

Tussen Schaduw en Hoop

Angela

Een waargebeurd verhaal

Hoofdstuk 1 ½ Geboren in onrust

Hoofdstuk 1 ½ Geboren in onrust

Mijn naam is Angela.

-

Ik ben 43 jaar oud terwijl ik dit schrijf.

Mijn verhaal begint eigenlijk al voordat ik geboren werd.

Mijn moeder dronk tijdens haar zwangerschap van mij. Later hoorde ik vaak dat ik daardoor verslaafd

geboren zou zijn. Als kind begreep ik daar natuurlijk niets van. Ik wist alleen dat mijn jeugd anders was

dan die van veel andere kinderen.

Mijn moeder was vaak eenzaam.

Mijn vader was er bijna nooit.

Later kwam ik erachter dat hij al vijf jaar een relatie had met een andere vrouw. Die vrouw zou later mijn

stiefmoeder worden. Maar toen ik klein was wist ik daar niets van.

Ik zag alleen een vader en een moeder.

En ik hield van allebei.

Ik had ook een broer, Martin.

Martin was tien jaar ouder dan ik en voor mij was hij de grote broer die alles wist en alles kon. Ik keek

tegen hem op.

Ondanks alle problemen thuis hield ik veel van mijn familie.

Mijn eerste herinneringen zijn een mengeling van mooie en moeilijke momenten.

Een van die herinneringen gaat over een blauw fietsje.

Ik was drie jaar oud en liep rond op een plek waar ik eigenlijk helemaal niet mocht komen.

Daar zag ik een prachtig blauw fietsje staan.

Ik vond dat fietsje geweldig.

In mijn hoofd had ik waarschijnlijk al besloten dat het van mij was.

Terwijl ik ermee bezig was, sloeg ineens een garagedeur dicht op mijn vinger.

Dat deed verschrikkelijk veel pijn.

Ik huilde zo hard als ik kon.

1

Jaren later werd het een familieverhaal.

Mijn bijnaam werd:

"Ouwe fietsendief."

En eerlijk gezegd moest ik daar later zelf ook om lachen.

Maar niet alle herinneringen uit die tijd waren grappig.

Er waren ook ruzies.

Veel ruzies.

Ik herinner me geschreeuw.

Ik herinner me spanning.

Ik herinner me dat ik vaak bang was zonder precies te weten waarom.

Mijn broer Martin kreeg soms slaag van mijn vader met een riem.

Ik was nog klein, maar ik herinner me de angst in huis nog goed.

Mijn moeder probeerde hem te beschermen.

Ze schreeuwde tegen mijn vader dat hij moest stoppen.

Tijdens $\frac{1}{2}$ van die ruzies werd mijn moeder van de trap geduwd.

Dat beeld ben ik nooit vergeten.

Toen ik vier jaar oud was gingen mijn ouders scheiden.

Voor een kind voelt zoets alsof de wereld ineens verandert.

Van de ene dag op de andere waren er twee huizen.

Twee gezinnen.

Twee levens.

Kort daarna trouwden mijn ouders allebei opnieuw.

Mijn moeder trouwde met Bertus, een rustige vrachtwagenchauffeur die bijna altijd vrolijk was.

Mijn vader trouwde met de vrouw met wie hij jarenlang een relatie had gehad.

Ik was nog maar een klein meisje.

2

Veel van wat er gebeurde begreep ik niet.

Ik wist alleen dat ik mijn moeder en vader allebei liefhad.

En dat ik wilde dat iedereen weer gelukkig werd.

Dat gebeurde niet.

Maar als kind blijf je hopen.

Misschien was dat wel mijn grootste kracht.

Dat ik ondanks alles bleef hopen dat het ooit beter zou worden.

Ik wist toen nog niet hoeveel er nog op mijn pad zou komen.

Ik wist niet dat ik nog vaak zou moeten verhuizen.

Ik wist niet hoeveel mensen ik later zou verliezen.

Ik wist niet dat ik ooit vanuit een tbs-kliniek mijn levensverhaal zou opschrijven.

Ik was gewoon Angela.

Een klein meisje dat probeerde haar plek te vinden in een wereld die vaak groter en

moeijker voelde
dan zijzelf.
3

Hoofdstuk 2 ½ Ouwe fietsendief

Hoofdstuk 2 ½ Ouwe fietsendief

Mijn eerste echte herinnering heeft de kleur blauw.

Niet het blauw van de lucht boven een zomerse dag.

Niet het blauw van water.

Maar het blauw van een kinderfiets.

Een klein fietsje met een glimmend stuur en banden die eruitzagen alsof ze nog nooit een

modderspoor hadden gezien.

Ik was drie jaar oud.

Tenminste, dat zeggen de verhalen.

Met herinneringen uit die tijd weet je het nooit helemaal zeker.

Soms vraag ik me af hoeveel ik zelf nog weet en hoeveel ik later zo vaak heb gehoord dat het inmiddels

mijn eigen herinnering is geworden.

Maar dat fietsje zie ik nog steeds voor me.

Alsof het gisteren was.

Het stond op een plek waar ik niet mocht komen.

Verboden terrein.

Dat waren woorden die volwassenen gebruikten.

Voor kinderen betekenen die woorden vaak iets heel anders.

Verboden betekent interessant.

Verboden betekent avontuur.

Verboden betekent dat daar waarschijnlijk iets bijzonders te vinden is.

En bijzonder was het zeker.

Daar stond het.

Midden in mijn kleine wereld.

1

Een blauw fietsje.

Ik weet nog dat de zon erop scheen.

Dat het stuur glom.

Dat ik bleef stilstaan om ernaar te kijken.

Het was waarschijnlijk helemaal geen bijzondere fiets.

Misschien was hij zelfs oud.
Misschien zat er roest op.
Maar in mijn herinnering zag hij eruit als de mooiste fiets van Nederland.
Kinderen denken eenvoudig.
Misschien dacht ik:
"Wat een mooie fiets."
Misschien dacht ik:
"Ik wil ook zo'n fiets."
Of misschien dacht ik helemaal niets en liep ik er gewoon naartoe omdat kinderen nu eenmaal nieuwsgierig zijn.
Voordat ik het wist stond ik vlakbij.
En toen gebeurde het.
Een zware garagedeur sloeg dicht.
Precies op mijn vinger.
De pijn kwam direct.
Zo'n pijn die je hele lichaam lijkt over te nemen.
Ik begon te huilen.
Niet een beetje.

2

Niet een paar tranen.
Nee, het soort huilen waarbij een kind er volledig van overtuigd is dat het einde van de wereld is
aangebrosen.
Achteraf moet het er waarschijnlijk behoorlijk komisch hebben uitgezien.
Een klein meisje.
Een blauw fietsje.
Een dikke vinger.
En een enorme hoeveelheid drama.
Mijn familie vond het in ieder geval een prachtig verhaal.
Jarenlang bleef het terugkomen op verjaardagen.
"Vertel nog eens over dat fietsje."
"Angela wilde vroeger al fietsen verzamelen."
"Onze kleine fietsendief."
En zo ontstond mijn bijnaam.
Ouwe fietsendief.
Als kind vond ik het verschrikkelijk.
Ik wilde geen fietsendief zijn.
Ik wilde serieus genomen worden.
Niet herinnerd worden aan een mislukte poging om een fiets te stelen toen ik drie was.

Maar zoals met veel dingen veranderde dat later.
Toen ik ouder werd begon ik er zelf ook om te lachen.
Eigenlijk hoorde die bijnaam gewoon bij mij.

3

Martin vond het vooral prachtig.
Mijn broer was tien jaar ouder dan ik.
Toen ik drie was, was hij al dertien.
In mijn ogen was dat ongeveer hetzelfde als volwassen zijn.
Hij gebruikte mijn bijnaam graag.
Vooral wanneer er visite was.
Dan keek hij me met een grijns aan en zei:
"Goed op je fiets letten hoor."

Of:

"Zet hem maar op slot als Angela in de buurt is."
Ik werd dan boos.
Of ik deed alsof ik boos was.
Want diep vanbinnen vond ik het eigenlijk ook wel grappig.
Martin was mijn held.
Dat klinkt misschien overdreven.
Maar voor een klein meisje is een broer van dertien bijna een superheld.
Hij wist dingen die ik niet wist.
Hij kon dingen die ik niet kon.
Hij mocht dingen die ik nog lang niet mocht.
Ik liep vaak achter hem aan.
Niet letterlijk altijd.
Maar wel in mijn hoofd.

4

Wanneer hij iets mooi vond, vond ik het ook mooi.
Wanneer hij iets grappig vond, wilde ik weten waarom.
Wanneer hij ergens enthousiast over was, werd ik dat ook.
Misschien is dat wat kleine zusjes doen.
Misschien hoort dat erbij.
Niet alle herinneringen uit die tijd zijn zo licht.
Ik herinner me ook spanning.
De sfeer in huis.
De stilte voor een ruzie begon.
De manier waarop stemmen langzaam harder werden.
Kinderen begrijpen misschien niet waar ruzies over gaan.
Maar ze begrijpen feilloos dat er iets niet klopt.
Ik wist vaak al hoe een avond zou verlopen voordat er $\frac{1}{2}$ woord was gezegd.
Aan de manier waarop een deur dichtging.

Aan voetstappen op de trap.
Aan de manier waarop iemand een kopje neerzette.
Ik leerde al jong om stemmingen te lezen.
Niet omdat iemand mij dat leerde.
Maar omdat het veilig voelde om voorbereid te zijn.
Toch was ik ook gewoon een kind.
Ik speelde buiten.

5

Ik verzamelde steentjes waarvan ik vond dat ze bijzonder waren.
Ik kon uren kijken naar insecten in het gras.
Ik maakte moddertaartjes.
Ik rende achter duiven aan alsof ik ooit snel genoeg zou worden om er $\frac{1}{2}$ te $\frac{1}{2}$ n te vangen.
Soms vergeet ik dat bijna.
Omdat moeilijke herinneringen vaak harder praten dan mooie.
Maar die mooie momenten waren er ook.
En ze verdienen ook een plek in mijn verhaal.
Wanneer ik nu terugdenk aan dat kleine meisje zie ik nieuwsgierigheid.
Ik zie een kind dat de wereld wilde ontdekken.
Een kind dat geloofde dat mensen goed waren.
Een kind dat dacht dat ouders alles konden oplossen.
Ze wist nog niet wat er allemaal zou gebeuren.
Niet dat haar ouders zouden scheiden.
Niet dat ze ooit door Londen zou lopen.
Niet dat ze ooit in Rome naar een onbekende gitarist zou luisteren.
Niet dat Parijs ooit drie jaar haar thuis zou worden.
Niet dat ze mensen zou verliezen van wie ze hield.
Ze kende alleen het hier en nu.
Een blauwe fiets.
Een pijnlijke vinger.
Een grote broer die haar plaagde.

6

En een bijnaam die een leven lang zou blijven bestaan.
Ouwe fietsendief.
En eerlijk gezegd vind ik dat nu eigenlijk wel een mooie bijnaam.

7

Hoofdstuk 3 ½ Martin

Hoofdstuk 3 ½ Martin

-

Mijn broer Martin was tien jaar ouder dan ik.

Toen ik drie was, was hij al dertien.

Voor een klein meisje is dat ongeveer hetzelfde als volwassen zijn.

Hij leek groot.

Sterk.

Onaantastbaar.

Hij wist dingen die ik niet wist.

Hij mocht dingen die ik niet mocht.

En hij kon dingen die ik nog niet kon.

Voor mij was hij een held.

Niet omdat hij beroemd was.

Niet omdat hij bijzondere dingen deed.

Gewoon omdat hij mijn grote broer was.

Dat was genoeg.

Ik keek tegen hem op.

Wanneer Martin ergens om moest lachen, wilde ik weten waarom het grappig was.

Wanneer hij muziek luisterde, wilde ik horen wat hij hoorde.

Wanneer hij boos was, voelde ik dat ook.

Wanneer hij verdrietig was, merkte ik dat vaak voordat hij iets zei.

Misschien omdat ik altijd goed ben geweest in het lezen van mensen.

Misschien omdat kinderen in onrustige huizen dat sneller leren dan andere kinderen.

Martin had zijn eigen leven.

1

Zijn eigen vrienden.

Zijn eigen problemen.

Maar voor mij bleef hij altijd gewoon mijn broer.

De jongen die er altijd was geweest.

De jongen die mij fietsendief noemde.

De jongen die mij soms plaagde en soms beschermde.

Ik herinner me gewone momenten.

En juist die gewone momenten mis ik nu het meest.
Samen televisie kijken.
Samen aan tafel zitten.
Samen lachen om iets stoms op televisie.
Dat soort herinneringen lijken klein.
Totdat iemand er niet meer is.
Dan blijken juist die kleine herinneringen goud waard te zijn.
Thuis was het niet altijd rustig.
Er waren spanningen.
Ruzies.

Geschreeuw.
En meestal kreeg Martin daar het meeste van mee.
Hij was ouder.
Hij had vaker een mening.
Hij kwam vaker voor zichzelf op.
En soms botste dat met mijn vader.

