

HOE IS HET NU MET? MAART 2, 2021

Het mooiste meisje van de stad/Antoinette van Reekum: Na regen komt zonneschijn

Door Yontie Helders



Een serie over inspirerende Utrechtse vrouwen die een jaartje ouder worden. Antoinette van Reekum: “Ik ben heel blij dat ik ben waar ik ben, met de kennis, de rust en het inzicht van nu.”

Antoinette van Reekum (51) geboren in het dorpje Meteren in de Betuwe, tussen de appelboomgaarden, de aardbeinvelden, de koeien en de madeliefjes. Toen nog een dorpje, met negenhonderd inwoners, zonder winkels met de melkboer aan huis. Het klinkt als “Het Dorp” van Wim Sonneveld en het vervolg zou de beschrijving van een idyllische jeugd kunnen zijn. Maar helaas was de jeugd van Antoinette niet zo idyllisch.

“Ik groeide op als enig kind en vond dat vreselijk, maar je weet niet anders. Mijn moeder vertoonde, niet gediagnostiseerd, psychiatrische gedrag: narcistisch, borderline, eigenlijk was er van alles met haar aan de hand. Haar stemmingswisselingen maakten dat ik nooit wist hoe ze zou reageren. Zo kon ze plotseling in woede uitbarsten, ze had kritiek op alles, was jaloers en wantrouwde iedereen. Mijn vader maakte op zondag pannenkoeken en grutjes, deed spelletjes en ging met mij wandelen. Hij was niet veel thuis, werkte hard en ontvluchtte vaak het huis om aan de woede van mijn moeder te ontkomen. Wanneer mijn ouders thuis waren was er altijd ruzie en mijn moeder kroop dan in haar slachtofferrol. Mijn vader reed weg in zijn auto of vluchtte in zijn werk. Mijn moeder ging ook iedere avond weg en ontvluchtte het leven op haar manier. Mijn ouders lieten mij dan alleen thuis en ik werd daar angstig van. Door het gedrag van mijn moeder voelde ik mij onveilig thuis. Eigenlijk was ik een

blij kind maar er kwam een schaduw, een schil om mijn blijheid. Mijn eigenwaarde verdween en er ontstond een gevoel van leegte, alsof ik tekort schoot. Ik kon mijn vriendinnetjes niet mee naar huis nemen omdat ik niet wilde laten zien hoe het bij mij thuis was. Ik schaamde mij, maar ik wist niet anders. Niemand kende mijn thuissituatie, ik praatte er niet over.”



Antoinette als een blij zonnetje in de boomgaard van de Betuwe

“Alles was leeg en donker om mij heen, alle levenslust was uit mij verdwenen”

“Wanneer ik bij een vriendinnetje thuis speelde merkte ik wel dat het in andere gezinnen anders was. Later vroeg een lagere school vriendinnetje mij wat er aan de hand was geweest. Ze lieten mij begaan, een half pak hagelslag op brood, alsof ik iets in moest halen. De middelbare school, het KWC, was mijn vlucht, mijn hobby: daar kwam ik tot leven. De zeventien kilometer op de fiets naar Culemborg, voelde ik mij vrij en blij. Ik had daar een goede vriendin Heleen. Op school voelde ik mij gezien: ik was er populair en bloeide daar op. Daar leek het leven helemaal goed, daarnaast had ik mijn pony Randy, voetbal, (stiekem) uitgaan, de soos in Meteren én feestjes met mijn vrienden van het KWC. Diep van binnen had ik, door thuis, het idee dat niemand op mij zat te wachten. Ik leefde als een zonnetje in een horrorfilm waarin ik overgeleverd was aan mijn ouders. Toen ik dertien jaar was voelde ik mij zo moe en lusteloos dat ik naar de huisarts moest, er werden allerlei diagnoses op mij losgelaten MS, ME. In dat jaar werd er wel tien keer bloed geprikt en de artsen konden niets vinden.”



