

De matroos

De scherven gelijmd

Jozua Pacquai Jansen

2014. 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 toestemming van de auteur.

Voorwoord

Het is voor mij een eer en het doet mij veel genoegen een voorwoord te mogen schrijven voor het boek De Matroos van Jozua Pacquai Jansen.

Jozua Pacquai Jansen heb ik een paar jaar geleden leren kennen. Wat mij opviel was zijn tolerantie en voorkomendheid jegens anderen. Maar ik heb hem ook leren kennen als iemand die besloot zijn traumatische verleden een plek te geven, wetende dat dit geen makkelijke en zelfs pijnlijke weg zou zijn. Ik heb hem leren kennen als een moedig man die het aandurfde om zijn kinderjaren onder ogen te zien, zijn lot niet te vergelijken met dat van anderen, maar zichzelf te leren begrijpen om er sterker van te worden.

In De Matroos beschrijft Jozua Pacquai Jansen een emotioneel verwaarloosd, gepest en getraumatiseerd jongetje in een eenzaam bestaan. Hij past zich als kind aan: een ander lot kent hij niet. De Matroos is ook een volwassen man, onzeker, met veel hoofdpijn en angsten. Eenmaal volwassen past hij zich opnieuw aan anderen aan omdat hij zich niet op een andere manier weet te gedragen.

Kennelijk kunnen wij mensen de kinderjaren niet eerder ontsnappen dan nadat wij besloten hebben ze te willen begrijpen. Iedereen heeft wel iets waaraan hij of zij krampachtig vasthoudt: spijt, een trauma, een overtuiging, een schuldgevoel. Dat belemmert ook De Matroos om volop van het leven te genieten.

De Matroos is een indrukwekkend en menselijk verhaal dat de lezer diep raakt. Het toont ons het leven dat niet altijd eerlijk is, maar dat toch goed kan worden.

Ik ben ervan overtuigd dat voor meerdere mensen met traumatische ervaringen van de kinderjaren een betere wereld begint wanneer ze geholpen kunnen worden de taboes te doorbreken, voor zichzelf te kiezen en therapieën te ondergaan.

Laat het verhaal van De Matroos een aanmoediging zijn, een boek dat een glimp geeft dat toekomst en vertrouwen mogelijk zijn.

Het is nooit te laat om een gelukkige jeugd te hebben. Maar dit is aan ons en aan niemand anders!

Heel veel leesplezier!

Victoria,

psychiater.

Dankwoord

Mijn dank gaat in de eerste plaats uit naar mijn partner Corné, die me iedere dag heeft gesteund door mijn moeilijke periode heen. Die als klankbord functioneerde voor mijn gedachten. Voor alle liefde, geduld, warmte en humor als ik het nodig had. Voor het feit dat hij me regelmatig beschermde. Hij nam het voor me op wanneer ik daar zelf nog niet voldoende toe in staat was.

Verder gaat mijn dank uit naar mijn werkgever en mijn collega's voor het begrip dat zij hebben getoond tijdens het moeilijke proces dat ik heb doorgemaakt.

Dank ook aan alle medisch specialisten die mij hebben gesteund, in het bijzonder aan mijn psychiater. Dankzij de therapie die ik bij haar heb gevolgd, ben ik goed hersteld. Daarnaast was zij bereid het script voor dit boek te controleren op medische aspecten. Ook dank aan Martinus die als ervaren schrijver het script kritisch heeft doorgelezen.

Inhoud

Inleiding

Deel I Diagnose

Kliniek Berenstein
Haptotherapie
Het drama van het begaafde kind
Voortschrijdend inzicht
As it is in heaven
Een brief van Martinus
Uw brein als medicijn
Bezoek aan Martinus
Sociale fobie
Naar de psychiater
Bezoek Oda
Voor het eerst naar de bedrijfsarts
Chanel
Acupunctuur
Uitslag psychologisch onderzoek
Afstel bezoek van mijn vader en zijn vriendin
Helen
Avant thérapie

Deel II Psychotherapie

Vervolg en oude valkuilen

De atlasbehandeling

Nabeschouwing

De kluwenbol ontrafeld
Mijn ouderlijk huis
Een dorp in de tijd
IQ versus EQ
Relaties met vrienden
Mensen van betekenis
Liefde

Nawoord

Inleiding

Toen ik me in mei 2010 gedeeltelijk ziek meldde en diverse therapieën ging volgen, raadde mijn zus me aan een boek te schrijven over wat er is gebeurd in mijn jeugd. 'Door dingen op te schrijven kun je ze beter een plaats geven', zei ze. Aanvankelijk was ik dit niet van plan, maar na een paar weken, besloot ik het toch te doen. Ik heb veel meegemaakt en vaak schoten er allerlei nare herinneringen gelijktijdig door mijn hoofd. Dit werkte verlamdend.