2

Ik herinner me de spanning in huis.
De stilte vlak voor een ruzie begon.
Mijn moeder die zich zorgen maakte.
Mijn vader die boos werd.
En Martin die daar middenin stond.
Soms kreeg Martin slaag.
Ik was nog klein.
Te klein om te begrijpen waarom.
Ik wist alleen dat ik het verschrikkelijk vond.
Ik wist alleen dat ik bang was.
Mijn moeder probeerde ons te beschermen.
Ze kwam voor Martin op.
Ze schreeuwde terug.
Ze weigerde stil te blijven wanneer haar kinderen pijn werd gedaan.
Dat bewonder ik nog steeds aan haar.
Als klein meisje begreep ik niets van de redenen achter de ruzies.
Ik zag alleen mijn broer.
Mijn grote broer.
En ik wilde dat het stopte.
Dat alles weer normaal werd.
Misschien is dat wat kinderen het liefste willen.
Niet speelgoed.

3

Niet cadeaus.

Maar rust.
Toen mijn ouders gingen scheiden veranderde er veel.
Ook voor Martin.
Niet alleen voor mij.
Kinderen dragen een scheiding vaak op hun eigen manier mee.
Soms zichtbaar.
Soms onzichtbaar.
De jaren gingen voorbij.
Martin werd ouder.
Ik werd ouder.
Ons leven veranderde.
Maar in mijn hoofd bleef hij altijd een beetje die grote broer van vroeger.
En toen kwam het nieuws dat niemand wil horen.
Martin overleed.
Twee $\frac{1}{2}$ ntwintig jaar oud.
Twee $\frac{1}{2}$ ntwintig.
Nog steeds voelt dat getal verkeerd.
Te klein.
Te jong.
Te vroeg.
Ik weet nog dat het voelde alsof de wereld even stil stond.
4
Alsof iemand een hoofdstuk uit mijn leven had weggerukt.
Mijn grote broer was weg.
Gewoon weg.
Het vreemde aan verlies is dat de wereld gewoon doorgaat.
Mensen gaan naar hun werk.
Auto's rijden voorbij.
De zon komt op.
De supermarkt gaat open.
Alsof er niets gebeurd is.
Terwijl jouw wereld volledig veranderd is.
Ik herinner me dat ik dacht:
Hoe kan de wereld gewoon doorgaan terwijl Martin er niet meer is?
Zijn kamer was leeg.
Zijn stem was stil.
Geen grapjes meer.
Geen plagerijen meer.
Geen "ouwe fietsendief" meer.
Alleen stilte.
En stilte kan soms harder binnenkomen dan geschreeuw ooit heeft gedaan.

Nu, zoveel jaren later, denk ik nog vaak aan hem.
Soms wanneer ik een liedje hoor.
Soms wanneer ik iemand zie die op hem lijkt.

5

Soms zomaar.
Uit het niets.
Dan zie ik hem weer voor me.
Mijn grote broer.
Mijn held van vroeger.
En heel even lijkt het alsof hij er nog is.
Misschien verdwijnen mensen nooit helemaal.
Misschien veranderen ze alleen van plaats.
Van naast je naar in je herinneringen.
Van een stem in een kamer naar een stem in je hoofd.
Wat ik wel zeker weet is dit:
Ik ben hem nooit vergeten.
En dat zal ook nooit gebeuren.
Want voordat Martin een herinnering werd, was hij mijn broer.
En dat blijft hij altijd.

6

Hoofdstuk 4 1/2 De riem

Hoofdstuk 4 1/2 De riem

Sommige herinneringen hebben geen beeld.

Ze hebben een geluid.

Een deur die te hard dichtvalt.

Voetstappen op de trap.

Een stem die ineens harder klinkt dan normaal.

Een stoel die verschuift over de vloer.

Ik denk dat iedereen die in een huis met veel ruzie is opgegroeid dat geluid herkent.

Dat moment waarop je voelt dat er iets gaat gebeuren nog voordat het gebeurt.

Ik was daar als kind verrassend goed in geworden.

Misschien wel 1/2 goed.

Mijn vader was niet altijd boos.

Dat is belangrijk om te zeggen.

Want herinneringen hebben de neiging om mensen tot 1/2 1/2n ding te maken.

Maar mensen zijn bijna nooit 1/2 1/2n ding.

Mijn vader kon ook lachen.

Hij kon grapjes maken.

Hij kon vriendelijk zijn.

Hij kon trots zijn.

Hij kon verhalen vertellen.

Hij kon gewoon mijn vader zijn.

Maar hij kon ook boos worden.

Heel boos.

1

En wanneer die boosheid kwam, voelde het alsof de temperatuur in huis veranderde.

Alsof de lucht zwaarder werd.

Alsof iedereen automatisch zachter ging praten.

Of juist helemaal niet meer praatte.

Martin kreeg daar meestal het meeste van mee.

Hij was ouder.

Hij had een mening.

Hij durfde soms terug te praten.
Hij was geen klein kind meer dat alles zomaar accepteerde.
En dat zorgde voor botsingen.
Ik herinner me niet meer precies waar ruzies over gingen.
Dat is vreemd aan herinneringen uit je jeugd.
Je vergeet de woorden.
Maar je onthoudt het gevoel.
Ik herinner me spanning.
Ik herinner me angst.
Ik herinner me mijn moeder die zich ermee bemoeide.
Ik herinner me Martin die boos werd.
En ik herinner me mezelf.
Klein.
Stil.
Kijkend.
Wachtend tot het voorbij was.

2

Mijn vader gebruikte soms een riem als straf.
Ik begrijp nu dat veel mensen zullen schrikken van die zin.
Voor mij was het toen gewoon iets wat gebeurde.
Kinderen zijn daar vreemd in.
Ze passen zich aan aan de wereld waarin ze leven.
Ze denken vaak dat hun wereld de normale wereld is.
Ik wist alleen dat ik het verschrikkelijk vond.
Ik wist alleen dat ik niet wilde dat Martin pijn had.
Ik wist alleen dat ik wilde dat iedereen stopte met schreeuwen.
Mijn moeder kwam voor hem op.
Altijd.
Ze schreeuwde terug.
Ze ging ertussen staan.
Ze verdedigde haar kinderen.
Daar heb ik altijd bewondering voor gehad.
Tijdens één van die ruzies werd mijn moeder van de trap geduwd.
Dat beeld ben ik nooit vergeten.
Niet omdat ik ieder detail nog weet.
Maar omdat sommige momenten zich vastzetten in je geheugen.
Alsof je hoofd besluit:
Dit mag je nooit vergeten.
Ik weet nog dat ik bang was.

3

Echt bang.

Niet de angst voor monsters onder het bed.
Niet de angst voor het donker.
Maar de angst dat volwassenen ineens niet meer veilig voelen.
Misschien was dat de eerste keer dat ik besepte dat grote mensen niet alles konden oplossen.
Dat ouders fouten maken.
Soms grote fouten.
Kinderen denken vaak dat hun ouders alles weten.
Dat ze sterk zijn.
Dat ze alles onder controle hebben.
Het moment waarop je ontdekt dat dat niet altijd waar is, verandert iets.
Ik begon al jong mensen te lezen.
Ik wist vaak al hoe een avond zou verlopen voordat er $\frac{1}{2}$ woord was gevallen.
Aan een blik.
Aan een zucht.
Aan een deur.
Aan stilte.
Vooral stilte.
Die waakzaamheid zou later nog lang bij mij blijven.
In relaties.
In vriendschappen.
Op straat.
4
Zelfs jaren later merkte ik soms dat ik automatisch kamers scande wanneer ik ergens binnenkwam.
Wie is boos?
Wie is verdrietig?
Wie is veilig?
Wie niet?
Dat leer je niet op school.
Dat leer je thuis.
En toch hield ik van mijn vader.
Dat klinkt misschien tegenstrijdig.
Maar liefde is vaak ingewikkelder dan mensen denken.
Hij was mijn vader.
Dat veranderde nooit.
Ik heb later geleerd dat je van iemand kunt houden en tegelijk pijn van die persoon kunt hebben gekregen.
Die twee dingen kunnen naast elkaar bestaan.
Hoe moeilijk dat soms ook is.

De ruzies werden steeds erger.
Mijn ouders groeiden uit elkaar.
Ik voelde dat zonder het echt te begrijpen.
Ik voelde alleen dat er iets kapotging.
Iets wat niet meer gemaakt kon worden.
Toen ik vier jaar oud was gingen mijn ouders scheiden.
Ik weet nog dat ik niet goed begreep wat dat betekende.

5

Scheiden was een groot woord voor een klein meisje.
Ik wist alleen dat papa niet meer thuis woonde.
Dat mama verdrietig was.
En dat niets meer hetzelfde voelde.
Volwassenen zeggen vaak:
"Kinderen zijn veerkrachtig."
Dat is waar.
Maar kinderen onthouden ook veel meer dan volwassenen soms denken.
Ik herinner me vooral het gevoel.
Het gevoel dat de grond onder mijn voeten ineens minder stevig was geworden.
Alsof de wereld die ik kende langzaam uit elkaar viel.
Ik wist toen nog niet dat dit nog maar het begin was.
Dat er nog meer afscheid zou volgen.
Meer verlies.
Meer verhuizingen.
Meer opnieuw beginnen.
Maar ergens tussen alle chaos zat ook een klein meisje dat bleef hopen.
Dat haar ouders misschien weer bij elkaar zouden komen.
Dat iedereen weer zou lachen.
Dat alles weer normaal zou worden.
Kinderen zijn goed in hopen.
Misschien beter dan volwassenen.

6

Misschien heeft die hoop mij uiteindelijk door meer heen geholpen dan ik ooit zal weten.

7

Hoofdstuk 5 ½ Twee huizen

Hoofdstuk 5 ½ Twee huizen

Na de scheiding veranderde alles.

Niet ineens.

Niet van de ene dag op de andere.

Maar langzaam genoeg om het pas te begrijpen wanneer het al gebeurd was.

Eerst stonden er ineens dozen in huis.

Daarna verdwenen er spullen.

Toen werd er gefluisterd wanneer ik binnenkwam.

En uiteindelijk was er opeens een huis minder.

Of eigenlijk een thuis minder.

Ik was vier jaar oud.

Vierjarige kinderen begrijpen geen scheidingen.

Ze begrijpen niet wat een huwelijk is.

Ze begrijpen niet wat vreemdgaan betekent.

Ze begrijpen niet waarom mensen die ooit van elkaar hielden elkaar ineens niet meer aankijken.

Ze begrijpen alleen dat papa weg is.

Mijn vader ging verder met de vrouw met wie hij al jaren een relatie had gehad.

Zij werd mijn stiefmoeder.

Dat woord alleen al vond ik vreemd.

Stiefmoeder.

Alsof iemand ineens een nieuwe rol kreeg in een verhaal waar ik niet om had gevraagd.

Mijn moeder vond ook opnieuw liefde.

Bertus.

Een rustige vrachtwagenchauffeur.

Een man met grote handen, een rustige stem en een lach die je niet behoefde te vertrouwen omdat hij

vanzelf vertrouwd voelde.

Voor het eerst maakte ik mee dat een man ook stil kon zijn zonder dat die stilte gevaarlijk voelde.

Dat klinkt misschien vreemd.

Maar er bestaan verschillende soorten stilte.
Er is de stilte voor ruzie.
En er is de stilte van rust.
Bertus hoorde bij die tweede soort.
Mijn vader woonde nu ergens anders.
Mijn moeder woonde ergens anders.
En ik hoorde ineens bij allebei.
En tegelijk soms bij geen van beiden.
Ik kreeg twee huizen.
Twee voordeuren.
Twee keukens.
Twee regels.
Twee werelden.
Bij mijn moeder voelde het anders dan bij mijn vader.
Niet beter of slechter.
Anders.
Bij mijn moeder was er Bertus.
De geur van koffie.
Verhalen over vrachtwagens.
Het geluid van een televisie die zacht op de achtergrond speelde.
De rust van gewone dagen.
Bij mijn vader voelde ik me vaak voorzichtiger.
Alsof ik altijd eerst moest kijken hoe de stemming was voordat ik wist wie ik die dag moest zijn.
Misschien herkennen veel kinderen van gescheiden ouders dat gevoel.
Dat je verschillende versies van jezelf hebt.
Een versie voor hier.
Een versie voor daar.
En ergens daartussen de echte versie die niet precies weet waar ze thuishoort.
Ik wilde niemand teleurstellen.
Niet mijn moeder.
Niet mijn vader.
Niet Bertus.
Niet mijn stiefmoeder.
Ik wilde dat iedereen gelukkig was.
Alsof dat de taak van een kind is.
Soms vertelde ik bij mijn moeder niet wat ik bij mijn vader had gedaan.
En bij mijn vader vertelde ik niet altijd wat ik bij mijn moeder had gedaan.
Niet omdat ik loog.
Maar omdat ik niemand verdriet wilde doen.
Ik wilde geen partij kiezen.