Het gevoel van vrijheid met Randy

“Alles was leeg en donker om mij heen en alle levenslust was uit mij verdwenen, ik had een burn-out. Maar als kind heb je toch de veerkracht om er weer bovenop te komen. Ik zat in de vijf VWO en bedacht dat ik weg uit huis wilde. Mijn vader heeft mij via zijn relaties bij de Rotary geholpen om in aanmerking te komen voor een “exchange”. Samen met mijn vader regelde ik alles. Ik wilde graag zo ver mogelijk weg naar Australië, maar in 1987 stond de dollar zo hoog dat dit onbetaalbaar was, het werd Amerika. Ik was pas zestien en doorliep alle selectieprocedures en sollicitatiegesprekken, ik moest mij laten zien als een “vertegenwoordiger” van Nederland. Ik redde het en op 21 augustus 1987, direct na mijn eindexamen vertrok ik. Mijn vriendje Dick, waar ik gek op was, moest ik achterlaten. Thuis mocht ik geen TV kijken maar ik had voor mijzelf een illusie gecreëerd van het verblijf op een highschool. Ik had wel eens een film gezien: the prom, limo’s, cheerleaders, kortom een groot feest.”



Met Dick, voordat ze in 1987 wegging

“De teleurstelling was groot, ik voelde mij in paniek. Ik was mijzelf kwijt”

“Ik had ook het idee dat ik na een jaar terug zou komen en dat alles dan thuis opgelost en goed zou zijn. Ik kwam terecht in Ohio in East Liverpool, een stad met veel werkeloosheid en een groot verschil tussen arm en rijk. Ik verbleef in een gastgezin dat het niet breed had en van de school klopte ook niets van hetgeen ik in de film had gezien. Geen limo's alleen een gele schoolbus. De armoedige highschool was een soort Mavo en met mijn eindexamen VWO haalde ik alleen maar straight A's. Ik vond geen aansluiting, in het begin was ik populair en wilden ze de kleding van mijn lijf kopen, maar al snel was ik ook 'gewoon'. De teleurstelling was groot, ik voelde mij in paniek. Ik was mijzelf kwijt, ik wist het niet meer. Ik had gehoopt dat Amerika mij een uitweg zou bieden, maar mijn enige troost waren de brieven van en aan Dick en mijn vrienden. Natuurlijk had ik ook terug kunnen gaan maar dat voelde te veel als falen. In maart kwamen mijn ouders met Dick, hij mocht alleen komen als mijn ouders er ook bij waren. Ik had een prachtige rondreis georganiseerd: maar wij moesten altijd bij mijn ouders op de kamer slapen, zodat we nooit echt alleen waren. Het was heerlijk dat Dick er was maar er was niets veranderd in de relatie van en met mijn ouders: vaak ruzie en veel spanning. Aan het einde van het jaar was er een roundtrip met alle exchange studenten, we wisselden ervaringen en avonturen uit. Ik hoorde dat mijn droom highschool wel degelijk bestond, ik werd opgenomen in de groep en goed opgevangen. Het werd een groot feest. Ik kwam terug en er was niets veranderd tijdens mijn verblijf in de VS en langzaam werd ik wakker. De situatie met mijn ouders ging echt niet veranderen. Ik besloot in Amsterdam Geschiedenis te gaan studeren. De realiteit in Nederland was dat mijn oud-klasgenoten al een jaar aan het studeren waren in andere steden. De studie klopte niet, ik ben geen universitair meisje, ik ben een doener. Ook voelde ik mij schuldig dat ik mijn ouders niet zo vaak meer bezocht en dat ik niet voor hen kon zorgen. Dat was toch mijn enorme loyaliteit naar hen toe.”

“Ik weet niet wat mij bezielde maar na een concert van Pink Floyd maakte ik het uit met Dick en wat heb ik daar spijt van gehad”