Dit boek beschrijft wat de gevolgen zijn geweest van de intensieve pesterijen en mishandeling in mijn jeugd op mijn verdere leven. Er zijn veel zaken gebeurd waar ik direct of indirect slachtoffer van werd. Als ik er wel eens iets over vertelde aan vrienden of collega's, merkte ik vaak dat het voor hen moeilijk te begrijpen was. Sommige gebeurtenissen zijn zo absurd dat ze niet geloofwaardig overkomen. Ik heb daarom altijd een hoop herinneringen en gevoelens onderdrukt. Ik heb lang in een 'overlevingsstand' gestaan. Sinds zeven jaar heb ik een gelukkige relatie met Corné, waardoor mijn leven in een rustiger vaarwater terecht is gekomen. Ook Corné werd vaak geconfronteerd met bepaalde zaken vanuit mijn sociale omgeving, die hij niet begreep. Door deze situatie, in combinatie met sterk toenemende lichamelijke klachten zoals rugpijn, gewrichtspijn, dagelijkse hoofdpijn en een steeds kortere nachtrust, raakte ik in de loop van 2010 overspannen.

Voor mij is mijn ziekteperiode een van de moeilijkste, maar misschien ook wel leerzaamste periode uit mijn leven geweest. Het schrijven van dit boek heeft me, naast de therapie, geholpen om zo goed mogelijk te herstellen en het verleden een plaats te geven.

Dit boek kan mogelijk ook een steun en hulpmiddel zijn voor mensen die vergelijkbare jeugdervaringen hebben opgedaan en daarvan nog steeds last ondervinden.

Ik verwacht postuum geen excuses van de mensen die mij bepaalde zaken hebben aangedaan. Met die intentie heb ik dit boek niet geschreven. Ook is het niet mijn bedoeling bepaalde mensen een schuldgevoel te geven. Ik wil alleen inzicht bieden in welke mate bepaalde trauma's uit mijn jeugd een impact hebben gehad op mijn verdere leven en hoe ik dit heb beleefd en verwerkt.

Bewust zijn namen van bepaalde personen (waaronder familieleden, artsen en specialisten) veranderd.

Ik heb me altijd geplaatst gevoeld in een soort van slachtoffer-patroon. Iets wat ik nooit heb gewild, waartegen ik mij levenslang heb verzet en waarvan ik me wil ontdoen. Dit boek is een soort van 'coming out'. In dit boek beschrijf ik hoe ik alle trauma's uit mijn leven heb verwerkt en heb omgezet naar een positieve boodschap.

In 2011 heb ik een aantal uitzendingen gezien van het tv-programma 'Gepest'. Ik vind het

goed dat op de televisie meer aandacht wordt besteed aan het pesten van kinderen. Wat me opviel bij een aantal mensen die hun verhaal deden in dit programma, is dat ze emotioneel nog erg vastzitten in hun pestverleden. Voor sommigen is het moeilijk om hier vanaf te komen. Dat is ook begrijpelijk. Hun emotionele brein is niet meer in balans (hierop ga ik nader in in het hoofdstuk 'Uw brein als medicijn'). Mijn ervaring is dat je alleen kunt herstellen door het volgen van de juiste therapieën.

Ik geloof niet dat je je pestverleden achter je kunt laten door het opnieuw ontmoeten van degenen die je als kind hebben gepest. Wel denk ik dat het goed is om via de media de impact te laten zien van pesten op het leven van mensen en hoe dit zou kunnen worden voorkomen.

In het eerste deel van dit boek, beschrijf ik de weg die ik heb moeten doorlopen om tot de juiste diagnose te komen. Toch loopt een deel van de diagnosestelling ook door in het tweede deel en in de laatste hoofdstukken van dit boek. Het tweede deel van dit boek beschrijft belangrijke momenten tijdens de psychotherapie, de bezoeken aan de bedrijfsarts en andere behandelingen die ik heb gevolgd om zo goed mogelijk te herstellen. In het hoofdstuk 'Vervolg en oude valkuilen' beschrijf ik kort hoe het met me is gegaan na het volgen van de psychotherapie.

