

Weg met mannelijkheid

*voor verandering*

# Weg met mannelijkheid

*Joey Velberg*



**MAZIREL**  
PERS

Ontwerp omslag: ondergrond.agency (Amsterdam)

Ontwerp binnenwerk: Crius Group, Hulshout

ISBN 978 94 6456 305 4

e-ISBN 978 94 6456 306 1

NUR 320 | 745

© 2024 Joey Velberg, p/a Uitgeversmaatschappij Walburg Pers, Zutphen

© 2024 Uitgeversmaatschappij Walburg Pers, Zutphen

[www.mazirelpers.nl](http://www.mazirelpers.nl)

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

# Inhoudsopgave

Voorwoord	7
<b>Deel I – Vallen</b>	
De poppen aan het dansen	15
Ontslag	20
Terug naar de basis	25
<b>Deel II – Duiken</b>	
<b>Familie</b>	31
Opa	31
Mama	33
Gary	37
Luna	40
<b>Trauma</b>	45
Vader	46
Misbruik	54
Intergenerationeel trauma	70
Pesten	71
Racisme	74
<b>Klasse</b>	86
Sociale huisvesting	87
Surfen	88
Opleiding	90
Experiment	94
Werk	102
<b>Beeldvorming</b>	122
Puberteit	123

Kleedkamer	129
Medische wereld	132
Autorijden	137
Representatie	139
Privilege	142
<b>Lichaam</b>	147
Lijf	148
Haar	149
Ziekte	152
Penis	164
<b>Identiteit</b>	168
Seksualiteit	169
Gender	187
<b>Relaties</b>	190
Vriendschap	190
Liefde	198

### **Deel III – Vliegen**

<b>In de fik</b>	219
<b>Thuis</b>	221
<b>Schrijver</b>	223
<b>Op reis</b>	225
<b>Epiloog</b>	230
<b>Dankwoord</b>	233
<b>Noten</b>	234

# Voorwoord

Mannelijkheid is een van de meest prangende thema's van dit moment. Om die reden wordt er op maatschappelijk niveau veel over gesproken, gediscussieerd en geschreven. Dat gebeurt in de openbaarheid, bijvoorbeeld in het *AD*, waarin eind 2023 een hevige discussie losbarstte over de vraag of mannelijkheid nou wel of niet onder druk staat.<sup>1</sup> Of het boek *Wat voor man wil jij zijn?* van Jens van Tricht, waarin hij betoogt dat mannen baat hebben bij feminisme.<sup>2</sup>

In toenemende mate verschuiven deze gesprekken van offline naar online. Zo vraagt Roel Maalderink in een semi-serieus filmpje mannen op straat hoe mannelijk zij zichzelf vinden.<sup>3</sup> Ook staat het internet bol van de chatrooms en fora waar mannen elkaar opzoeken en praten over de traditionele rol van de man. Dit staat ook wel bekend als de *manosphere*: plekken waar crypto, geld en vrouwen centraal staan.<sup>4</sup> Je zou het kunnen zien als de digitale variant van de mannenkleedkamer.

Ik vind het goed dat er op maatschappelijk niveau gepraat wordt over de rol van de man in de maatschappij. Tegelijkertijd merk ik dat die discussie ver van mij af wordt gevoerd. Dat er een verandering gevraagd wordt van mannen is mij inmiddels wel duidelijk, maar hoe ziet zo'n verandering er concreet uit? En hoe kan ik die als man vormgeven? Meer dan ooit heb ik behoefte aan verhalen over wat die veranderingen voor mij als man kunnen betekenen. Want ook ik houd me al mijn hele leven bezig met de vraag hoe ik me verhoud tot mannelijkheid. Zelf heb ik nooit helemaal begrepen waarom je als man geobsedeerd moet zijn met vrouwen, bijvoorbeeld. Dat je altijd hard moet willen werken,

en daar nooit over mag praten. Dat je als man alleen maar boos of geil mag zijn. En dat kwetsbaarheid uit den boze is, om maar even iets te noemen.

Als ik zo om me heen kijk, denk ik stiekem dat maar heel weinig mannen bij dit stereotype beeld passen. Toch hebben we ons allemaal naar dat ene beeld van mannelijkheid te verhouden, als een soort onuitgesproken, informele afspraak die lang geleden gemaakt is: je bent óf man, óf je bent het niet. Simone de Beauvoir heeft ooit geschreven dat niemand als vrouw wordt geboren, maar dat je door de samenleving tot vrouw wordt gemaakt.<sup>5</sup> Ik denk dat het voor mannen ook zo werkt.

Gek genoeg geeft dat inzicht mij een beetje ademruimte. Want als het concept mannelijkheid maakbaar is, dan kan ik daar dus invloed op uitoefenen.

In een oprecht verlangen naar concrete handvatten om die verandering vorm te geven, ben ik aan de slag gegaan met het opschrijven van mijn verhaal. Allereerst om orde te scheppen voor mezelf. Gaandeweg kwam ik erachter dat datgene wat ik opschreef relevantie had, juist omdat een praktisch geschreven boek met handvatten voor jongens en mannen tot nu toe vrijwel ontbreekt. Mijn verhaal is een verhaal waar anderen mogelijk iets aan hebben.