“De vader van Dick was huisarts in Beusichem en hij zag dat het niet goed met mij ging. Hij zag mijn worsteling en zorgde als een vader voor mij. Hij raadde mij een bevriende psychiater in Amsterdam aan. Deze adviseerde mij naar Utrecht te gaan en een meer praktijkgerichte opleiding te kiezen. Ik was graag bij Dick thuis, daar voelde ik mij gezien en veilig, wat weer tot jaloezie van mijn ouders leidde. Ik weet niet wat mij bezielde maar na een concert van Pink Floyd maakte ik het uit met Dick en wat heb ik daar spijt van gehad. Met niemand durfde ik mijn pijn en verdriet te delen op een paar vrienden en een therapeut na. Ik voelde mij alleen, terwijl dat van buiten niet zo oogde. Ik ging aan de HEAO Sociale Bedrijfskunde studeren in Utrecht. Ik studeerde cum laude af en bloeide op, ik had de erkenning gekregen waar ik zo naar hunkerde. Via een studentenbaantje ontmoette ik een nieuwe liefde, een heerlijk mens, een leuke en mooie man. We hadden het fijn en ik had 5 jaar een relatie met hem, maar ik was bang “om door de mand te vallen”, om hem te verliezen en verlaten te worden. “Ik kan geen vader en moeder meer voor je zijn”, schreef hij in een brief en maakte het uit. Verdrietig, maar het was wel dé belangrijke levensles voor mij die mijn leven veranderde. In 1997 vond ik de Avatar cursus, een cursus in persoonlijke ontwikkeling. Ik leerde de regie over mijn eigen leven te krijgen en mij te focussen op wat ik wilde en doelen te creëren. Ik vond een baan in Breda als trainer voor het klantencontact bij callcenters. Ik was in het begin zo eager om het goed te doen, dat ik mij vooral focuste op de persoon die een vragende blik had.”



“Mijn leven kreeg zin en betekenis”

“Ik werd zekerder, kreeg zelfvertrouwen, werd steeds meer mijzelf en voelde mij liefdevoller”

“Maar ik ontwikkelde wel meer lol in mijn werk en bloeide op. In 2000 kwam ik op een feestje iemand tegen die aan mij vroeg om voor mijzelf te beginnen en als commercieel trainer zijn mensen te trainen. Dat was een kans. Ik schreef mij in als ZZP’er bij de Kamer van Koophandel en begon mijn bedrijf Shine Academy. Ik bleef mij door ontwikkelen en volgde allerlei mogelijke opleidingen en trainingen, ik geloof dat ik wel een ton hieraan heb gepend. Ik werd zekerder, kreeg zelfvertrouwen, werd steeds meer mijzelf en voelde mij liefdevoller. Mijn leven kreeg zin en betekenis en ik vond het geweldig om een bijdrage te kunnen leveren aan de ontwikkeling van mensen. Het raakte mij dat ik hen door mijn opgedane ervaring, levenswijsheid, kennis en kunde, kon inspireren. Er kwam sprankeling en licht in mijn leven. Ik was blij met wie ik was en wat ik kon bieden, door alles wat ik had meegemaakt.

Ik ging als Shine Academy trainingen geven in effectieve communicatie. Ook verbreedde ik mijn aanbod en ging steeds meer, door alle therapie, opleidingen en begeleiding, vanuit rust en ontspanning werken. Ik hielp mensen bij effectieve commerciële en klantcommunicatie, leiderschap, het houden van functioneringsgesprekken, geven van feedback, samenwerking binnen teams en het omgaan met verandering.”



Antoinette bleef loyaal en organiseerde het 40-jarig huwelijksfeest van haar ouders

“Zelfs kan ik mijn moeder nu dankbaar zijn dat zij mij het leven heeft geschonken”

“Ik bloeide op. Ik ging stralen, steeds meer van binnenuit. om persoonlijke ontwikkeling en reflectie als instrument te hebben om het contact met mijzelf en anderen te hervinden. Ook ontwikkelde ik een stevig sociaal netwerk met mooie mensen om mij heen. Tegelijkertijd bouwde ik ook een praktijk op voor individuele coaching in het omgaan met stress, burn-out en re-integratie. Ik kwam de term KOPP-kind tegen: een Kind van een Ouder met Psychische Problemen. Ik realiseerde mij dat ik behalve enig kind ook een KOPP-kind ben. Ik wilde, naast alles wat ik al deed, mijn kennis, kunde en ervaring doorgeven aan de heling van andere Kopp-kinderen. Ik heb hiervoor een online opleidingsprogramma ontwikkeld “Haal je Ouders van je Schouders”. Ik wil een voorbeeld zijn en laten zien dat een goed fijn leven écht mogelijk is, ondanks hetgeen je zelf hebt meegemaakt. Het is mijn missie en mijn levenswerk om een hoopgevend boegbeeld te zijn. Zelfs kan ik mijn moeder nu dankbaar zijn dat zij mij het leven heeft geschonken. Dit leven dat ik nu kan gebruiken om door al mijn ervaringen anderen hun leven te leren reguleren en structureren zodat zij ook ontspanning en rust kunnen ervaren. Ik heb van mijn eigen pijn mijn werk gemaakt”.