Ik wilde gewoon van iedereen houden.
De volwassen wereld bleek ingewikkelder dan de wereld van kinderen.
Veel ingewikkelder.
Toch waren er ook mooie momenten.
Dat vergeet ik soms bijna wanneer ik terugdenk aan vroeger.
Maar ze waren er wel degelijk.
Verjaardagen.
Zomerdagen.
Samen televisie kijken.
Samen eten.
Lachen om iets doms.
Gewone dingen.
Misschien zijn gewone dingen uiteindelijk wel het meest bijzonder.
Juist omdat je pas merkt hoe waardevol ze waren wanneer ze verdwenen zijn.
Ik begon langzaam te begrijpen dat mijn leven anders was geworden.
Niet slechter misschien.
Maar anders.
En anders is voor een kind soms al moeilijk genoeg.
Ik denk dat ik in die jaren ben begonnen met aanpassen.
Met kijken.
Met voelen.
Met proberen iedereen tevreden te houden.
Dat is vermoeiend voor een volwassene.
Laat staan voor een klein meisje.
Toch deed ik het.
Omdat kinderen vaak veel sterker zijn dan mensen denken.
En soms ook veel eenzamer.
Wanneer ik nu terugdenk aan die tijd zie ik een meisje met een kleine tas in haar hand.
Onderweg van het ene huis naar het andere.
Niet helemaal hier.
Niet helemaal daar.
Maar altijd onderweg.
Misschien begon mijn leven tussen werelden daar wel.
Tussen huizen.
Tussen mensen.
Tussen vertrekken en terugkomen.
Ik wist toen nog niet dat ik later door half Europa zou reizen.
Dat ik Londen zou zien.
Rome.
Parijs.

Dat ik jarenlang onderweg zou zijn.

Misschien begon dat gevoel van onderweg zijn niet in een trein of vliegtuig.

Misschien begon het al toen ik vier jaar oud was.

Met twee huizen.

En een klein meisje dat zich afvroeg waar thuis eigenlijk precies was.

Hoofdstuk 6 ½ Bertus

Hoofdstuk 6 ½ Bertus

Sommige mensen komen een kamer binnen en je voelt meteen hoe ze zijn.

Niet door wat ze zeggen.

Maar door hoe ze kijken.

Hoe ze lopen.

Hoe ze stil kunnen zijn zonder dat die stilte zwaar wordt.

Bertus was zo iemand.

Toen mijn moeder hem leerde kennen was ik nog jong.

Jong genoeg om niet precies te begrijpen wat verliefd zijn betekende.

Maar oud genoeg om te zien dat mijn moeder anders keek wanneer hij in de buurt was.

Rustiger.

Lichter misschien.

Alsof ze even vergat hoe moe ze eigenlijk was.

Bertus was vrachtwagenchauffeur.

Voor mij klonk dat als ½ van de spannendste beroepen ter wereld.

Terwijl andere kinderen droomden van brandweermannen of piloten, vond ik vrachtwagenchauffeurs

indrukwekkend.

Ze reden overal naartoe.

Zagen plaatsen die ik alleen van kaarten kende.

Sliepen soms honderden kilometers van huis.

Voor een kind was dat avontuur.

Wanneer Bertus thuis kwam van zijn ritten, rook hij vaak naar koffie, diesel en frisse buitenlucht.

Nog steeds denk ik soms aan die geur.

1

Het is vreemd hoe herinneringen werken.

Soms vergeet je complete jaren.

En soms blijft de geur van een jas je hele leven bij.

Hij vertelde verhalen over Duitsland.

Over Frankrijk.

Over parkeerplaatsen vol vrachtwagens.
Over chauffeurs die elkaar onderweg hielpen.
Ik hing aan zijn lippen.
Voor mij waren het verhalen uit een andere wereld.
Wat ik misschien nog het meest bijzonder vond was zijn rust.
Hij schreeuwde niet.
Hij sloeg niet met deuren.
Hij liep niet boos door het huis.
Hij was gewoon...
rustig.
Dat klinkt als iets kleins.
Maar voor mij voelde het groot.
Heel groot.
Ik denk dat ik voor het eerst ontdekte dat een man niet altijd luid hoefde te zijn om sterk te zijn.
Dat iemand niet boos hoefde te worden om gehoord te worden.
Dat veiligheid soms gewoon betekent dat je kunt ontspannen zonder dat je het doorhebt.
Bij Bertus hoefde ik niet voortdurend te kijken hoe iemand zich voelde.

2

Niet voortdurend de stemming in een kamer te lezen.
Ik kon gewoon kind zijn.
Soms dronk hij koffie aan tafel terwijl de radio zacht speelde.
Mijn moeder liep door het huis.
Ik speelde ergens op de vloer.
En voor even voelde alles normaal.
Gewoon normaal.
Dat zijn misschien wel de herinneringen die ik het meeste koester.
Niet de grote gebeurtenissen.
Maar de gewone dagen.
De dagen waarop niets gebeurde.
Omdat juist die dagen zo zeldzaam waren.
Mijn moeder lachte vaker in die tijd.
Dat herinner ik me goed.
Niet altijd.
Maar vaker.
En wanneer je moeder lacht, voelt de wereld als kind automatisch veiliger.
Ik denk dat Bertus veel voor haar betekende.
Misschien zelfs meer dan hij zelf ooit heeft geweten.
Hij probeerde nooit mijn vader te vervangen.
Daar ben ik hem nog steeds dankbaar voor.

Hij was gewoon Bertus.

3

Dat was genoeg.

Soms zat ik bij het raam te kijken wanneer zijn vrachtwagen de straat in reed.

Ik wist precies hoe het geluid klonk.

Ik wist precies hoe laat hij ongeveer thuis zou zijn.

Dat soort kleine zekerheden zijn belangrijk voor kinderen.

Ze geven houvast.

Misschien was Bertus voor mij wel zo'n houvast.

Niet omdat hij grote dingen deed.

Maar juist omdat hij dat niet deed.

Maar het leven had andere plannen.

Dat had het wel vaker.

Net wanneer ik begon te geloven dat rust misschien kon blijven, veranderde alles opnieuw.

Mijn moeder werd ziek.

Ernstig ziek.

Ik herinner me de gesprekken die stopten wanneer ik binnenkwam.

De blikken van volwassenen.

De stilte aan tafel.

Het gefluister.

Kinderen horen vaak niet wat er gezegd wordt.

Maar ze voelen precies wat er niet gezegd wordt.

Ik wist niet precies wat er aan de hand was.

4

Ik wist alleen dat ik bang was.

Bang om mijn moeder kwijt te raken.

Voor een kind is een moeder vaak de plek waar de wereld veilig voelt.

Het idee dat die plek misschien zou verdwijnen was ondraaglijk.

Er werd gesproken over ziekenhuizen.

Over onderzoeken.

Over rust houden.

Woorden die ik toen niet begreep.

Maar angst heeft geen woorden nodig om gevoeld te worden.

Op een dag hoorde ik dat ik tijdelijk ergens anders moest wonen.

Eerst bij mijn peetmoeder.

Later bij mijn vader en stiefmoeder.

Tot mijn moeder weer beter zou zijn.

"Tijdelijk."

Dat woord klinkt kort wanneer volwassenen het uitspreken.

Voor een kind kan tijdelijk voelen als voor altijd.

Ik weet nog dat ik mijn spullen inpakte.
Niet veel.
Een paar kleren.
Een paar kleine dingen die van mij waren.
Misschien een knuffel.
Dat weet ik niet meer zeker.

5

Wat ik wel weet is dat ik niet weg wilde.
Ik wilde bij mijn moeder blijven.
Ik wilde bij Bertus blijven.
Ik wilde thuis blijven.
Maar soms krijgen kinderen geen keuze.
Ze gaan waar volwassenen zeggen dat ze moeten gaan.
En hopen ondertussen dat alles weer goed komt.
Toen ik de deur achter me dicht hoorde vallen wist ik nog niet dat de komende
periode $\frac{1}{2}$ van de
moeilijkste uit mijn jeugd zou worden.
Ik wist alleen dat ik mijn moeder achterliet.
En dat voelde alsof ik een stukje van mezelf achterliet.

6

Hoofdstuk 7 ½ Weg van huis

Hoofdstuk 7 ½ Weg van huis

Ik weet niet meer precies hoe oud ik was toen ik mijn spullen moest pakken.

Jong genoeg om nog met een knuffel te slapen.

Oud genoeg om bang te zijn.

Mijn moeder was ziek.

Ernstig ziek.

Volwassenen gebruikten woorden die ik niet goed begreep.

Ziekenhuis.

Onderzoeken.

Rust.

Afwachten.

Woorden die voor volwassenen betekenis hebben, maar voor kinderen vooral klinken als slecht nieuws.

Ik weet nog dat mijn moeder moe leek.

Moeier dan anders.

Niet gewone moeheid.

Niet het soort moeheid dat verdwijnt na een nacht slapen.

Een diepere moeheid.

Alsof haar lichaam langzaam een gevecht voerde waar ik niets van begreep.

Ik was bang.

Niet omdat iemand tegen mij zei dat ik bang moest zijn.

Maar omdat kinderen voelen wanneer de wereld van volwassenen begint te wankelen.

Eerst ging ik naar mijn peetmoeder.

1

Ik kende haar natuurlijk wel.

Maar iemand kennen en ergens wonen zijn twee heel verschillende dingen.

Ik herinner me vooral het gevoel dat ik er niet echt hoorde.

Alsof ik een logj ½ was die iets te lang bleef.

Misschien was dat niet zo bedoeld.

Misschien zat het alleen in mijn hoofd.

Maar zo voelde het wel.

Kinderen voelen snel aan wanneer ze welkom zijn.
En misschien nog sneller wanneer ze dat niet zijn.
Ik probeerde zo min mogelijk lastig te zijn.
Ik ruimde mijn spullen op.
Ik maakte mezelf klein.
Ik probeerde onzichtbaar te worden.
Dat is iets wat ik later vaker zou doen.
Klein worden.
Niet opvallen.
Geen problemen veroorzaken.
Na een tijdje verhuisde ik opnieuw.
Deze keer naar mijn vader en stiefmoeder.
Daar woonde ook mijn stiefbroer.
En soms mijn broer Martin.

2

Ik had gehoopt dat het makkelijker zou zijn.
Dat was het niet.
Het huis voelde niet als mijn huis.
Mijn kamer voelde niet als mijn kamer.
Mijn leven voelde niet als mijn leven.
Ik miste mijn moeder.
Iedere dag.
Ik vroeg me af hoe het met haar ging.
Of ze aan mij dacht.
Of ze beter werd.
Of ik snel weer naar huis mocht.
Er werd veel over mijn moeder gesproken.
Niet altijd positief.
Dat vond ik moeilijk.
Want ik hield van haar.
Nog steeds.
Altijd.
Als kind wil je niet kiezen tussen mensen van wie je houdt.
Maar soms voelde het alsof ik moest kiezen.
Alsof liefde verdeeld moest worden.
Alsof er winnaars en verliezers waren.
Ik wist niet hoe ik daarmee om moest gaan.

3

Dus deed ik wat ik vaak deed.
Ik hield mijn mond.
Ik begon steeds meer dingen voor mezelf te houden.

Mijn verdriet.
Mijn angst.
Mijn vragen.
Misschien begon daar mijn gewoonte om alles alleen te dragen.
Soms zat ik op mijn kamer en keek ik uit het raam.
Ik stelde me voor dat mijn moeder beter was.
Dat ik weer thuis was.
Dat alles weer normaal was.
Kinderen zijn goed in fantaseren.
Gelukkig maar.
Soms is fantasie de enige plek waar je even kunt uitrusten.
Ik miste Bertus ook.
Zijn rustige stem.
Zijn verhalen over de vrachtwagen.
De gewone dagen.
De veiligheid die ik bij hem voelde.
Bij mijn vader voelde ik me vaak voorzichtig.
Niet altijd.

4

Maar vaak genoeg.
Alsof ik eerst moest voelen hoe de stemming was voordat ik wist wie ik die dag moest zijn.
Dat klinkt misschien vreemd.
Maar veel kinderen uit moeilijke gezinnen zullen het herkennen.
Je leert gezichten lezen.
Stemmen lezen.
Stiltes lezen.
Je leert voorspellen.
Niet omdat je dat wilt.
Maar omdat het veilig voelt om voorbereid te zijn.
Ik werd daar goed in.
Misschien wel te goed.
En toen kwam eindelijk het nieuws waar ik zo lang op had gewacht.
Mijn moeder werd beter.
Ik mocht weer terug naar huis.
Ik weet nog dat ik opgelucht was.
Echt opgelucht.
Alsof ik na maanden mijn adem eindelijk weer kon uitblazen.
Toen ik haar weer zag wilde ik haar eigenlijk alleen maar vasthouden.
Gewoon zeker weten dat ze er nog was.
Dat ze niet verdwenen was.

5

Voor een kind is thuis soms geen huis.

Geen straat.

Geen slaapkamer.

Soms is thuis gewoon $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ n persoon.

Voor mij was dat mijn moeder.

Toen ik weer bij haar en Bertus woonde voelde het alsof de wereld weer een beetje op zijn plaats viel.

Niet perfect.

Niet zorgeloos.

Maar beter.

Veel beter.

Toch was er iets veranderd.

Ik voelde het.

Ook al kon ik het toen nog niet uitleggen.

Ik had geleerd dat mensen ziek kunnen worden.

Dat mensen kunnen verdwijnen.

Dat thuis niet vanzelfsprekend is.

Dat veiligheid tijdelijk kan zijn.

Dat zijn grote lessen voor een klein meisje.

Misschien te groot.

Maar ik droeg ze vanaf dat moment met me mee.

Onzichtbaar.

Zoals kinderen dat vaak doen.

6

Wanneer ik nu terugkijk zie ik een meisje dat vooral moe was van afscheid nemen.

Moe van verhuizen.

Moe van wachten.

Moe van bang zijn.