Na alle therapieën die ik heb gevolgd, bleef ik nog steeds hoofdpijn houden aan de rechterzijde van mijn hoofd. Per toeval ontdekte ik via het tijdschrift GDL (het tijdschrift van Goede – een Belgisch tijdschrift) de Atlasterapie. Deze behandeling heeft ervoor gezorgd dat mijn hoofdpijnklachten grotendeels zijn verdwenen.

In de nabeschuiving geef ik in 'De kluwenbol ontrafeld' nogmaals kort aan wat de oorzaken zijn geweest van zowel mijn psychische als lichamelijke klachten en welke behandelingen ik heb ondergaan. Daarna geef ik aan hoe ik nu terug kijk op mijn ouderlijk huis. Voorts plaats ik het Friese dorp Bantum in de tijd toen wij er woonden, het dorp waar ik als kind intensief ben gepest.

Ik ga kort in op IQ versus EQ en het belang daarvan voor de samenleving. In 'Relaties met vrienden' geef ik aan wat de impact van alle gebeurtenissen is geweest op mijn vriendschappen. Tot slot beschrijf ik enkele mensen uit mijn jeugd die in positieve zin nog altijd een stempel drukken op mijn leven. Het betreft mensen waaraan ik warme herinneringen koester. Het boek sluit ik af met een stukje over (intermenselijke) liefde. Het is een positieve boodschap en geeft kernachtig weer wat ik heb geleerd van de beschreven gebeurtenissen in dit boek en de mensen om mij heen.

Jozua

Deel I Diagnose

Een lange survivaltocht

Kliniek Berenstein

Het is 25 maart 2010. Ik heb samen met Corné een afspraak met dokter De Goede van Kliniek Berenstein in Arnhem voor de uitslag van de scan die is gemaakt van mijn rug. Ik voel me nerveus en gespannen. Vanaf mijn negende jaar heb ik bijna dagelijks hoofdpijn en vanaf mijn tweeëndertigste jaar ook steeds meer pijn in mijn rug. En dan vergeet ik nog bijna de vele gewrichtspijnen, die ik vooral in mijn puberteit, maar ook later had, waardoor ik vaak niet normaal kon slapen. De laatste paar jaar slaap ik nog maar een paar uur per nacht. Ook pijnstillers werken onvoldoende. Ik weet eigenlijk amper nog hoe ik mijn werk moet volhouden en heb ook geen energie meer voor hobby's. Iedere dag ben ik volkomen uitgeput van het werk. Ik heb mijn werkweek zo ingericht dat ik het allemaal net vol kan houden. Maandag en dinsdag werk ik de hele dag, woensdag alleen 's morgens om 's middags te rusten, zodat ik vervolgens donderdag de hele dag weer kan werken. Daarna alleen nog vrijdagochtend en dan begint het weekend. Iedere zondag ga ik naar de sauna om me op te laden voor de werkweek. Sociale contacten met familie en vrienden op een zo'n laag mogelijk pitje. Ik ben er te moe en gespannen voor. Het is de laatste jaren zelfs zo erg dat ik schrik als ik de burens tegenkom. Ik voel me doodmoe en schuldig en weet eigenlijk niet waarom. Ik heb het gevoel dat ik alles verkeerd doe en dat iedereen ontevreden over me is. Ik weet me eigenlijk geen raad. Wat is er toch mis?

Dokter De Goede is een rustige vriendelijke man van middelbare leeftijd. Hij vertelt ons dat er niks met mijn rug aan de hand is. De scan van mijn rug ziet er zelfs behoorlijk goed uit. Ook zegt hij dat ik me helemaal mag uitleven tijdens het wekelijkse sporten, zoals cardio en fitness, wat ik al ruim veertien jaar doe. Ik raak echter nog meer gespannen. Waar komen mijn klachten dan vandaan? Hoe kan het toch zijn dat ik bijna hele nachten wakker lig? Dokter De Goede haalt er een haptotherapeut bij, die ook verbonden is aan Kliniek Berenstein. Ik moet op mijn buik gaan liggen op een matras. Vervolgens laten ze me enkele oefeningen doen. Ze komen vrij snel tot de conclusie dat er behoorlijke spierspanning staat op mijn rug. Na deze oefeningen moet ik samen met de haptotherapeut naar een aparte kamer waar ik nog meer therapeutische oefeningen moet doen voor verdere diagnose. Hij legt me uit dat een dergelijke spierspanning niet veroorzaakt kan worden door het sporten, maar meestal het gevolg is van opgepropte en verborgen woedde. Hij vraagt me of ik ergens heel kwaad over ben. Corné kent me goed en weet wat er in mijn leven is gebeurd. Voor hem is het duidelijk en voor mij ook.

Ik schiet vol. Ja, ik ben boos, heel boos. Boos op mijn ouders, boos op mijn zus, boos op alle mensen die me hebben misbruikt en mishandeld in mijn jeugd. Boos op mijn moeder die tegen Corné heeft gezegd dat de in haar ogen slechte relatie tussen mij en mijn zus en veroorzaakt zou worden door het feit dat ik jaloers op mijn zus zou zijn, omdat zij een meisje was en ik niet. Boos over het feit dat ze ooit heeft beweerd binnen onze familie en haar vrienden dat ik jaloers zou zijn geweest op haar ex-mannen. Boos voor het onbegrip dat ik soms van mijn directe sociale omgeving krijg. Boos op mezelf omdat ik niet assertief genoeg ben, mijn grenzen niet goed kan stellen en dat ik altijd gelijk dicht klap als iemand

iets zegt wat me raakt en waarmee ik het niet eens ben. Boos op het feit dat ik altijd zo moe ben en zoveel lichamelijke klachten heb. Boos dat dit er na al die jaren van bezoeken aan diverse artsen als oorzaak uitkomt. Boos over het feit dat ik altijd geprobeerd heb het maximale uit het leven te halen, maar door omstandigheden nooit het gevoel heb gehad me te kunnen ontplooien op een wijze zoals ik dat graag zou willen. Ik heb het gevoel nooit een vrije keuze te hebben gehad, dat alles is bepaald door de omstandigheden in mijn leven. Dokter De Goede raadt me aan om haptotherapie te gaan volgen, waardoor ik zal leren meer naar mijn innerlijk gevoel te luisteren in plaats van alles rationeel weg te denken (iets wat kenmerkend is voor mensen met trauma's, heb ik later van mijn psychiater begrepen). Hij adviseert me ook om naar een psychiater, dhr. Koene te gaan.

Op 15 april 2010 heb ik een afspraak met dhr. Koene. Ik vertel hem kort en bondig een aantal voorvallen uit mijn jeugd. Dhr. Koene maakt me duidelijk dat hetgeen gebeurd is in mijn jeugd, veel te heftig en traumatisch is geweest. Ik ben volgens hem zowel lichamelijk als geestelijk mishandeld. Van een traumatische ervaring kunnen mensen jaren, en soms hun leven lang last hebben. Hij raadt me, net als dokter De Goede, ook haptotherapie aan, maar mocht dit niet voldoende resultaat geven, dan moet ik EMDR-therapie gaan volgen.

Haptotherapie

Op advies van mijn haptotherapeut besluit ik om het contact met mijn moeder voorlopig op een laag pitje te zetten. Dit is volgens hem beter voor de therapie.

Maandagavond belt mijn zus en vraagt hoe het met me gaat. Ik leg haar uit wat er aan de hand is. Mijn zus vertelt me dat ze ook grote problemen heeft gehad met haar jeugd en de situatie thuis. Ook zegt ze dat zich mishandeld voelt door mij. Ik begrijp niet waar ze het over heeft. Ik wordt inwendig boos en klap zoals gewoonlijk, gelijk dicht. Na een paar dagen besluit ik haar terug te bellen. Ik vraag haar wat ze nou precies bedoelt. Ze vertelt me dat ik voor mijn veertiende jaar een paar keer boos tegen haar zou zijn uitgevallen en haar zou hebben geslagen. Ik kan me dit niet meer herinneren. Het spijt me oprecht als dit is gebeurd. Dit is waarschijnlijk een onbewuste reactie van mij op haar geweest als gevolg van het feit dat ik zelf zo mishandeld ben geweest.

Ik vertel haar dat ik eigenlijk behoorlijk boos ben over het verhaal dat ik jaloers op haar zou zijn geweest in mijn jeugd omdat zij een meisje was en ik niet. Ik leg haar uit dat dit geheel niet waar is en dat ik eigenlijk heel boos ben dat mijn moeder dit soort zaken rondvertelt alvorens ze eerst met mij te bespreken. Ik voel me voortdurend onterecht in een kwaad daglicht geplaatst.

Mijn zus stelt voor dat zij contact opneemt met onze moeder om de situatie uit te leggen en haar te vragen om even geen contact met me op te nemen. Dat vind ik fijn en ga ermee akkoord.

Een dag later stuurt mijn zus me de volgende brief.

Hoi Jozua,

Het heeft me heel goed gedaan dat we elkaar gesproken hebben. Ik heb goede hoop dat de aanpak van de opgekropte woede in je kan helpen tegen de rugpijn. Ondanks dat ik je gekwetst heb, heb je toch naar mij geluisterd. Ook al is het uit je geheugen gewist, je hebt me serieus genomen en sorry gezegd. Daarmee is de zwakke schakel die ik jaren van mij naar jou gevoeld heb, weggenomen. Wat gebeurd is, is gebeurd, dat had ik je al lang vergeven. Natuurlijk had jij het ook nooit zo gewild. En nu voel ik dat de pijn hierover ook echt geheeld is. Erkenning is zo belangrijk, dat weet jij als geen ander. Dit onderwerp is wat mijn betreft bij deze afgesloten. Alleen wanneer jij hierover vragen hebt, bijvoorbeeld in het belang van je therapie, dan is dit

*bespreekbaar. Ik zal geen moeite meer hebben nu ik de pijn van mijzelf hierover niet meer voel. Dank je wel hiervoor. Ik wens je positieve kracht toe bij het loslaten van alle opgekropte woede die in je zit.
En onthoud altijd: je mag er zijn.*

Groetjes en veel liefde,

Adriana'

Een paar dagen later, ontvang ik van mijn moeder de volgende brief.

'Lieve Jozua,

Van Adriana hoorde ik dus je uitslag..... Ik vind het heel verschrikkelijk voor je, vooral ook omdat je al zo lang dit hebt en als dan blijkt dat ik de veroorzaker ben...., dat is wel heel, heel pijnlijk.

Ik voel me er verdrietig van en ik begrijp dat ik je alleen help door me niet te laten horen. Desalniettemin heb ik het gevoel je wel deze brief te schrijven. Ik zal je dus niet bellen, ik zal zeker veel aan je denken.

Eens zul je, hoop ik, alle verwijten die je tegen mij hebt, zeggen. Het zal niet gemakkelijk zijn, maar het zal wel de enige weg zijn voor contact tussen jou en mij.

Ik wens je veel sterkte. Ik ben blij dat je Corné hebt als steun en toeverlaat. En ik hoop dat dit de weg zal zijn om van je pijn verlost te raken.

Heel, heel veel liefde,

Oda'

Ik merk dat ik na het lezen van deze brief inwendig heel boos wordt omdat mijn moeder deze eigenlijk direct verstuurd heeft na het gesprek met mijn zus. Ik geef (via mijn zus) een grens aan en mijn moeder gaat er, zoals ze dat vaak doet, direct overheen. Een paar dagen later realiseer ik me dat ze het goed bedoelt, maar vind het nu toch wel nodig om haar eens een uitvoerige brief terug te sturen. Ik ben zo klein als ik was altijd bang voor haar geweest. Daardoor durf ik nauwelijks mijn grenzen aan te geven, en als ik dit wel doe, walst zij daar vaak volkomen over heen. Het lijkt me beter om mijn frustraties in eerste instantie maar eens op papier uit te werken. In een later stadium kunnen we er dan samen over praten. Ik heb eerst meer therapie nodig om te leren bij mezelf te blijven, om dingen rustig te kunnen zeggen en normaal voor mezelf op te komen. Ik schrijf haar de volgende brief terug:

'Hoi Oda,

Op 25 mei kreeg ik in Kliniek Berenstein de uitslag te horen van de scan. Gelukkig bleek die goed te zijn. Er waren geen afwijkingen gevonden en mijn rug bleek er juist heel goed uit te zien. Volgens de arts kan ik me echt uitleven tijdens het sporten. Dat was wel mooi. Maar waar komen dan die klachten vandaan? Hij heeft me samen met een haptotherapeut onderzocht. De pijn blijkt veroorzaakt te worden door verkrampde spieren en pezen. Vervolgens zijn Corné en ik samen met de haptotherapeut naar een andere kamer gegaan voor verder onderzoek. Ook ben ik op 27 mei nogmaals bij hem geweest. Hij ontdekte dat ik mijn spieren wel kan ontspannen en vroeg of er dingen in mijn leven zijn waar ik heel boos over ben. De wijze waarop mijn spieren verkrampen duiden daarop. Hij heeft me ook laten zien hoe de spieren binnen enkele minuten kunnen ontspannen. Zodra ik ga praten over wat me dwars zit, verkrampen de spieren onmiddellijk weer. Bij iedere nare herinnering gebeurt dit. Heel vervelend. Ik ga de komende maanden dan ook een therapie bij hem volgen om al mijn verborgen woede eruit te laten komen, zodat eindelijk de 'emmer' eens echt leeggegooid kan worden en in de hoop dat ik dan van al mijn klachten af kom.

Met Adriana heb ik hierover ook uitgebreid gepraat en verteld wat me naar haar toe dwars zat. Dat was goed. We hebben daardoor onuitgesproken zaken

naar elkaar recht gezet. Ook zou zij jou vragen, even geen contact met me op te nemen, omdat dit mijn frustraties verder kan aanwakkeren. Daarom was ik in eerste instantie boos toen er vrijdag al een brief van je in mijn bus lag. Ik heb hem bewust een dag laten liggen en heb hem pas zaterdag gelezen. Je bedoelt het goed. Je hebt alleen vaak niet in de gaten hoe je mijn grenzen overschrijdt. Ik had gevraagd even geen contact met me op te nemen en jij stuurt me gelijk een brief. Je gaat uit van wat volgens jou goed is zonder daarbij eerst stil te staan of dit ook voor mij goed is, terwijl het nu toch om mij moet gaan. Ik had je brief graag een week later gehad.

Waar ik eigenlijk al mijn leven lang moeite mee heb is het gevoel dat je in alles vaak jezelf centraal stelt net zoals Johan (mijn vader) dit deed vanwege zijn eigen werk (mijn vader is beeldend kunstenaar). Daarna komen je vrienden en dan pas de familie. Ik vind dat je vaak impulsief (en dus te ondoordacht) reageert waardoor je me vaak hebt gekwetst.

Als je bij ons langs wilt komen, kondig je dit vaak zeer kort van tevoren aan (de laatste twee keer een dag van te voren). Je houdt daarbij geen rekening met het feit dat Corné en ik bijna fulltime werken en ook ons programma hebben. Het gevolg is dat wij ons programma steeds moeten omgooien en aanpassen aan jou, terwijl jij degene bent die in wezen alle tijd hebt. Ik zou het fijner vinden als je je daarin voortaan wat bescheidener opstelt, ruimer van te voren belt en vraagt of het uitkomt.

Ik merk vaak aan je dat als ik moe begin te worden of hoofdpijn heb, jij daar automatisch op reageert door nog drukker en intensiever te worden, zoals laatst bijvoorbeeld bij het bekijken van die enorme hoeveelheid vakantiefoto's van je. Dit is voor mij geheel slopend, en het effect is dat ik uiteindelijk geheel niet meer kan luisteren en jij daar volgens mij onbewust geïrriteerd door raakt.

Als ik zaterdagochtend een muziekprogramma opzet op de tv dat we volgens mij beiden leuk vinden, wil jij graag een andere zender opzetten over boeddhisme. Het geeft mij het gevoel dat wat ik ook bedenkt, ik het niet goed doe en dat jij ook bij ons het liefst wilt bepalen wat we op de tv kijken en wat we doen. Ik krijg het daar benauwd van.

Er is een aantal zaken in mijn jeugd gebeurd waarmee je me diep hebt gekwetst. Ik werd enorm gepest in Bantum en vaak door groepen kinderen in elkaar geslagen op de lagere school. Je zegt dat je dit niet wist, terwijl een ieder in het dorp hiervan volgens mij op de hoogte was. Ik denk dat je je hier onbewust voor afsloot omdat je teveel met je eigen problemen zat en de ernst van de situatie niet onder ogen kon zien. Het was, en is, voor mij nog steeds heel moeilijk dat dit gebeurd is, zonder ooit het gevoel te hebben gehad dat jullie als ouders achter me stonden. Ik voelde me vogelvrij verklaard. Ook het feit dat je ons zelf diverse malen als kind hebt opgesloten in onze slaapkamers heeft daar geen goed aan gedaan. Ik kreeg steeds meer het gevoel ongewenst te zijn.

Mevr. Bakker (onze buurvrouw, die tevens met haar man een winkel runde in het dorp) heeft haar dochter ooit verteld dat er verschillende ouders uit het dorp waren die niet wilden dat hun kinderen met ons speelden, omdat wij al op zo'n jonge leeftijd seksuele voorlichting van je kregen. Ik vond dat heel erg om te horen, maar achteraf wel begrijpelijk. Ik denk dat je hier nooit bij hebt stilgestaan. Het heeft voor mij mijn seksuele ontwikkeling ook moeilijk gemaakt. Ook vind ik dat je hierin andere waarden en normen hebt dan ik. Ik vind dat je in dit soort zaken wel eens te ver bent gegaan. Ik was enkele jaren geleden ook totaal overrompeld met jouw vraag of ik het wel eens met mezelf deed. Dat zijn geen vragen die een moeder aan haar kind mag stellen. Hiermee overschrijd je de grenzen van persoonlijke intimiteit. Ik herinner me

de vakantie die ik samen met je naar Bulgarije maakte toen ik veertien was en jij verliefd werd op Roman (mijn ouders waren toen net een paar maanden gescheiden). Ik vond het prima en had er totaal geen moeite mee, totdat we een nacht in het appartement van zijn ouders waren en jullie lagen te vrijen terwijl ik in dezelfde kamer lag.

Ook ten tijde van Mohammed en Jeffrey (met deze mannen had mijn moeder na de scheiding van mijn vader achtereenvolgens begin jaren tachtig een relatie) bleef me weinig bespaard. Ik voelde me compleet opgejaagd. Mohammed wilde dagelijks met me naar een koffiehuis, terwijl ik (mede door mijn hoofdpijn) op mijn tenen liep voor het Vwo. Ik voelde me totaal niet veilig in huis en was bang dat hij ons zou vermoorden. Met Jeffrey werd het al niet veel beter. Ik had het gevoel dat hij van Adriana hield (achteraf bleek dat hij haar seksueel heeft misbruikt) en dat hij jou gebruikte voor je baan en je huis.

Toen ik ook nog eens seksueel misbruikt werd door een man die ik op straat ontmoette toen ik vijftien was, was ik volstrekt over mijn toeren. Jij zei indertijd dat ik niet geschikt was voor het klassikale schoolsysteem en dat ik naar een ander soort onderwijs moest. Ik heb later juist het klassikale systeem erg gemist. Een ieder normaal mens was in mijn situatie over de rooie gegaan en had niet goed kunnen functioneren op school. Dit kwam niet door een leersysteem, maar door alle spanningen thuis. Ik heb tante Doortje (dit was een zus van mijn overleden overgrootmoeder; zij betekende heel erg veel voor me) er nooit iets over verteld omdat ik dit haar wilde besparen. Maar vervolgens kon ik wel via haar horen dat jij haar verteld had dat ik jaloers zou zijn geweest op Mohammed en Jeffrey. Ik ben daar toen om jou te sparen niet op ingegaan, maar dit was complete kolder. Ik voelde me hierdoor niet gezien en gekwetst. Je vult bepaalde zaken gewoon in zonder aan me te vragen hoe het indertijd voor mij was. Zo hoorde ik onlangs van Corné dat de problemen tussen Adriana en mij veroorzaakt zouden worden

door het feit dat ik als kind jaloers op haar was omdat ze een meisje was. Ik schoot in de lach toen ik het hoorde. Ik snap niet hoe je er bij komt. Ik wil je nadrukkelijk vragen te stoppen met het invullen van bepaalde ideeën en deze vervolgens rond te vertellen. Hiermee kwets je me enorm. Vraag hoe ik iets heb beleefd, vul het niet zelf in!

Als je het leuk wilt hebben met ons dan zul je je ook meer in ons moeten verplaatsen. Wat vinden wij leuk om te doen? Wat voor soort mensen zijn wij? Pas dan kunnen wij met meer plezier naar je toekomen. Geef ons de ruimte. Laat ons zijn zoals we zijn. Werp ons geen boze blik toe als wij iets willen doen wat jij niet hebt gepland.

Dit is geen leuke brief voor je. Dat begrijp ik goed. Ik had graag gehad dat dit niet nodig was geweest. Het lijkt me goed dat we de volgende keer als we elkaar zien hierover praten. Ik heb ervoor gekozen in hoofdlijnen aan te geven wat er aan de hand is, zodat je er rustig over na kan denken. Ik wil niet dat je hier direct impulsief op reageert.

Jozud

Na een paar weken stuurt mijn moeder de volgende brief terug.

'Lieve Jozua,

Het lijkt mij goed een en ander op papier te zetten. Ik ben je dankbaar voor je brief, die voor mij natuurlijk niet gemakkelijk was.