Hoe is het om ouder te worden?

“Ik ben heel blij dat ik ben waar ik ben, met de kennis, de rust en het inzicht van nu. Ik ben blij met mijn vriendenkring en met de mensen met wie ik een (professionele) relatie heb. Dit is mijn leven en ik begin erin te geloven. Ik durf het nu ten volle toe te laten. Toen ik 50 werd voelde ik mij rijk met de liefde die ik om mij heen voelde en om mij heen heb opgebouwd. Ik voelde dat mijn leven nu écht begon.

Mijn hele leven en al op jonge leeftijd nam ik het “zorgen” voor mijn ouders op mijn schouders en dat is te veel voor een kind. De ouder-kind relatie werd omgewisseld. En ik had geen eigen leven. Privé heb ik de nodige klappen opgelopen, ik had moeite met mij te hechten, nu ben “geschikt” relatiemateriaal. Maar ik zie zo weinig echt leuke mannen die vrij zijn en ach, ik heb het echt goed met mijzelf. En heb nu zoiets van: Kom maar op leven!”

Wat is je geheim?

“Thuiskomen bij mijzelf, ik mediteer veel. Ik ben een licht en energiek mens en beweeg veel om gezond en fit te blijven. Ik volg chi kung en tao lessen en daar word ik gelukkig van. Ik ga het leven aan en voel eindelijk liefde voor mijzelf.”

Tennis, yoga of bridge?

“Dansen, flamenco en Dance! Flamenco betekent voor mij passie, vuur, oog voor elkaar hebben. Verder ga ik graag naar Dance-events, naar Armin van Buuren, dat mis ik nu zo. Nu dans ik dan maar in de kamer.”

Is je stijl veranderd?

“Als puber kleepte ik mij een beetje jongensachtig met legerboots en spijkerbroeken. In de US was ik een meisje geworden, wel stoer met een pakje shag. Nu draag ik alleen nog maar vrolijke, vrouwelijke bloemrijke jurkjes. De jurkjes van King Louie zijn favoriet.”

Waar ben je over tien jaar?

“Dan heb ik mijzelf helemaal gevonden en zit er een heerlijke man naast mij. Ik hou van het leven en ga nog steeds naar Armin. Ik hoop dat nog meer mensen mij hebben gevonden en dat mijn unieke methode om mensen te helpen staat als een huis.”

Wat vind jij van de Utrechtse vrouw?

“Leuk! Ik ga wel eens naar een speeddate-avond en dan zeg ik tegen de mannen tegenover mij: ”Ze zijn leuk hè, de Utrechtse vrouwen!”. Na afloop kan ik dan ook met deze “leuke” vrouwen de avond evalueren.”

Aan wie geef jij het stokje door?

“Aan Ine Bimbergen, zij is een lieve vriendin voor mij, mijn maatje, sparring partner en vakgenote als trainer, coach en teamcoach.”

Het fotoalbum.



Sinterklaas met nichtjes



Examenband met beste vriendin Heleen, 1987






Mysteryland, 2019



Antoinette midden met Maria en Karin (r)

 [_ Tweet](#)

 [_ Share](#)

 [_ Share](#)



Yontie Helders

10 reacties

[Reageren](#)

Maria Mens schreef:[maart 3, 2021 om 12:02 am](#)

Bijzonder verhaal, sterke vrouw geworden

Ineke Geleijns schreef:[maart 3, 2021 om 9:58 am](#)

Prachtig, Antoinette. Ontroerd ben ik!!

Esther schreef:[maart 3, 2021 om 8:12 pm](#)

Fijn om je zo op papier te ontmoeten ... zo bewaar ik ook dierbare herinneringen aan onze 'echte' ontmoetingen. Jouw verhaal toont kleur, pracht en kracht van kwetsbaarheid en het leven aangaan. Dank.
Liefs

Niek Jetten schreef:[maart 4, 2021 om 2:10 pm](#)