Mijn intentie is om jou, de lezer, na te laten denken over jouw relatie met mannelijkheid. Om dit waar te kunnen maken heb ik met mezelf de afspraak gemaakt om *all-in* te gaan. Ik houd niks achter, stel me kwetsbaar op en deel alles wat mijn man-zijn gevormd heeft.

Dit boek heb ik met name geschreven voor jongens en mannen die, net als ik, voelen dat er iets moet veranderen maar die niet goed weten waar ze kunnen beginnen. Maar



ook voor ouders, leraren en andere opvoeders. En voor hulpverleners, beleidsmakers en politici. We hebben allemaal met mannelijkheid te maken, dus is dit boek voor iedereen. Overigens wil ik over één ding heel duidelijk zijn: wanneer ik verwijst naar 'jongens' of 'mannen' doel ik op alle mannen: cisgender, transgender en non-binaire personen voor wie mannelijkheid een grote rol speelt in hun leven.

Het thema mannelijkheid is een complexe lappendeken aan subthema's, die onderling ook allemaal met elkaar verbonden zijn. Om die reden heb ik ervoor gekozen dit boek vanuit een intersectioneel perspectief te schrijven. Allereerst om die complexiteit aan te tonen, maar ook om mezelf in staat te stellen de onderlinge samenhang te ontwarren en dieper in belangrijke onderwerpen te kunnen duiken.

Ik kan me voorstellen dat dit voor sommige mensen even wennen is. En dat zal gedurende het lezen van dit boek ook af en toe schuren. Ik nodig je graag uit om het ongemak te omarmen, mocht jij dat op dit moment ervaren. Want zoals zal blijken uit mijn verhaal, heeft die intersectionele benadering mij als man veel inzichten gegeven.

Een intersectioneel boek schrijven is een flinke uitdaging. Dat heeft te maken met het feit dat iedere gebeurtenis gelaagd is en verbonden is met andere onderwerpen. Ik heb dit opgevangen door het boek helder in te delen, en in de tekst naar aanverwante thema's te verwijzen.

Het boek is opgebouwd uit drie delen: vallen, duiken en vliegen. Elk van deze delen bevat voor dat deel kenmerkende thema's en elk thema is, waar nodig, onderverdeeld in onderwerpen. Door het boek op deze manier vorm te geven, wil ik jou als lezer naast de inhoud ook meenemen in het proces dat ik doormaakte.

In het eerste deel behandel ik de crisis die de aanleiding was om mijn verhaal op papier te zetten. Een crisis die mij dwong om een stap terug te doen. Mijn lichaam was op, ik kon niet meer. Althans, niet meer van hetzelfde. Het leven zoals ik dat toen kende kwam tot stilstand. Even raakte ik alles kwijt. Na een tijdje gerust te hebben, besloot ik om me over te geven aan de situatie en te reflecteren op mijn leven. In het tweede deel staan zeven thema's centraal: familie, trauma, klasse, beeldvorming, lichaam, identiteit en relaties. Op inhoud zijn de verhalen gebaseerd op mijn ervaring. Op vorm zijn het thema's waar iedere man vroeg of laat mee te maken krijgt. De verhalen zijn getuigenissen van dingen die ik heb meegemaakt, en de levenskeuzes die daarop volgden. Keuzes die mij gevormd hebben. Door het van me af te schrijven heb ik de crisis kunnen aangrijpen om ruimte te maken. Om vervolgens, in deel drie, te kunnen vliegen.

Zoals eerder gezegd houd ik me niet in. Tegelijkertijd hoop ik dat jij als lezer luistert naar jezelf. Pak vooral de vrijheid om dit boek even weg te leggen, of in een andere volgorde te lezen, als dat passend is voor jou. Ik hoop dat je jezelf de ruimte gunt om de inhoud op jouw manier tot je te nemen.

Voordat we naar de inhoud gaan nog even een kleine disclaimer. Niemand heeft een monopolie op de waarheid. Ik dus ook niet. Ik ben een mens, en daarmee is mijn ervaring inherent subjectief. De verhalen die je zo gaat lezen heb ik opgeschreven vanuit mijn perspectief, hoe ik dingen beleefd heb. In veel van die verhalen komen ook andere personen voor. Ik zeg er met klem bij dat hier het gedrag van de ander centraal staat, en welk effect dat heeft gehad op mij en mijn ontwikkeling als man. Het is absoluut niet mijn bedoeling

om een oordeel over een persoon te vellen. Ik ben mij er terdege van bewust dat ieder van hen zijn, haar of hun eigen verhaal heeft. Dat is ook een reden waarom ik ervoor heb gekozen om met pseudoniemen te werken.

‘Welke vorm van mannelijkheid past bij mij?’ is de vraag die ik mezelf heb gesteld. Wat volgde was een avontuur vol valkuilen, verraad en tegenslag, maar ook vriendschap, ondersteuning en liefde. Het (tussentijdse) resultaat van dat avontuur heb je nu in handen. Door mijn verhaal te delen hoop ik je te inspireren om jouw mannelijkheid, op jouw manier, vorm te geven.