Maar ik zie ook een meisje dat bleef hopen.

Dat haar moeder beter zou worden.

Dat alles goed zou komen.

Dat de wereld uiteindelijk toch een veilige plek zou blijken te zijn.

Misschien heeft juist die hoop mij mijn hele leven vergezeld.

Zelfs op momenten waarop ik dacht dat ik haar kwijt was.

Ze was er altijd nog.

Heel klein soms.

Maar altijd aanwezig.

Wachtend tot ik haar weer nodig had.

7

Hoofdstuk 8 ½ Nergens helemaal thuis

Hoofdstuk 8 ½ Nergens helemaal thuis

Toen ik weer terug bij mijn moeder en Bertus woonde, dacht ik dat alles weer normaal zou worden.

Kinderen denken vaak dat moeilijke periodes een duidelijk einde hebben.

Dat er een dag komt waarop alles weer wordt zoals vroeger.

Maar zo werkt het leven meestal niet.

Sommige dingen gaan voorbij.

Andere dingen blijven stilletjes met je meegaan.

Ik ging weer naar school.

Ik speelde weer buiten.

Van buiten zag mijn leven er waarschijnlijk vrij normaal uit.

Maar van binnen voelde ik me anders dan vroeger.

Voorzichtiger.

Alsof een deel van mij altijd op de uitkijk stond.

Ik begon steeds beter te worden in aanpassen.

Bij mijn moeder was ik anders dan bij mijn vader.

Op school was ik weer anders.

Bij vrienden weer anders.

Alsof ik voor iedere plek een andere versie van mezelf had.

Ik denk dat veel kinderen uit moeilijke gezinnen dat herkennen.

Je leert kijken wat mensen van je verwachten.

En vervolgens probeer je dat te worden.

Op school was ik niet het meisje dat veel problemen maakte.

1

Ik keek eerst de kat uit de boom.

Ik observeerde.

Wie hoort bij wie?

Wie is aardig?

Wie kun je vertrouwen?

Misschien deed ik dat al langer dan ik zelf doorhad.

Misschien was ik daar thuis al mee begonnen.

Soms voelde ik me ouder dan andere kinderen.

Alsof ik al dingen wist die ik eigenlijk nog niet had hoeven weten.
Dat volwassenen niet altijd blijven.
Dat huizen kunnen veranderen.
Dat veiligheid niet vanzelfsprekend is.
Ik voelde me daardoor soms anders.
Niet beter.
Niet slechter.
Gewoon anders.
Ik keek vaak naar andere gezinnen.
Gezinnen die samen boodschappen deden.
Samen op vakantie gingen.
Samen aan tafel zaten.
En ik vroeg me af of het daar echt zo rustig was als het eruitzag.
Misschien idealiseren kinderen andere gezinnen.

2

Misschien doen volwassenen dat ook.
Ondertussen bleef ik verhuizen.
Niet altijd letterlijk van huis naar huis.
Maar wel tussen werelden.
Tussen mijn moeder en mijn vader.
Tussen verwachtingen.
Tussen verschillende versies van mezelf.
Het gevoel van onderweg zijn begon langzaam een deel van mij te worden.
Alsof ik nergens helemaal hoorde.
Maar ook nergens helemaal niet hoorde.
Ik denk dat dat gevoel later een grote rol speelde in mijn leven.
Misschien daarom dat reizen mij zo aantrok.
Misschien daarom dat Londen, Rome en Parijs later zo vanzelfsprekend voelden.
Onderweg zijn kende ik al veel langer.
Er waren natuurlijk ook mooie momenten.
Vriendinnen.
Lachen op het schoolplein.
Zomerdagen die eindeloos leken te duren.
Fietsen zonder bestemming.
Het is belangrijk om die herinneringen niet kwijt te raken.
Want mijn jeugd bestond niet alleen uit moeilijke dingen.
Er waren ook gewone dagen.

3

En gewone dagen kunnen soms heel bijzonder zijn.
Toch bleef er ergens een onrust in mij zitten.
Een gevoel dat ik niet goed kon uitleggen.

Alsof ik voortdurend wachtte op slecht nieuws.
Alsof ik nooit helemaal durfde te geloven dat iets goeds zou blijven.
Dat gevoel zou later nog vaak terugkomen.
In relaties.
In vriendschappen.
In verlies.
In afscheid.
Maar toen wist ik dat nog niet.
Toen was ik gewoon Angela.
Een meisje dat probeerde haar plek te vinden.
Een meisje dat graag wilde dat mensen elkaar aardig vonden.
Een meisje dat hoopte dat morgen misschien iets makkelijker zou zijn dan vandaag.
En eerlijk gezegd denk ik dat ik dat meisje nog steeds een beetje ben.

4

Hoofdstuk 9 ½ De tienerjaren

Hoofdstuk 9 - De tienerjaren

Mijn tienerjaren kwamen niet langzaam.

Ze waren er ineens.

Alsof iemand op een ochtend besloot dat ik geen kind meer was.

Alleen voelde ik me helemaal niet volwassen.

Ik voelde me vooral onzeker.

Op school begon alles belangrijker te worden.

Vriendschappen.

Groepjes.

Wie populair was.

Wie erbij hoorde.

Wie niet.

Dat soort dingen lijken later klein.

Maar als tiener zijn ze enorm.

Ik hoorde er soms bij.

En soms ook niet.

Dat wisselde een beetje.

Ik was nooit het luidste meisje van de klas.

Nooit degene die overal middenin stond.

Ik keek liever eerst even hoe mensen waren.

Dat deed ik eigenlijk al mijn hele leven.

Ik was goed geworden in mensen lezen.

Misschien wel te goed.

Ik zag vaak al aan een gezicht hoe iemand zich voelde.

Ik hoorde het aan een stem.

Ik zag het aan een blik.

Soms voelde het alsof ik voortdurend antennes had uitstaan.

Altijd aan het scannen.

Altijd aan het opletten.

Dat is vermoeiend.

Maar wanneer je ermee opgroeit merk je dat zelf niet eens meer.

Het wordt gewoon normaal.

Ik begon meer muziek te luisteren.
Heel veel muziek.
Muziek was eerlijker dan mensen.
Muziek stelde geen vragen.
Muziek veroordeelde niet.
Muziek was er gewoon.
Sommige liedjes voelde alsof iemand precies begreep wat ik zelf niet kon uitleggen.
Verdriet.
Verwarring.
Eenzaamheid.
Hoop.
Alles zat ergens in muziek verstopt.
Ik droomde veel.
Over reizen.
Over vrijheid.
Over een leven waarin ik eindelijk rust zou vinden.
Soms stelde ik me voor dat ik later ergens anders zou wonen.
Een andere stad.
Een ander land misschien.
Een plek waar niemand mijn verleden kende.
Waar ik opnieuw kon beginnen.
Dat idee voelde prettig.
Alsof ergens op de wereld een plek bestond waar alles makkelijker zou zijn.
Misschien dromen veel jonge mensen daarvan.
Misschien had ik het alleen iets harder nodig.
Ik werd verliefd.
Zoals bijna iedereen ooit verliefd wordt.
Met vlinders in mijn buik.
Met slapeloze nachten.
Met uren nadenken over gesprekken die maar vijf minuten hadden geduurd.
Verliefd worden is prachtig.
Maar ook gevaarlijk.
Vooral wanneer je zo graag gezien wilt worden dat je vergeet goed naar jezelf te luisteren.
In het begin leek alles mooi.
Zoals dat vaak gaat.
Je ziet vooral het goede.
Je ziet vooral wat je hoopt te zien.
Langzaam veranderden dingen.
Eerst kleine dingen.
Daarna grotere dingen.

Boosheid.
Controle.
Jaloezie.
Woede.
In het begin zoek je excuses.
Hij heeft een moeilijke dag.
Hij bedoelt het niet zo.
Het komt wel goed.
Maar sommige dingen worden niet beter.
Sommige dingen worden alleen groter.
Ik begon mezelf kwijt te raken.
Voorzichtiger te worden.
Kleiner te worden.
Opnieuw bezig te zijn met stemmingen lezen.
Met voorspellen.
Met proberen ruzies te voorkomen voordat ze begonnen.
En opeens besepte ik iets verschrikkelijks.
Dit kende ik al.
Niet precies hetzelfde.
Maar het gevoel kende ik.
Dat gevoel van op je tenen lopen.
Dat gevoel van spanning in huis.
Dat gevoel van niet weten welke versie van iemand je vandaag tegenover je hebt.
Dat was het moment waarop ik begon te begrijpen dat ik weg moest.
Niet morgen.
Niet volgende maand.
Nu.
Dat besluit nam ik niet in $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ keer.
Mensen denken soms dat vertrekken $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ moment is.
Een deur dichttrekken.
Een tas pakken.
Maar meestal begint vertrekken veel eerder.
In stilte.
In twijfel.
In slapeloze nachten.
Tot er op een dag iets verandert.
Een klein moment.
Een gedachte.
Een gevoel.
En je weet:
ik kan hier niet blijven.

Ik was negentien jaar oud.
Ik had geen groot plan.
Geen stapel geld.
Geen zekerheid.
Alleen een enorm verlangen om weg te gaan.
Achteraf denk ik dat ik niet alleen voor iemand wegliep.
Ik liep ook ergens naartoe.
Vrijheid misschien.
Rust.
Of gewoon ademruimte.
Ik wist toen nog niet dat die beslissing mij naar Londen zou brengen.
Naar Hyde Park.
Naar Rome.
Naar Parijs.
En uiteindelijk weer terug naar Nederland.
Maar dat verhaal moest nog beginnen.
Op dat moment was ik gewoon een meisje van negentien.
Met een tas.
Een hoofd vol vragen.
En een leven dat op het punt stond volledig te veranderen.

Hoofdstuk 10 ½ De vlucht

Hoofdstuk 10 ½ De vlucht

-

De ochtend dat ik vertrok voelde vreemd.

Niet als een avontuur.

Niet als vakantie.

En ook niet als vrijheid.

Nog niet.

Het voelde vooral alsof ik geen andere keuze meer had.

Ik was negentien jaar oud.

Negentien is een leeftijd waarop veel mensen studeren, uitgaan of plannen maken voor de toekomst.

Ik was vooral bezig met weggkomen.

Ik had geen grote koffer.

Geen uitgewerkt plan.

Geen route die vastlag.

Alleen het gevoel dat ik moest gaan voordat ik mezelf helemaal kwijt zou raken.

De laatste weken voor mijn vertrek waren zwaar geweest.

Ik sliep slecht.

Ik dacht veel.

Misschien wel te veel.

Steeds opnieuw dezelfde vragen.

Blijven?

Of gaan?

Nog ½ 1/2n keer proberen?

Of accepteren dat sommige dingen niet beter worden?

Op een gegeven moment komt er een moment waarop je niet meer kiest tussen goed en slecht.

Maar tussen slecht en iets wat misschien beter wordt.

Dat was het moment waarop ik vertrok.

Ik weet nog dat ik achterom keek.

Niet lang.

Gewoon even.

Omdat afscheid nemen vreemd blijft.
Zelfs wanneer je afscheid neemt van iets wat je pijn doet.
Mensen denken vaak dat vertrekken oplucht.
Soms is dat zo.
Maar soms doet vertrekken ook pijn.
Omdat je afscheid neemt van wat had kunnen zijn.
Van verwachtingen.
Van dromen.
Van plannen die nooit werkelijkheid zijn geworden.
Tijdens de reis voelde ik voor het eerst in lange tijd iets wat op rust leek.
Geen echte rust.
Meer ademruimte.
Alsof er eindelijk weer zuurstof in mijn leven kwam.
Ik keek uit het raam.
Huizen werden kleiner.
Steden verdwenen achter mij.
Kilometers stapelden zich op.
En ergens voelde dat goed.
Voor het eerst in lange tijd hoefde ik niet meer voortdurend op te letten.
Niet meer wachten op ruzie.
Niet meer voorspellen hoe iemand zich zou voelen.
Niet meer nadenken over wat ik verkeerd zou kunnen doen.
Alleen dat voelde al als vrijheid.
In die periode luisterde ik veel muziek.
Meer dan ooit misschien.
Muziek was mijn reisgenoot geworden.
Mijn gedachten werden overstemd door gitaren, stemmen en teksten van mensen die ik nooit had ontmoet.
En toch begrepen zij mij soms beter dan de mensen om mij heen.
Er was $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ band waar ik bijzonder veel naar luisterde.
Hun muziek was er geweest tijdens moeilijke momenten.
Tijdens slapeloze nachten.
Tijdens dagen waarop ik niet wist hoe ik verder moest.
Soms voelt muziek alsof iemand een raam openzet in een kamer waar je al jaren zonder lucht zit.
Dat was die band voor mij.
Via een vrachtwagenchauffeur kreeg ik onverwacht een VIP-ticket voor een concert in Londen.
Nog steeds klinkt dat als iets uit een film.
Een vrachtwagenchauffeur.

Een VIP-ticket.

Londen.

Het paste eigenlijk helemaal niet in mijn leven.

En misschien juist daarom voelde het zo bijzonder.

Ik besloot te gaan.

Niet omdat ik wist wat ik daarna zou doen.

Maar omdat ik eindelijk eens "ja" wilde zeggen tegen iets moois.

Misschien was dat mijn eerste echte stap richting vrijheid.

Niet het weglopen zelf.

