

Make-up

Make-up, ik gebruik het nooit. Ik heb vroeger wel eens wat mascara opgedaan, of wat oogschaduw, maar mezelf goed opmaken heb ik nooit gekund. Ik vind het ook niet lekker zitten, krijg last van m'n ogen en heb vooral helemaal geen zin om er moeite voor te doen. In mijn vriendengroep dragen de meesten geen make-up, maar als ik kijk naar de buitenwereld, denk ik dat het merendeel van de vrouwen wel elke ochtend iets eerder opstaat om make-up op te doen.

“Ja maar jullie kunnen het ook goed hebben, met mijn gezicht kan ik dat écht niet doen,” lacht één van mijn wel make-up dragende vriendinnen. Ze lacht erbij, maar de opmerking achtervolgt me later op de avond nog steeds. Want eigenlijk is het helemaal niet grappig als je de overtuiging hebt dat je zo onogelijk bent dat geen make-up dragen voor jou simpelweg niet kán. Als zij zichzelf zou zien, zoals ik haar zie, zou haar zelfbeeld een heel stuk beter zijn.

Mijn zelfbeeld is ook niet altijd geweldig, soms zit ik goed in mijn vel, maar er zijn ook dagen dat ik mezelf lelijk of nutteloos vind. Maar toch, denkend aan die vriendin, die zonder make-up niet naar de supermarkt durft, zie ik een groot verschil. Niet naar de supermarkt durven, dat is een extreem laag zelfbeeld, dat ik zelf alleen herken van een periode, die ik zou omschrijven als het epicentrum van mijn zwaarste depressie ooit. Nou denk ik niet dat vriendin X zo depressief is, maar haar zelfbeeld qua uiterlijk zit dus daar. Zo voelt ze zich elke dag voordat ze make-up opdoet. Sophie Hilbrand, één van mijn helden van TV, heeft een heel programma gemaakt over het

niet dragen van make-up. En zei kreeg dezelfde opmerkingen te horen van BNers. “Ja maar jij ziet er goed uit, ik kan het echt niet hebben.” “Zonder make-up durf ik echt niet de straat op, haha.”

Is dat hoe het merendeel van de vrouwen zich voelt? Dat je het niet kan hébben om geen make-up te dragen? Of dat je de straat niet op durft? Serieus?! De straat?!?! De straat, die ligt buiten letterlijk te wachten tot jij over hem heen loopt. Wat denk je dat de straat gaat doen dan? Dat de bakstenen zich tegen je keren, jou terug het huis induwen en tegen je zeggen dat je toch echt eerst make-up op moet doen? Ik vind dat geen reële angst. Dat lijkt me een angst om uit te dagen, te overwinnen.

Bij deze wil ik alle vrouwen, die normaal gesproken make-up dragen, uitnodigen een keer zonder make-up de straat op te lopen, gewoon om te kijken wat er gebeurt. En als je daar dan toch bent, op die straat, loop dan eens door naar de supermarkt en ga daar naar binnen. Weet je wat de supermarkt dan tegen je zegt, als jij daar komt als klant zonder make-up? 'Fijne dag mevrouw, bedankt!' De supermarkt is namelijk een 'badass', de supermarkt geeft er niks om.

Ik snap dat het op sommige dagen, als je zelfbeeld wat lager staat, fijn is als je make-up op kan doen. Jezelf een beetje verstoppen, je mooier voordoen dan je je voelt. Ik snap dat het prettig kan zijn, om je schoonheid te kunnen 'maken'. Maar als je elke dag make-up draagt, loop je kans dat je nooit meer van je eigen natuurlijke schoonheid kunt genieten. En dat vind ik erg. Dus, lieve vrouwen, probeer alsjeblieft af en toe jezelf gewoon mooi te vinden, precies zoals je van nature bent!

Debje Norak