Vooral heb ik de laatste dagen geprobeerd de tijd in Bantum te achterhalen. Ik zie dat ik me toen soms te weinig verplaatst heb in jouw kinderziel. Het doet pijn dat nu te zien, ik had waarschijnlijk dieper door moeten vragen, dan had ik beter geweten wat dat pesten daar inhield. Ik was er echter van

overtuigd dat als je je moeder 'nodig' had ten overstaan van een groep kinderen, het pesten, als ik weg was, nog erger zou worden (zo van: moet je je moeder er niet bij halen?).

Ik herinner me wel dat je op een schoolreis een keer was geslagen door de vader van Erik-Jan (ik herinner me dit voorval nog goed. Mijn klasgenootje Ronnie zat me uit te dagen en we stonden te bekvechten. De vader van Erik-Jan, caféhouder in ons dorp, kwam van achteren aan lopen en sloeg me ineens keihard met zijn vuist op mijn gezicht, terwijl ik niks had gedaan). Daar ben ik toen wel op afgegaan. Maar dat was anders, dat was een volwassene. En meester Kamertje (de toenmalige schoolmeester van Bantum) loog alleen maar. Dat ontdekten we ook veel later pas.

In die tijd was ik vast heel erg 'naar binnen gekeerd'. Later gebeurde het wel vaker dat mensen aan me vroegen: Wat is er, ben je boos? Maar dat is dan helemaal niet zo, alleen ben ik in mijn hoofd ergens mee bezig en trek mij even terug. Destijds had niemand mij nog op die verkeerde uitstraling geattendeerd. Als kind ben je natuurlijk bang van een boze blik, zeker van die van een ouder(e). En ik was in die tijd ook vaak heel moe, en dan werd dat waarschijnlijk nog erger.

Ik was er van overtuigd dat het enige echt goede voor kinderen een goed huwelijk was. Daar ging veel energie en tijd in zitten. Uiteindelijk blijkt dit juist ten koste van jou en Adriana te zijn gegaan. Ik hield en hou van jullie. Jullie waren zeer gewenste kinderen.

Ik hoop dat je, als ik 'mijn boze blik' heb, dat voortaan direct tegen mij zegt, dan kan ik daar misschien iets aan doen. Het voorkomt in ieder geval misverstanden.

Jij hoeft voor mij niet je best te doen. Ik vind jou prima zoals je bent. Ik heb altijd veel respect gehad voor hoe je je vooral in de periode voor Corné staande wist te houden en je ontwikkelde. Dat doet niet iedereen je na!

We gingen naar Bantum opdat jullie niet in een stinkstad op zouden groeien, opdat jullie buiten konden spelen (oorzaak o.a.: zelf was ik gelukkig als kind als ik buiten speelde , dat wilde ik jullie ook geven), maar het pakte anders uit. Ik had geen idee wat een dorps- negatief gezien in kon houden.

Jij hebt je dus heel alleen gevoeld. Je bent boos om wat ik je niet heb gegeven/ niet kon geven. Het spijt mij dat alles zo is gegaan. Voor mezelf weet ik dat ik alles altijd zo goed mogelijk trachtte te doen, met de kennis van dat moment natuurlijk, en als jonge moeder sta jezelf ook midden in het leven dat niet altijd even gemakkelijk is.

De periode in Leeuwarden (hier zijn mijn moeder, zus en ik na de scheiding van mijn ouders gaan wonen), was niet goed. Ik werd vreselijk verliefd en was blind voor de consequenties daarvan, zeker naar jullie toe. Dat was fout. Ik zie dat nu duidelijk, maar toen dacht ik dat allemaal goed aan te kunnen, hetgeen dus absoluut niet waar bleek te zijn. Vervolgens ging ik nog een keer de fout in door Jeffrey niet de deur te wijzen.

Ik zag te weinig hoe jij en Adriana er in stonden. Het spijt me heel erg dat dat allemaal zo gegaan is, maar het is niet anders. Ideale ouders bestaan niet, we zijn allemaal maar mensen. Ik ben dus ook absoluut geen ideale moeder, maar ik ben wel je moeder, ik hou van je, ik voel me diep verbonden met je, wat er ook is gebeurd. (Met vrienden is die diepe verbinding er nooit, dat kan niet, dus jij en Adriana komen echt wel op de eerste plaats).

Als laatste : ik kan alleen maar sorry zeggen voor de keren dat je je door mij gekwetst hebt gevoeld. Expres gebeurt dat natuurlijk nooit.

Ik hoop dat je een goede therapie krijgt. En dat je naar mij toe doet wat voor jou goed is.

Heel veel liefde, ook voor Corné,