Maar het durven geloven dat er ergens ook nog mooie dingen op mij wachtten.

Toen ik voor het eerst de skyline van Londen zag, voelde ik iets wat ik lang niet had gevoeld.

Nieuwsgierigheid.

Spanning.

Verwachting.

Misschien was dit het begin van iets nieuws.

Misschien niet.

Maar voor het eerst in lange tijd maakte dat niet uit.

Ik was onderweg.

Echt onderweg.

En voor iemand die haar hele leven tussen huizen, mensen en herinneringen had geleefd, voelde dat

vreemd genoeg vertrouwd.

Ik wist niet dat Londen mijn leven zou veranderen.

Ik wist niet dat Hyde Park een herinnering zou worden die ik tientallen jaren later nog steeds bij me zou

dragen.

Ik wist niet dat Rome en Parijs nog op mij wachtten.

Ik wist alleen dit:

Ik was weg.

Ik leefde nog.

En voor het eerst in lange tijd voelde dat als iets om dankbaar voor te zijn.

Hoofdstuk 11 ½ Londen

Hoofdstuk 11 ½ Londen

-

Londen rook anders dan Nederland.

Dat was misschien wel het eerste wat me opviel.

Een mengeling van regen, uitlaatgassen, koffie en duizenden mensen die allemaal ergens naartoe

leken te moeten.

Alles bewoog.

Auto's.

Bussen.

Mensen.

Zelfs de lucht leek sneller te gaan dan thuis.

Ik stond even stil toen ik aankwam.

Gewoon om te kijken.

Naar de rode dubbeldekkers.

De zwarte taxi's.

De mensen die in allerlei talen met elkaar praatten.

Voor het eerst in lange tijd voelde ik me niet gevangen.

Ik voelde me klein.

Maar op een goede manier.

In een grote stad ben je ½ 1/2 n gezicht tussen miljoenen anderen.

Niemand kent je geschiedenis.

Niemand kent je fouten.

Niemand weet waarvoor je bent weggevlucht.

Dat voelde vreemd genoeg veilig.

1

Ik liep uren door de stad.

Niet omdat ik ergens moest zijn.

Maar omdat ik eindelijk weer nieuwsgierig was.

Nieuwsgierig naar gebouwen.

Naar mensen.

Naar straatmuzikanten.

Naar de wereld.

Ik keek omhoog naar gebouwen die ouder waren dan alles wat ik kende.

Ik luisterde naar talen die ik niet verstond.

Ik kocht goedkope koffie die veel te heet was.

En ik voelde me voor het eerst in jaren een beetje levend.

Het concert kwam steeds dichterbij.

Ik dacht er voortdurend aan.

Misschien omdat muziek al zo lang mijn toevlucht was geweest.

Misschien omdat dit meer voelde als een beloning dan als een concert.

Ik had een VIP-ticket.

Zelfs nu klinkt dat nog vreemd.

Ik, Angela, uit Nederland.

Met een VIP-ticket in Londen.

Soms gebeuren er dingen die niet lijken te passen bij het leven dat je tot dan toe hebt gehad.

De ochtend van het concert werd ik vroeg wakker.

Veel te vroeg eigenlijk.

2

Ik was zenuwachtig.

Zoals kinderen zenuwachtig zijn voor een schoolreisje.

Of voor kerstmis.

Ik weet nog dat ik uit het raam keek.

Londen werd langzaam wakker.

Mensen haastten zich alweer naar hun werk.

Taxi's reden af en aan.

De stad sliep nooit echt.

Ik probeerde te eten.

Dat lukte nauwelijks.

Mijn buik zat vol spanning.

En verwachting.

Later die dag vertrok ik richting Hyde Park.

Alleen die naam voelde al bijzonder.

Hyde Park.

Een plek waar zoveel mensen hadden gelopen.

Zoveel verhalen waren begonnen.

En vandaag liep ik daar ook.

Hoe dichterbij ik bij het terrein kwam, hoe meer mensen ik zag.

Mensen met bandshirts.

Mensen die lachten.

Mensen die dezelfde opwindning voelden als ik.

3

Voor het eerst in lange tijd voelde ik me onderdeel van iets.

Niet alleen.

Niet vreemd.

Niet anders.

Gewoon $\frac{1}{2}$ van de velen.

Ik herinner me het geluid van stemmen.

Van bierbekers die tegen elkaar tikten.

Van muziek die ergens in de verte werd getest.

Van een menigte die wachtte op iets moois.

En toen liep ik Hyde Park binnen.

Het gras.

De bomen.

De enorme open ruimte.

De zee van mensen.

Ik bleef even stilstaan.

Gewoon om het in me op te nemen.

Ik dacht aan thuis.

Aan alles wat ik achter me had gelaten.

Aan hoe klein mijn wereld soms had gevoeld.

En ineens stond ik hier.

In Londen.

Tussen duizenden mensen.

4

Het voelde onwerkelijk.

Alsof ik even in iemand anders zijn leven was terechtgekomen.

De zon brak door tussen de wolken.

Mensen begonnen te juichen.

Er gebeurde iets op het podium.

Technici liepen heen en weer.

Iedereen wist:

het gaat bijna beginnen.

Mijn hart ging sneller kloppen.

Niet van angst.

Van spanning.

Van blijdschap.

Ik denk dat ik op dat moment voor het eerst in jaren volledig in het hier en nu leefde.

Niet bezig met gisteren.

Niet bang voor morgen.

Alleen daar.

Alleen dat moment.

Misschien is dat wat muziek soms doet.

Je even teruggeven aan jezelf.
Toen gingen de lichten aan.
De eerste tonen klonken.
En de menigte begon te bewegen.

5

En voor het eerst in een heel lange tijd voelde ik iets wat ik bijna vergeten was.

Geluk.

Echt geluk.

Niet groot.

Niet perfect.

Maar echt.

En dat gevoel zou ik nooit meer vergeten.

6

Hoofdstuk 12 ½ Hyde Park

Hoofdstuk 12 ½ Hyde Park

Het vreemde aan mooie momenten is dat je vaak al voelt dat je ze nooit meer zult vergeten terwijl ze nog bezig zijn.

Dat gevoel had ik daar.

Midden in Hyde Park.

Tussen duizenden onbekenden.

Onder een Londense lucht die niet kon kiezen tussen zon en wolken.

De eerste noten klonken over het terrein.

Het geluid rolde als een golf door de mensenmassa heen.

Duizenden mensen begonnen tegelijk te juichen.

Ik voelde het letterlijk in mijn borstkas.

Niet alleen horen.

Voelen.

Ik keek om me heen.

Mensen lachten.

Mensen zongen.

Mensen hadden hun ogen gesloten alsof ze ergens anders waren dan in Londen.

Misschien waren ze dat ook.

Muziek brengt mensen soms naar plekken waar woorden niet kunnen komen.

Voor mij was dat niet anders.

De muziek bracht herinneringen mee.

Moeilijke herinneringen.

Maar ook goede.

1

Ik dacht aan mijn moeder.

Aan Martin.

Aan het kleine meisje met het blauwe fietsje.

Aan alle versies van mezelf die ik onderweg was geweest.

En toch voelde het niet verdrietig.

Niet die avond.

Die avond voelde alles licht.

Het podium leek gigantisch.
Lichten bewogen door de lucht.
Het publiek bewoog mee op de muziek.
En voor even voelde het alsof duizenden mensen tegelijk ademhaalden.
Ik herinner me vooral het gevoel van vrijheid.
Dat ik nergens bang voor hoefde te zijn.
Dat niemand iets van mij verwachtte.
Dat ik nergens naartoe hoefde.
Ik hoefde niet sterk te zijn.
Niet voorzichtig.
Niet op mijn woorden te letten.
Ik mocht gewoon bestaan.
Dat klinkt misschien klein.
Maar voor mij voelde het enorm.

2

Soms denk ik dat vrijheid niet betekent dat je kunt doen wat je wilt.
Misschien betekent vrijheid gewoon dat je even niet bang bent.
Ik weet nog dat ik omhoog keek naar de avondlucht.
Dat de eerste lampen aangingen.
Dat de stad langzaam veranderde van dag naar nacht.
De muziek werd harder.
Het publiek begon harder mee te zingen.
Zelfs mensen die elkaar niet kenden sloegen armen om elkaar heen.
Voor een paar uur bestond er geen verleden.
Geen toekomst.
Alleen muziek.
Ik zong mee.
Niet mooi waarschijnlijk.
Maar dat maakte niets uit.
Niemand luisterde naar mij.
Iedereen luisterde naar hetzelfde.
Misschien was dat het mooiste van die avond.
Dat ik voor het eerst in lange tijd niet anders voelde dan andere mensen.
Niet beschadigd.
Niet verdwaald.
Niet alleen.
Gewoon iemand tussen duizenden anderen.

3

Soms kan ik 'n avond meer doen dan jaren van uitleg.
Die avond gaf mij iets terug wat ik ergens onderweg kwijt was geraakt.
Het gevoel dat de wereld groter was dan mijn problemen.

Dat er nog mooie dingen bestonden.
Dat het leven niet alleen uit verlies bestond.
Toen het laatste nummer begon, wist iedereen het.
Dit was het einde.
Je voelde het in de sfeer.
In de stilte tussen de noten.
In de manier waarop mensen probeerden ieder moment vast te houden.
Ik weet nog dat ik dacht:
Nog niet.
Nog $\frac{1}{2}$ n nummer.
Nog vijf minuten.
Nog even blijven.
Maar mooie dingen eindigen soms juist omdat ze mooi zijn.
Toen de laatste tonen verdwenen bleef de menigte nog even staan.
Alsof niemand de eerste wilde zijn die toegaf dat het voorbij was.
Langzaam begonnen mensen weg te lopen.
Groepjes vrienden verdwenen richting de uitgang.
Lachend.
Pratend.
4
Napraten over wat ze net hadden gezien.
Ik bleef nog even staan.
Alleen.
Kijkend naar een podium dat langzaam donker werd.
Misschien nam ik niet alleen afscheid van een concert.
Misschien nam ik afscheid van een versie van mezelf.
De versie die alleen nog maar bezig was geweest met overleven.
Die avond voelde als een begin.
Niet van een oplossing.
Niet van een gelukkig einde.
Maar van een mogelijkheid.
Toen ik Hyde Park uiteindelijk verliet, was Londen veranderd.
Of misschien was ik veranderd.
De straten waren donker geworden.
Lichten weerspiegelden in nat asfalt.
Taxi's reden voorbij.
Mensen lachten buiten café's.
De stad leefde verder alsof er niets bijzonders was gebeurd.
Maar voor mij was er wel iets gebeurd.
Iets kleins misschien.
Iets onzichtbaars.

5

Maar echt.

Voor het eerst in jaren geloofde ik weer dat mijn leven misschien groter kon zijn dan mijn verleden.

Dat idee was nieuw.

En eerlijk gezegd ook een beetje eng.

Maar het was er.

Ik liep door de Londense nacht met het geluid van de muziek nog in mijn hoofd.

En voor het eerst in lange tijd keek ik niet achterom.

Ik keek vooruit.

Al wist ik nog niet waarheen.

Een paar dagen later zou ik vertrekken richting Italië ½.

Naar Rome.

Naar hitte.

Naar straatmuzikanten.

Naar een man met een gitaar die ik nooit meer zou vergeten.

Maar dat wist ik toen nog niet.

Ik wist alleen dat Hyde Park altijd een deel van mij zou blijven.

En dat is nog steeds zo.

6

Hoofdstuk 13 ½ De weg naar Rome

Hoofdstuk 13 ½ De weg naar Rome

-

Na Londen voelde het alsof ik weer kon ademhalen.

Niet omdat mijn problemen verdwenen waren.

Die zaten nog steeds in mijn koffer, ergens tussen mijn kleren en herinneringen.

Problemen reizen nu eenmaal gemakkelijk mee.

Maar toch was er iets veranderd.

De wereld voelde groter.

En ik voelde me kleiner.

Op een prettige manier.

Ik had geen strak plan.

Geen agenda.

Geen routeboek.

Alleen een richting.

Zuid.

Verder Europa in.

Verder weg van alles wat achter me lag.

Ik herinner me stations.

Veel stations.

Vertrekborden.

Mensen met koffers.

Mensen die ergens thuishoorden.

Mensen die opgehaald werden door familie of vrienden.

Ik keek daar vaak naar.

1

Niet uit jaloezie.

Meer uit nieuwsgierigheid.

Hoe zou dat voelen?

Iemand hebben die op je wacht.

Een plek hebben waar je altijd welkom bent.

Onderweg keek ik veel uit het raam.

Landschappen veranderden langzaam.

Steden maakten plaats voor velden.
Velden maakten plaats voor bergen.
En ergens onderweg merkte ik dat mijn schouders minder gespannen waren.
Voor het eerst in lange tijd hoefde ik niet voortdurend alert te zijn.
Geen ruzies.
Geen spanning.
Geen deuren die te hard dichtgingen.
Alleen het geluid van wielen op rails en onbekende stemmen op stations.
Er zit iets troostends in reizen.
Niemand verwacht iets van je.
Niemand vraagt wie je gisteren was.
Niemand kent je geschiedenis.
Je bent gewoon iemand die onderweg is.
Misschien hield ik daarom zo van reizen.
Misschien omdat ik me mijn hele leven al onderweg had gevoeld.

2

Toen ik uiteindelijk Italië ½ binnenreed veranderde het licht.
Dat klinkt vreemd.
Maar het is waar.
Het licht leek warmer.
Zachter.
Alsof de zon dichterbij stond.
Ik keek naar heuvels.
Naar kleine dorpjes.
Naar wasgoed dat buiten hing te drogen.
Alles voelde anders dan thuis.
En juist dat vond ik mooi.
Toen ik Rome voor het eerst zag, wist ik niet goed wat ik moest voelen.
De stad was enorm.
Druk.
Luid.
Levend.
Scooters schoten langs auto's heen alsof verkeersregels slechts suggesties waren.
Mensen praatten luid.
Terrassen zaten vol.
Overal hoorde je stemmen.
Lachende mensen.
Pratende mensen.
Levende mensen.

3

Ik voelde me tegelijkertijd heel alleen en helemaal niet alleen.

Een vreemd gevoel.
Maar een mooi gevoel.
Rome rook naar koffie.
Naar steen die de warmte van de dag vasthield.
Naar eten uit kleine restaurants waar mensen urenlang aan tafels bleven zitten.
Ik liep uren door de stad.
Langs gebouwen die ouder waren dan mijn hele land.
Langs fonteinen.
Langs kerken.
Langs mensen die haast hadden terwijl ik voor het eerst in lange tijd nergens hoefde te zijn.
Dat was misschien wel het grootste cadeau van die reis.
Tijd.
Geen verplichtingen.
Geen verwachtingen.
Geen toekomst die vandaag opgelost moest worden.
Alleen deze dag.
Alleen deze straat.
Alleen deze stad.
De hittegolf begon kort na mijn aankomst.
Zelfs 's nachts bleef de warmte tussen de gebouwen hangen.

4

De stenen straalden warmte uit alsof ze de zon niet wilden loslaten.
Overdag zocht iedereen schaduw.
Fonteinen werden ontmoetingsplaatsen.
Water werd belangrijker dan koffie.
En langzaam begon ik te begrijpen dat ik waarschijnlijk langer zou blijven dan ik oorspronkelijk had gedacht.
Ik had weinig geld.
Maar vreemd genoeg voelde dat niet als een ramp.
Ik had genoeg om te eten.
Genoeg om te drinken.
En een stad vol verhalen om doorheen te lopen.
Soms kocht ik een panini.
Soms een ijsje.
Soms allebei wanneer ik mezelf rijk voelde.
Ik begon gezichten te herkennen.
Mensen die ik vaker tegenkwam.
Straatmuzikanten.
Verkopers.

Andere reizigers.

De stad werd langzaam minder vreemd.

En toen, op een warme avond die begon zoals zoveel andere avonden, ontmoette ik een groep mensen

die mijn herinnering aan Rome voor altijd zouden veranderen.

Onder hen was een man met een gitaar.

5

Een man wiens muziek nog jaren later ergens in mijn hoofd zou blijven spelen.

Ook al wist ik zijn naam nooit.

Sommige mensen blijven in je leven zonder ooit echt binnengekomen te zijn.

Misschien was hij zo iemand.

6

Hoofdstuk 14 ½ De hittegolf

Hoofdstuk 14 ½ De hittegolf

De zomer in Rome was anders dan alles wat ik kende.

Niet gewoon warm.

Niet een paar graden te veel.

Het was het soort warmte dat overal zat.

In de straten.

In de gebouwen.

In de lucht.

Zelfs de nachten voelden warm aan.

Alsof de stad zelf de zon niet wilde loslaten.

Overdag zochten mensen de schaduw op.

Terrassen vulden zich pas laat op de avond.

Fonteinën werden ontmoetingsplaatsen.

Water werd belangrijker dan eten.

Ik liep veel.

Misschien wel te veel.

Maar lopen was gratis.

En bovendien leerde je een stad pas echt kennen wanneer je haar te voet ontdekte.

Ik liep langs oude gebouwen die er al stonden lang voordat Nederland bestond.

Langs kerken.

Langs pleinen.

Langs straatmuzikanten die speelden voor toeristen die haast hadden.

1

Soms ging ik ergens zitten om alleen maar te kijken.

Naar mensen.

Naar gesprekken in talen die ik niet verstond.

Naar kinderen die achter duiven aan renden.

Naar ouderen die urenlang op bankjes zaten alsof ze alle tijd van de wereld hadden.

Ik begon van Rome te houden.

Niet omdat het perfect was.

Maar omdat het leefde.

Ik had weinig geld.

Dat veranderde niet.
Mijn dagen bestonden vaak uit simpele dingen.
Een panini.
Een fles water.
Een ijsje als ik mezelf iets extra's gunde.
Het klinkt misschien arm.
Maar zo voelde het niet altijd.
Soms voelde het juist alsof ik minder nodig had dan ik ooit had gedacht.
Ik begon mensen te herkennen.
Een oude man die iedere ochtend dezelfde krant las.
Een vrouw die bloemen verkocht.
Een straatmuzikant die bijna iedere avond op dezelfde plek speelde.
Een stad wordt pas thuis wanneer je de gezichten begint te herkennen.

2

Misschien gebeurde dat langzaam met mij en Rome.
De hitte bleef ondertussen maar doorgaan.
De stenen van de gebouwen hielden de warmte vast.
Zelfs midden in de nacht voelde het alsof de dag nog niet helemaal voorbij was.
Op een avond liep ik zonder echte bestemming door de stad.
Dat deed ik wel vaker.
Ik liet mijn voeten beslissen waar ik uitkwam.
Zo kwam ik terecht bij een groep reizigers en zigeuners.
Mensen die leefden van dag tot dag.
Mensen die net als ik onderweg leken te zijn.
Ik kende niemand.
Zij kenden mij niet.
En toch mocht ik blijven zitten.
Dat vond ik bijzonder.
Soms zijn vreemden verrassend vriendelijk.
Er werd gepraat.
Gelachen.
Eten gedeeld.
Verhalen verteld.
Niet iedereen sprak dezelfde taal.
Maar vreemd genoeg leek dat niet uit te maken.

3

Er zijn momenten waarop mensen elkaar begrijpen zonder veel woorden nodig te hebben.
Dit was zo'n moment.
De avond werd langzaam nacht.
De warmte bleef hangen tussen de gebouwen.

Maar vanwege het gevoel.

Het gevoel dat de wereld soms onverwacht mooie momenten weggeeft aan mensen die ze hard nodig hebben.

Ik wist toen nog niet dat Parijs op mij wachtte.

Dat de mooiste zomers ook eindigen.

Dat vrijheid en eenzaamheid soms verrassend dicht bij elkaar liggen.

Ik wist alleen dat ik daar zat.

In Rome.

Onder een warme nachtelijke hemel.

Luisterend naar een gitaar die nog jarenlang in mijn herinneringen zou blijven spelen.

6

Hoofdstuk 15 ½ De man met de gitaar

Hoofdstuk 15 ½ De man met de gitaar

Sommige mensen verdwijnen uit je leven voordat je hun achternaam kent.
Soms zelfs voordat je hun voornaam kent.
En toch blijven ze je jarenlang bij.
De man met de gitaar was zo iemand.

De avond na onze eerste ontmoeting liep ik bijna automatisch terug naar dezelfde plek.
Niet omdat we iets hadden afgesproken.
Niet omdat ik wist dat hij er zou zijn.
Maar omdat sommige plekken na ½ ½n avond al vertrouwd kunnen voelen.

Rome was nog steeds warm.
Zelfs toen de zon al lang onder was, hing de hitte nog tussen de gebouwen.
De stenen hielden de warmte vast alsof ze bang waren de zomer kwijt te raken.

Toen ik dichterbij kwam hoorde ik de gitaar al.
Niet luid.
Niet opdringerig.
Meer alsof de muziek toevallig de lucht in was gewaaid.

Hij zat er weer.
Met dezelfde gitaar.
Dezelfde rustige houding.
Alsof hij nergens haast voor had.
Alsof de tijd voor hem iets heel anders betekende dan voor de rest van de wereld.

1
Ik ging zitten.
Niet te dichtbij.
Niet te ver weg.
Gewoon dichtbij genoeg om te luisteren.

Hij speelde zonder aankondiging.
Zonder applaus.
Zonder publiek te zoeken.
Hij speelde omdat hij speelde.
Misschien was dat juist waarom het zo mooi was.

Sommige muzikanten spelen noten.
Andere muzikanten vertellen verhalen.
Hij hoorde bij die tweede groep.

Ik herinner me dat ik dacht aan Martin.
Aan mijn moeder.
Aan thuis.
Aan dingen waar ik al weken niet meer aan had gedacht.

Dat was het vreemde aan zijn muziek.
Ze haalde dingen naar boven zonder dat het pijn deed.

Soms keek hij op van zijn gitaar en glimlachte hij even naar de mensen die luisterden.
Niet de glimlach van iemand die bewonderd wil worden.
Meer de glimlach van iemand die blij is dat muziek bestaat.

2
Die avonden begonnen langzaam een ritme te worden.
Overdag dwaalde ik door Rome.
's Avonds luisterde ik naar muziek.

Ik begon langzaam te begrijpen dat vrijheid niet altijd groot hoeft te zijn.
Soms is vrijheid gewoon weten dat je nergens verwacht wordt.
Dat je morgen zelf mag kiezen waar je naartoe gaat.

Voor iemand die haar leven lang had geprobeerd zich aan te passen aan anderen,
voelde dat bijna
onwerkelijk.

Ik weet niet meer hoeveel avonden ik daar heb gezeten.
Misschien vijf.
Misschien tien.
Misschien meer.

Op een avond vroeg iemand hem waarom hij niet beroemd was geworden.
Ik weet zijn antwoord nog bijna letterlijk.
Hij haalde zijn schouders op en zei:
"Dan zou ik minder tijd hebben om te spelen."

Ik vond dat een prachtig antwoord.

Misschien omdat ik voor het eerst iemand ontmoette die niet bezig leek te zijn met meer.

Meer geld.

Meer spullen.

Meer succes.

Hij leek tevreden met wat er was.

3

Dat maakte indruk op me.

Meer dan ik toen besepte.

Na een tijdje begon ik na te denken over verder reizen.

Niet omdat ik Rome zat was.

Integendeel.

Misschien juist omdat ik bang was om te lang te blijven.

Ik had inmiddels geleerd dat mooie dingen soms mooier blijven wanneer je ze op tijd loslaat.

De gedachte aan Parijs begon langzaam in mijn hoofd te groeien.

Parijs.

De stad van kunstenaars.

Van schrijvers.

Van muziek.

Van bruggen over de Seine.

Het klonk als een verhaal.

En misschien wilde ik op dat moment vooral deel uitmaken van een verhaal.

Mijn laatste avond in Rome ging ik nog $\frac{1}{2}$ keer luisteren.

Nog $\frac{1}{2}$ keer die gitaar.

Nog $\frac{1}{2}$ keer die warme lucht.

Nog $\frac{1}{2}$ keer dat gevoel van nergens te hoeven zijn.

Toen hij stopte met spelen bleef het even stil.

Niet ongemakkelijk stil.

4

Goede stilte.

De soort stilte die alleen na mooie muziek bestaat.

Ik heb afscheid genomen.

Niet uitgebreid.

Niet dramatisch.

Gewoon een paar woorden.

Een glimlach.

En dat was genoeg.

Ik heb hem nooit meer gezien.

Ik weet niet waar hij nu is.

Of hij nog speelt.

Of hij nog leeft.

Maar soms hoor ik ergens een gitaar en ben ik ineens weer terug in Rome.

Terug in die zomer.

Terug onder die warme lucht.

Terug bij een groep mensen die ik nauwelijks kende maar die mij voor even het gevoel gaven dat ik erbij

hoorde.

Misschien is dat wat reizen doet.

Je verzamelt geen plaatsen.

Je verzamelt stukjes van mensen.

En soms draag je die stukjes de rest van je leven met je mee.

Een paar dagen later vertrok ik naar Parijs.

5

Ik dacht dat ik er misschien een paar weken zou blijven.

Misschien een maand.

Ik had geen idee dat die stad uiteindelijk drie jaar mijn thuis zou worden.

En dat Parijs mij misschien wel meer zou veranderen dan alle steden daarvoor samen.

6

Hoofdstuk 16 ½ Parijs

Hoofdstuk 16 ½ Parijs

Toen ik in Parijs aankwam, voelde het anders dan Londen.

Anders dan Rome.

Londen had mij overweldigd.

Rome had mij omarmd.

Parijs deed iets anders.

Parijs keek eerst naar je.

Alsof de stad wilde weten wie je was voordat ze besloot wat ze van je vond.

Mijn eerste indruk was geluid.

Treinen.

Auto's.

Sirenes in de verte.

Mensen die haast hadden.

Mensen die nergens haast voor leken te hebben.

Alles tegelijk.

Ik stapte het station uit met weinig meer dan een tas, wat kleding en mijn eigen gedachten.

En eerlijk gezegd waren die gedachten soms al zwaar genoeg om mee te dragen.

Ik wist niet waar ik over een week zou slapen.

Niet waar ik over een maand zou zijn.

Ik wist alleen dat ik hier was.

In Parijs.

En dat was voorlopig genoeg.

1

De eerste dagen liep ik vooral.

Lopen was gratis.

En lopen gaf me het gevoel dat ik ergens naartoe ging, zelfs wanneer ik geen bestemming had.

Ik liep langs de Seine.

Langs bruggen die ik alleen uit films kende.

Langs straatverkopers die miniatuur-Eiffeltorens verkochten aan toeristen.

Langs kunstenaars die portretten tekenden van mensen die elkaar liefhadden.

Ik keek naar de stad zoals een kind naar een speelgoedwinkel kijkt.

Alles was nieuw.

Alles was interessant.

Soms ging ik ergens zitten om alleen maar te kijken.

Naar mensen die koffie dronken op terrasjes.

Naar gezinnen die voorbijliepen.

Naar geliefden die hand in hand over straat liepen.

Ik vroeg me vaak af waar ze vandaan kwamen.

Waar ze naartoe gingen.

Of ze gelukkig waren.

Misschien omdat ik zelf zo vaak niet wist waar ik thuishoorde.

Parijs heeft een vreemde manier van leven.

Mensen blijven langer zitten.

Praten langer.

2

Eten langzamer.

Alsof de stad voortdurend probeert tijd vast te houden.

Ik begon kleine rituelen te krijgen.

Een bepaald bankje.

Een bepaalde route langs de rivier.

Een straat waar altijd muziek klonk.

Langzaam werd de stad minder vreemd.

Ik begon gezichten te herkennen.

Een bloemenverkoper.

Een oude man met een hond.

Een vrouw die iedere ochtend dezelfde krant las op hetzelfde terras.

Dat zijn de momenten waarop een stad langzaam verandert in een plek.

En een plek langzaam verandert in iets dat op thuis lijkt.

Toch bleef er ook een andere kant.

De avonden.

Overdag kon ik mezelf verliezen in de drukte van de stad.

Maar 's avonds kwamen gedachten vaak terug.

Herinneringen ook.

Ik dacht aan mijn moeder.

Aan Bertus.

Aan Martin.

3

Aan Nederland.

Ik dacht aan de vraag die me al jaren achtervolgde:

Waar hoor ik eigenlijk thuis?

Soms keek ik naar de lichtjes op de Seine en probeerde ik me voor te stellen hoe

mijn leven eruit zou
zien over tien jaar.
Ik kon het me niet voorstellen.
Misschien omdat ik nooit zo ver vooruit had geleerd denken.
Wanneer je vooral bezig bent met vandaag halen, voelt tien jaar als een andere
planeet.
Ik had weinig geld.
Mijn dagen waren eenvoudig.
Een broodje.
Een koffie.
Soms een goedkope maaltijd wanneer het kon.
En toch voelde ik me niet ongelukkig.
Niet in het begin.
Integendeel.
Ik voelde vrijheid.
Echte vrijheid.
Niemand wist waar ik was.
Niemand verwachtte iets van me.
Niemand vertelde me wie ik moest zijn.

4

Voor het eerst in mijn leven mocht ik dat zelf uitzoeken.
Maar vrijheid heeft een schaduwkant.
En die schaduw heet eenzaamheid.
Dat ontdekte ik langzaam.
Eerst bijna ongemerkt.
Een stille avond hier.
Een lege dag daar.
Mensen kwamen en gingen.
Gesprekken begonnen en eindigden.
Gezichten verdwenen weer even snel als ze verschenen.
En soms voelde het alsof ik de enige stilstaande persoon was in een stad die
voortdurend in beweging
bleef.
Toch bleef ik.
Dag na dag.
Week na week.
Ik vertelde mezelf dat ik binnenkort verder zou reizen.
Nog een paar weken.
Nog een maand misschien.
Maar Parijs had andere plannen.
Zonder dat ik het doorhad begon de stad langzaam onder mijn huid te kruipen.

De bruggen.

5

De rivier.

De avonden.

De geluiden.

Ik begon van Parijs te houden.

Niet omdat het makkelijk was.

Maar omdat het eerlijk voelde.

Parijs deed nooit alsof het iets anders was dan het was.

En misschien had ik juist dat nodig.

Eerlijkheid.

Ik wist toen nog niet dat ik hier drie jaar zou blijven.

Dat ik winters zou meemaken die eindeloos leken.

Dat ik ziek zou worden.

Dat ik momenten zou meemaken waarop ik niet meer wist hoe ik verder moest.

Ik wist alleen dat ik in Parijs was.

En dat de stad en ik voorlopig nog niet klaar waren met elkaar.

6

Hoofdstuk 17 ½ Slenteren zonder bestemming

Hoofdstuk 17 ½ Slenteren zonder bestemming

Na een paar weken in Parijs begon ik de stad anders te zien.

Niet meer als toerist.

Niet meer als bezoeker.

Maar ook nog niet als inwoner.

Ik zat ergens ertussenin.

Net als zo vaak in mijn leven.

Mijn dagen kregen langzaam een ritme.

Niet omdat iemand dat van mij vroeg.

Maar omdat mensen ritme nodig hebben.

Zelfs wanneer ze denken dat ze volledig vrij zijn.

Ik werd vaak vroeg wakker.

Soms door het geluid van verkeer.

Soms door stemmen op straat.

Soms gewoon omdat mijn hoofd al wakker was voordat mijn lichaam dat was.

Ik liep veel.

Meer dan ik ooit eerder had gelopen.

Kilometers per dag.

Misschien tientallen kilometers.

Ik hield ze niet bij.

Ik liep gewoon.

Door smalle straatjes.

1

Over bruggen.

Langs de Seine.

Door parken.

Langs oude gebouwen die al generaties mensen hadden zien komen en gaan.

Lopen gaf rust.

Wanneer ik liep, dacht ik minder.

Of misschien dacht ik juist beter.

Ik begon vaste plekken te krijgen.

Een bankje waar ik graag zat.

Een straatmuzikant die ik regelmatig tegenkwam.
Een klein bakkertje waar het altijd naar vers brood rook.
Langzaam begon Parijs minder groot te voelen.
Niet omdat de stad veranderde.
Maar omdat ik veranderde.
Ik begon de stad te herkennen.
En misschien begon de stad mij ook een beetje te herkennen.
Soms kocht ik een broodje en ging ik uren bij de Seine zitten.
Kijken naar boten.
Naar toeristen.
Naar verliefde stelletjes die foto's maakten alsof de wereld alleen uit dat ene moment bestond.
Ik vroeg me vaak af hoe hun leven eruitzag.

2

Of ze gelukkig waren.
Of zij ook dingen met zich meedroegen die niemand kon zien.
Misschien doen meer mensen dat dan we denken.
Er waren dagen waarop ik me rijk voelde.
Niet door geld.
Niet door spullen.
Maar door tijd.
Door vrijheid.
Door een stad die iedere dag iets nieuws liet zien.
Maar er waren ook andere dagen.
Stille dagen.
Eenzame dagen.
Dagen waarop ik niemand sprak.
Dagen waarop de drukte van miljoenen mensen juist duidelijk maakte hoe alleen een mens zich kan voelen.
Eenzaamheid in een grote stad voelt anders dan eenzaamheid op een stille plek.
In een grote stad zie je voortdurend levens waar jij geen onderdeel van bent.
Gezinnen.
Vriendengroepen.
Stelletjes.
Mensen die ergens naartoe gaan waar iemand op hen wacht.
Soms deed dat pijn.

3

Meer dan ik wilde toegeven.
Ik begon ook mijn lichaam steeds meer te voelen.
Mijn voeten deden vaak pijn van het lopen.

Soms voelde het alsof iedere stap door mijn schoenen heen brandde.
Toch bleef ik lopen.
Omdat stilstaan soms moeilijker was dan doorgaan.
Na verloop van tijd ontstonden er blaren.
Eerst kleine.
Later grotere.
Op een gegeven moment waren sommige zo dik dat iedere stap pijn deed.
Ik herinner me nog hoe gelukkig ik kon zijn met een paar droge sokken.
Dat klinkt misschien vreemd.
Maar wanneer je weinig hebt, worden kleine dingen groot.
Nieuwe sokken konden voelen als een cadeau.
Een warme maaltijd als een feest.
Een droge plek om te zitten als luxe.
Parijs begon langzaam onder mijn huid te kruipen.
De geur van regen op warme stenen.
Het geluid van de metro onder de grond.
De straatmuzikanten bij de bruggen.
Soms dacht ik:
4
Misschien blijf ik hier nog even.
Nog een maand.
Nog een paar maanden.
Ik wist toen nog niet dat het uiteindelijk drie jaar zouden worden.
Drie jaren die mij zouden vormen.
Veranderen.
Breken.
En uiteindelijk ook sterker zouden maken.
Want terwijl ik langzaam van Parijs begon te houden, begon Parijs ook langzaam zijn moeilijkere kant te laten zien.
De winters.
De kou.
De vermoeidheid.
De eenzaamheid.
En ergens in de verte wachtte al een longontsteking die mijn leven tijdelijk volledig zou stilleggen.
Maar dat wist ik toen nog niet.
Toen liep ik nog gewoon.
Langs de Seine.
Door de stad.
Op zoek naar niets.

En misschien juist daardoor soms precies vindend wat ik nodig had.

5

Hoofdstuk 18 ½ De eerste winter

Hoofdstuk 18 ½ De eerste winter

De zomer verdween langzaam uit Parijs.

Niet in ½n keer.

Niet met een grote storm of een plotselinge kou.

Meer alsof de stad langzaam een andere jas aantrok.

De avonden werden korter.

De wind werd scherper.

De terrassen werden leger.

De bomen langs de Seine veranderden van kleur.

Eerst een beetje geel.

Daarna oranje.

Daarna bruin.

Bladeren dwarrelden over de stoepen terwijl de stad gewoon doorging alsof er niets veranderde.

Ik merkte het vooral aan de mensen.

In de zomer bleef iedereen buiten.

Mensen zaten op trappen.

In parken.

Aan het water.

De stad leefde buiten.

In de winter trok iedereen zich terug.

De ramen gingen dicht.

De deuren sloten zich.

1

Mensen verdwenen sneller naar binnen.

Parijs voelde ineens groter.

En kouder.

Ik liep nog steeds veel.

Misschien wel omdat ik niet wist wat ik anders moest doen.

Misschien omdat lopen inmiddels een gewoonte was geworden.

Misschien omdat stilzitten betekende dat mijn gedachten meer ruimte kregen.

Ik liep langs de rivier.

Door smalle straatjes.
Langs café's waarvan de ramen beslagen waren door de warmte binnen.
Soms bleef ik even staan om naar binnen te kijken.
Mensen die lachten.
Mensen die aten.
Mensen die ergens bij hoorden.
Ik voelde me dan soms een toeschouwer in plaats van een deelnemer.
Alsof ik naar het leven van andere mensen keek.
Dat gevoel kende ik al langer.
Maar in de winter werd het sterker.
De kou kroop langzaam overal in.
In mijn handen.
In mijn voeten.
2
In mijn schouders.
Zelfs de stad leek stiller te worden.
Ik begon moe te worden.
Niet alleen lichamelijk.
Ook van binnen.
De vrijheid waar ik in de zomer zo van had genoten voelde soms ineens anders.
Vrijheid en eenzaamheid lijken meer op elkaar dan mensen denken.
Soms is het verschil moeilijk te zien.
Ik dacht steeds vaker aan Nederland.
Aan mijn moeder.
Aan Bertus.
Aan Martin.
Aan thuis.
Of in ieder geval aan wat ooit thuis was geweest.
Toch wilde ik nog niet terug.
Niet omdat ik niet naar huis wilde.
Maar omdat ik niet wist waar thuis precies was.
Parijs had me veranderd.
Ik voelde dat.
Maar ik wist nog niet precies hoe.
Sommige avonden liep ik gewoon door de stad zonder bestemming.
3
Kijkend naar de lichtjes in het water.
Naar de bruggen.
Naar de mensen die haastig voorbij liepen met hun jassen dicht tegen de wind.
Er zat iets moois in die avonden.
Maar ook iets verdrietigs.

Misschien omdat grote steden je voortdurend herinneren aan hoeveel levens er bestaan waar jij geen deel van uitmaakt.

Ik begon steeds vaker dezelfde gezichten te zien.

De bloemenverkoper.

De man met de hond.

De straatmuzikant bij de brug.

Ook zij waren onderdeel van mijn Parijs geworden.

En misschien was ik onderdeel van hun Parijs geworden.

Gewoon een vrouw die vaak langsliep.

Die knikte.

Die soms glimlachte.

De dagen werden korter.

De nachten langer.

En langzaam begon ik te merken dat mijn lichaam protesteerde tegen het leven dat ik leidde.

Ik werd sneller moe.

Ik hoestte vaker.

Ik voelde me soms zwak.

4

Maar ik schonk er weinig aandacht aan.

Je denkt op die leeftijd dat je alles aankunt.

Dat je lichaam altijd wel weer herstelt.

Dat morgen vanzelf beter wordt.

Ik liep door.

Zoals ik altijd had gedaan.

Achteraf denk ik dat ik al signalen kreeg.

Dat mijn lichaam al probeerde te zeggen dat het genoeg was geweest.

Maar luisteren naar jezelf was iets wat ik nog moest leren.

Die winter leerde mij veel.

Over eenzaamheid.

Over vrijheid.

Over mezelf.

Maar de zwaarste les moest nog komen.

Een les die zou beginnen met een kuchje.

Een beetje vermoeidheid.

