview