

Nolite te bastardes carborundorum.
“Don’t let the bastards grind you down.”
– Margaret Atwood, *The Handmaid’s Tale*

Praat mee: #Damnhoney
Vind de auteurs: @MarieLotte / @NydiavanVoorthuizen
Vind ons: @blossombooks

NUR 450 / W081801
© 2018 Blossom Books
© 2018 Marie Lotte Hagen en Nydia van Voorthuizen
Omslagillustratie: Mignon Nusteling
Omslagbelettering: Shiralee Kat, Shiralism.nl
Opmaak binnenwerk: Studio L.E.O.

Alle rechten voorbehouden, inclusief het recht van reproductie
in zijn geheel of in gedeelten, in welke vorm dan ook.

**Wil je ons iets vragen of vertellen? Dat kan! Stuur een mailtje
naar info@blossombooks.nl of ga naar blossombooks.nl.**

Dit schreven we voor jou.

Hup,

feministen, oma's, SM-meesteressen, nonnen, turnsters, barista's, Vogue-vrouwen, beach babes, influencers, moeders, tattoo artists, lipsticklesbo's, hijabi's, artsen, verslaafden, beugelbekkies, man eaters, hockeysters, vloggers, nerds, aartsvijanden, stiefmoeders, vriendinnen, voorvechters, juffen, feestbeesten, pornosterren, vrije geesten, gothics, koopjesjagers, meiden, helden, kort-pittige kapsels, Gooische vrouwen, huisvrouwen, *single* ladies, kampioenen, hoogleraren, schatjes, trutten, dramaqueens, modellen in alle maten, fitgirls, hartenbrekers, bazen, zwangeren, mantelzorgers, tantes, rappers, zandlopers, twijfelkonten, heilige boontjes, peren, babes with a mobility aid, tomboys, muurbloempjes, queers, zwaargewichten, carrièrevrouwen, alleskunnens, autisten, atheïsten, ijdeluiten, dromers, meisjes van plezier, moordwrijven, zussen, stagiaires, *golddiggers*, te-laat-komers, hofdames, hipsters, butches, moppies, geile donders, wereldverbeteraars, bruiden, vechters, meisjes met rode haren, maagden, kwebbelkonten, spice girls, femmes fatales, wonder women, stoeipoezen, journalisten, treuzelaars, pageant queens, feeksen, horecatijgers, wc-juffrouwen, *amputees*, slettebakken, predikanten, studentes, under cover agents, nagelstylistes, sekswerkers, smulpapen, vuilnisvrouwen, veganisten, bloemisten, trophy wives, kenaus, caissières, bomvrouwen, biseksuelen, keukenprinsessen, fag hags, corpsmeisjes, first ladies, voetbalvrouwen, lekkere wijven,

zwarte schapen, programmeurs, crazy cat ladies, heksen, ministers, pubers, survivors, demonstranten, handlezers, godinnen, door *bitches*, levensgenieters, queens, opgewonden standjes, meisjes van Verkade, hippies, tuthola's, boerinnen, aseksuelen, bibliothecaressen, pensionado's, zzp'ers, cisvrouwen, dochters, pioniers, jagers en verzamelaars, fashionista's, backpackers, bakvissen, actrices, troela's, geisha's, kerkgangers, zelfontplooiers, women of colour, groupies, viswijven, social *butterflies*, durfals, barbiepoppen, minnaressen, activisten, echtgenotes, zoonaanbidders, ouwehoeren, diva's, poetskoninginnen, boekenwurmen, ballerina's, schreeuwlelijken, nymfomanes, bollebozen, jongedames, doula's, trendsetters, lellebellen, slonzen en zeikwijven,
hup!

VOORWOORD

Hier in Nederland hebben vrouwen toch alles voor elkaar?

Je mag toch stemmen? Werken? Je mening geven? Is een feministisch pamflet dan nog wel nodig?

In Saudi-Arabië, dáár is het pas erg

Wees blij dat je nagefloten wordt

Stomme dozen

In sweatshops worden vrouwen massaal uitgebuit, maak je daar liever druk om

Vrouwen doen het zichzelf ook wel een beetje aan, hè?

Er zijn ook genoeg goede mannen, hoor!

Zo is het leven

Hebben die linkse tuttebellen niks anders te doen?

Je moet jezelf niet zo in die slachtofferrol plaatsen

Zo zit de maatschappij nu eenmaal in elkaar

Domme mutsen

Het was maar een grapje, daar hoef je niet zo serieus op te reageren, hoor

Boys will be boys
Eén woord: ZUCHT
Draag dan ook niet die strakke broek
Mannen hebben het ook zwaar
Ben je ongesteld of zo?
Ga bij een moskee het recht van de vrouw prediken!
Achterlijke wijven
Moeten die potten niet werken?

Het is nodig.

Niet alleen voor de beïnvloedbare tienermeisjes. Ook voor onszelf, voor onze moeders, oma's, vriendinnen, collega's en al die andere vrouwen aan wie we dit boek opdragen. Ook wij zijn (soms) vastgeroest in vrouwonvriendelijke denkbeelden. Natúúrlijk wil je voorkomen dat je borsten gaan hangen en klik je op die link.¹ Het was eigenlijk ook wel logisch dat je werd nageroepen, want je droeg inderdaad een sexy outfit.² En uiteraard moeten jonge meisjes geen nudes sturen, die worden sowieso gedeeld!³

De hele maatschappij is van dit soort ideeën doordrenkt en het is tijd dat we ons daar bewust van worden in plaats van het af te doen als 'iets wat gewoon zo is'. Je bedoelde die

1 Dat we hangende borsten als een gruwel zien, komt omdat dat ons jarenlang is wijsgemaakt.

2 Die lul moet z'n bek houden, jij mag dragen wat je wil zonder op straat lastiggevallen te worden.

3 Het is niet de schuld van de meisjes, die jongens moeten niet zo kut doen.

opmerking over het gewicht van je dochter heus niet zo. Hip-
hoptaal is nu eenmaal grof. Meisjes plagen, kusjes vragen.
Nee! Laten we onze verantwoordelijkheid nemen, en het niet
wegwuiven als *locker room talk* of het vrouwelijke equivalent
daarvan: *girl talk*.

Damn, honey. Tijd voor verandering!

Marie Lotte & Nydia

**Verberg jezelf,
jij lelijk**

GEDROCHT!

**Met je huid en
je benen en
al die andere
uiterlijke
kenmerken die
ÉLK ANDER MENS
heeft!**

BODY POSITIVITY

Zo moet je eruit zien!

Verzorgd.

Een mooie huid.

Alle zones glad, de punani op zijn minst getrimd.

Op je hoofd wel lang haar. Zonder klitten, niet pluizig, met volume.

Mooi figuurtje. Lekker slank, lekker strak.

Curves op de juiste plekken.

Curves op de verkeerde plekken? Shapewear.

Sportief, maar stop, want nu zie je eruit als een man.

Doe heel erg je best.

Doe vooral niet te veel je best.

Wel make-up, geen plamuur.

Bedek jezelf!

Bedek jezelf niet!

Nagels netjes in de lak.

Kont en tietten.

Kleur op je gezicht. Wees geen lijk.

Sexy en vrouwelijk! Wees geen hoer.

Geen striae.

Geen cellulitis.

Lach!

Er is een perfecte vulva.⁴ Alle andere zijn lelijk.

Op z'n minst mascara.

Oud? Ageschreven.

We worden dagelijks met deze verwachtingen, aanwijzingen, opdrachten en instructies bekogeld, op zo'n manier van: kijk maar wat je ermee doet. Maar ondertussen is het wel de bedoeling dat je ermee aan de slag gaat en probeert aan alle verwachtingen te voldoen. Doe je dat niet, dan zul je het horen ook.

Het begint al in je vroege jeugd: je moeder die nooit mee gaat zwemmen omdat ze niet in badpak durft. *Message received: een lijf is niet zomaar goed genoeg.* Later, in de meisjeskleedkamer van de brugklas: je klasgenootje die haar eigen lichaam afkraakt en vervolgens aanwijst wie er wel en niet goed zijn. *Got it! Ik moet voldoen aan bepaalde voorwaarden.* Je zoekt om je heen naar die voorwaarden, kijkt naar vrouwen in films, tijdschriften, reclames en op sociale media. Je leest tips om je probleemzones te verbergen; kijkt naar tutorials om je gezicht te contouren en te shapen, zodat het er niet uitziet als 'een obees ei zonder vorm'; je leert dat je moet vechten tegen

⁴ Vulva? Vulva?! Zeg gewoon vagina! Spoedcursusje anatomie: vulva, is het buitenste deel; vagina is het binnenste. Dank, seksuoloog Ellen Laan!

rimpels. Vrouwen in series worden *flawless* wakker naast hun man. De hashtag #wokeuplikethis staat boordevol beeldschone foto's. *Duidelijk. Ik moet er te allen tijde perfect uitzien.* Je hoort jezelf voor de zoveelste keer je bril verdedigen, omdat je alweer de vraag krijgt waarom je eigenlijk geen lenzen draagt. *Een bril voldoet niet aan de voorwaarden.* Je eerste vriendje is kleiner dan jij. 'Vind je dat niet gek?' *Tja, nu je het zo zegt...* Je moeder wijst je erop dat je beter laagjes aan kunt trekken, want je buik is nu wel heel erg te zien. 'En trouwens, als jij niet wil eindigen met een dik vriendje, dan wordt het tijd dat je wat doet aan je gewicht.' Zelfs je oma vraagt of je al een dieet volgt. *Ik ben te dik.*

'Je moet je haar los dragen.'

'Scheer jij je benen nog niet?!'

'Jij hebt echt al dikke tieten.'

Je staat voor de spiegel en bekijkt jezelf minutieus. Je huid is oneffen, er hangt een kwab aan je arm, er zit striae op je bovenbenen. Is dat al een rimpel naast je oog? Waarom is je zusje wel dun, en jij niet? Ze mag trouwens haar wenkbrauwen weleens epileren. Dat vertel je haar ook. Je tweede vriendje vindt het niks, al dat haar daar beneden. Een vriendin maakt een opmerking over je snor. Je hoort de vrienden van je vriend praten over lekkere chickies en lelijke wijven waar ze hun hond nog vanaf zouden trappen. Na een slepende break-up waardoor je nauwelijks eet of slaapt, blijft iedereen maar benadrukken dat je nu in ieder geval wel lekker slank bent. Je bekijkt het Facebookprofiel van een oud-klasgenoot en ziet tot

je grote voldoening dat ze dik is geworden. *Je mocht haar toch al niet.* Je hebt een dagje geen mascara op en je collega vraagt of je ziek bent. Je wijst naar een meisje in de club en zegt tegen je vriendin: ‘Kijk haar outfit, kan écht niet.’

Van onschuldig en blij meisje naar onzekere en oordelende vrouw die obsessief bezig is met haar uiterlijk. Het omslagpunt is niet aan te wijzen, het gaat geleidelijk. Je moet wel heel sterk in je schoenen staan, willen de opmerkingen van je directe omgeving en de rest van de wereld je niets doen. Zeker als je jong bent; pubers zijn tenslotte constant op zoek naar bevestiging. Als volwassen vrouw is het al haast te laat, de beelden zitten in je hoofd alsof het de waarheid is. Als je jarenlang je eigenwaarde hebt gezocht in de mening van anderen en in de cijfers op de weegschaal, is het een enorme opgave om hiervan los te komen. Inmiddels doe je er zelfs vrolijk aan mee. Je weet niet beter. Lekker vanaf een terrasje mensen kijken en over ze oordelen. Je dochter vraag of je mee gaat zwemmen. Je zegt nee. Je durft niet in badpak.

Indoctrinatie geslaagd.