En een gedachte die bijna iedereen wel eens heeft:

"Het gaat vanzelf wel weer over."

Deze keer ging het niet vanzelf over.

5

Hoofdstuk 19 ½ De eerste koorts

Hoofdstuk 19 ½ De eerste koorts

-

In het begin was het maar een kuchje.

Niet meer dan dat.

Een droge hoest die af en toe opkwam wanneer ik door de koude lucht van Parijs liep.

Ik schonk er weinig aandacht aan.

Iedereen wordt wel eens verkouden.

Iedereen hoest wel eens.

Een paar dagen later voelde ik me moe.

Niet gewone moeheid.

Meer alsof iemand ongemerkt wat gewicht aan mijn schouders had gehangen.

Ik liep nog steeds door de stad.

Nog steeds langs de Seine.

Nog steeds door dezelfde straten.

Maar het kostte ineens meer moeite.

Ik vertelde mezelf dat ik gewoon beter moest slapen.

Meer moest eten.

Rustiger aan moest doen.

Morgen zou het vast beter gaan.

Morgen werd alleen geen betere dag.

De hoest werd erger.

Dieper.

Harder.

Soms moest ik zo lang hoesten dat mijn borst pijn begon te doen.

Daarna kwam de koorts.

Eerst dacht ik dat ik het me verbeeldde.

Dat ik het koud had door het weer.

Maar zelfs onder dekens bleef ik rillen.

Het vreemde aan koorts is hoe klein je wereld ineens wordt.

OKOh` 0D0~0Y0

Gisteren dacht je nog aan landen, steden en plannen.

Vandaag draait alles om een glas water en de vraag of je overeind kunt komen.
Ik werd wakker met nat haar van het zweten.
Mijn kleren voelden klam aan.
Mijn hoofd voelde zwaar.
Alsof iemand er zand in had gegoten.
Toch probeerde ik door te gaan.
Dat deed ik altijd.
Doorgaan was mijn specialiteit geworden.
Ik liep nog steeds naar buiten.
Kocht nog steeds eten.
Probeerde nog steeds te doen alsof het wel ging.
Maar mijn lichaam geloofde mij niet meer.
Lopen werd moeilijker.
Traplopen voelde alsof ik een berg beklom.
Zelfs ademen kostte moeite.
Ik herinner me nog dat ik op een bankje zat en dacht:
Waarom ben ik zo moe?
Ik ben negentien.
Negentienjarige mensen horen niet zo moe te zijn.
Maar mijn lichaam had inmiddels andere plannen.
De nachten werden het ergst.
De koorts kwam in golven.
Soms had ik het ijskoud.
Een uur later leek het alsof mijn huid in brand stond.
Ik sliep slecht.
En wanneer ik sliep droomde ik vreemd.
Verwarde dromen waarin Nederland, Parijs en herinneringen door elkaar liepen.
Ik begon gewicht te verliezen.
Mijn eetlust verdween langzaam.
Zelfs een simpel broodje voelde soms als een enorme opgave.
Er waren momenten waarop ik dacht dat ik misschien naar een dokter moest.
Maar ik had geen verzekering.
Geen vaste huisarts.
Geen vangnet.
Dus deed ik wat ik mijn hele leven al had gedaan.
Ik probeerde het zelf op te lossen.
Misschien leren sommige mensen al jong dat hulp vragen ingewikkeld is.
Misschien was ik zo iemand geworden.
Ik zei tegen mezelf dat het vanzelf wel over zou gaan.
Nog een paar dagen.
Nog een week.

Dan zou ik weer beter zijn.
Maar iedere dag voelde ik me slechter.
Niet een beetje slechter.
Echt slechter.
Mijn ademhaling werd zwaarder.
Mijn borst deed pijn wanneer ik hoestte.
Soms deed zelfs lachen pijn.
Ik begon langzaam bang te worden.
Niet voor de ziekte zelf misschien.
Maar voor het idee dat ik alleen was.
Ziek zijn is anders wanneer er niemand is die vraagt hoe het gaat.
Niemand die soep maakt.
Niemand die zegt dat het wel goed komt.
Dan wordt stilte ineens heel luid.
Soms luisterde ik naar de geluiden van de stad buiten.
Auto's.
Sirenes.
Voetstappen.
Het leven ging door.
Zoals het altijd doorgaat.
En ik lag daar.
Moe.
Koortsig.
Kijkend naar het plafond.
Wachtend tot mijn lichaam besloot om weer mee te werken.
Maar mijn lichaam had nog niet het laatste woord gesproken.
Niet eens bijna.
Wat begon als een kuchje zou uiteindelijk uitgroeien tot een zware longontsteking.
Een periode waarin zelfs ademhalen soms voelde als werk.
En waarin ik voor het eerst echt bang werd dat ik het misschien niet zou redden.

Hoofdstuk 20 ½ Twee maanden ziek

Hoofdstuk 20 ½ Twee maanden ziek

-

Ik weet niet meer precies op welke dag ik besepte dat dit geen gewone griep meer was.

Misschien was er geen duidelijke dag.

Misschien gebeurde het langzaam.

Zoals de meeste slechte dingen in het leven.

De hoest bleef.

De koorts bleef.

De vermoeidheid bleef.

En iedere ochtend werd ik wakker met de hoop dat het beter zou zijn.

Iedere ochtend bleek dat niet zo te zijn.

Mijn wereld werd kleiner.

Veel kleiner.

Waar ik eerst uren door Parijs liep, werd nu de afstand naar de bakker op de hoek een uitdaging.

Waar ik eerst zonder nadenken kilometers liep, moest ik nu soms stoppen om op adem te komen.

Ademhalen.

Het is iets waar mensen bijna nooit over nadenken.

Totdat het pijn doet.

Bij iedere diepe ademhaling voelde ik een stekende pijn in mijn borst.

Alsof mijn longen boos waren dat ik ze bleef gebruiken.

Hoesten deed pijn.

Lachen deed pijn.

1

Praten deed pijn.

Zelfs slapen hielp niet meer.

Ik herinner me nachten waarin ik wakker lag en luisterde naar mijn eigen ademhaling.

In.

Uit.

In.

Uit.

Controleren of het nog lukte.

Soms werd ik wakker omdat ik dacht dat ik geen lucht kreeg.

Dan ging ik rechtop zitten en wachtte tot mijn ademhaling weer rustiger werd.

De koorts bleef komen en gaan.

Dekens waren te warm.

Zonder dekens had ik het ijskoud.

Mijn lichaam leek niet meer te weten wat normaal was.

Ik zweette veel.

Meer dan ik ooit eerder had gedaan.

Soms werd ik wakker met natte kleding en nat haar.

Alsof mijn lichaam vocht tegen iets wat sterker was dan ikzelf.

Ik begon gewicht te verliezen.

Niet expres.

Mijn lichaam had simpelweg geen energie meer om honger te hebben.

2

Een broodje eten voelde soms als een enorme taak.

Sommige dagen leefde ik op water, thee en de hoop dat morgen beter zou zijn.

Maar morgen bleef steeds hetzelfde brengen.

Koorts.

Hoesten.

Moeheid.

Ik had geen verzekering.

Geen dokter die ik kon bellen.

Geen ouders die me kwamen ophalen.

Geen veilige plek om ziek te zijn.

Dat laatste vond ik misschien nog wel het moeilijkst.

Niet de pijn.

Niet de koorts.

Maar het alleen zijn.

Ziek zijn maakt mensen kwetsbaar.

En kwetsbaarheid voelt heel anders wanneer je niemand hebt om op terug te vallen.

Ik keek vaak naar buiten.

Naar Parijs dat gewoon doorging.

Mensen die haast hadden.

Mensen die lachten.

Mensen die leefden alsof ademhalen vanzelfsprekend was.

3

Ik was jaloers op ze.

Dat klinkt misschien vreemd.

Maar ik was jaloers op mensen die zonder nadenken een trap opliepen.
Op een dag probeerde ik weer een stukje te lopen.
Nog geen tien minuten later moest ik ergens gaan zitten omdat mijn benen trilden van vermoeidheid.
Dat was het moment waarop ik voor het eerst echt schrok.
Ik was negentien.
Negentienjarige mensen horen niet buiten adem te raken van een korte wandeling.
Ik begon me af te vragen of het ooit nog beter zou worden.
Twee maanden duurde het uiteindelijk.
Twee maanden waarin mijn wereld bestond uit koorts, hoesten en wachten.
En langzaam, heel langzaam, begon mijn lichaam terug te vechten.
De koorts kwam minder vaak.
De hoest werd minder zwaar.
Ademhalen deed iets minder pijn.
Niet veel minder.
Maar genoeg om het verschil te merken.
Ik herinner me nog de eerste ochtend waarop ik wakker werd en me een klein beetje beter voelde.
Niet gezond.
Niet sterk.
Maar beter.

4

Ik stond op en liep naar buiten.
De lucht voelde koud aan in mijn longen.
Maar deze keer deed het iets minder pijn.
Ik bleef even staan.
Ademde diep in.
En ademde weer uit.
Nooit eerder had iets zo gewoons zo bijzonder gevoeld.
Mensen beseffen vaak pas hoe waardevol iets is wanneer ze het bijna kwijt zijn geraakt.
Voor mij was dat ademhalen.
Langzaam kwam mijn kracht terug.
Heel langzaam.
Maar iets was veranderd.
Niet alleen in mijn lichaam.
Ook in mijn hoofd.
Voor het eerst in mijn leven had ik ervaren hoe kwetsbaar een mens werkelijk is.
Hoe snel alles anders kan worden.
Hoe weinig vanzelfsprekend gezondheid eigenlijk is.
Ik liep uiteindelijk weer door Parijs.

Langs dezelfde straten.

Langs dezelfde bruggen.

5

Langs dezelfde rivier.

Maar ik keek anders naar de wereld.

Rustiger misschien.

Dankbaarder ook.

Ik dacht dat ik de moeilijkste periode van mijn tijd in Parijs achter me had gelaten.

Ik had het mis.

Want de eenzaamheid bleef.

De vermoeidheid bleef.

En langzaam begon er iets anders te groeien.

Iets donkerders.

Iets wat niet in mijn longen zat.

Maar in mijn hoofd.

Dat zou uiteindelijk leiden naar een metrostation.

Een perron.

En een beslissing die mijn leven voorgoed zou veranderen.

6

Hoofdstuk 21 ½ Het perron

Hoofdstuk 21 ½ Het perron

-

Na de longontsteking liep ik weer door Parijs.

De stad was hetzelfde gebleven.

De bruggen stonden nog op dezelfde plek.

De Seine stroomde nog steeds door het midden van de stad.

De straatmuzikanten speelden nog steeds hun liedjes.

Alleen ik was veranderd.

Mijn lichaam was langzaam hersteld.

Mijn hoofd veel minder.

Ik begon steeds vaker moe te worden op een manier die moeilijk uit te leggen is.

Niet moe van lopen.

Niet moe van weinig slapen.

Een andere moeheid.

Een moeheid die ergens dieper zat.

Soms liep ik uren door de stad zonder echt te zien waar ik was.

Mijn voeten bewogen.

Mijn gedachten dwaalden.

Ik keek naar mensen die langs me heen liepen en vroeg me af hoe hun leven eruitzag.

Of zij gelukkig waren.

Of zij ook bang waren.

Of zij ook deden alsof het goed ging terwijl dat niet zo was.

Eenzaamheid heeft een vreemde manier van werken.

1

In het begin voelt het als stilte.

Later voelt het als gewicht.

En op een gegeven moment voelt het alsof je het overal met je meedraagt.

Ik begon me steeds vaker af te vragen waar ik eigenlijk naartoe ging.

Niet die dag.

Niet die week.

Maar in mijn leven.

Ik was negentien.
Maar soms voelde ik me veel ouder.
En soms juist veel jonger.
Ik dacht aan thuis.
Aan mijn moeder.
Aan Bertus.
Aan Martin.
Aan alles wat ik had achtergelaten.
En aan alles wat ik onderweg kwijt was geraakt.
Soms voelde het alsof ik nergens meer echt hoorde.
Niet meer in Nederland.
Niet helemaal in Frankrijk.
Niet in het verleden.
Niet in de toekomst.
Alleen ergens ertussenin.

2

Zoals zo vaak.
Op een dag stond ik op een metrostation in Parijs.
Ik herinner me het geluid van de aankondigingen.
Het geluid van remmende treinen.
Mensen die haast hadden.
Mensen die langs elkaar heen liepen zonder elkaar aan te kijken.
En ik herinner me vooral hoe moe ik was.
Niet boos.
Niet woedend.
Gewoon moe.
Moe van het vechten.
Moe van het dragen.
Moe van het altijd doorgaan.
Gelukkig zagen mensen om mij heen dat het niet goed met me ging.
Er werd ingegrepen.
En achteraf gezien ben ik daar dankbaar voor.
Ook al voelde dat op dat moment heel anders.
Soms heb je zelf niet meer door hoeveel hulp je nodig hebt.
Tot iemand anders het voor je ziet.
Die dag eindigde niet zoals ik had verwacht.
Hij eindigde met hulpverleners.
Met gesprekken.

3

Met vragen.
Met bezorgde gezichten.

Niet lang daarna werd ik opgenomen in het ziekenhuis Saint-Anne in Parijs.
Een gesloten afdeling.
Een plek waar ik nooit had gedacht terecht te komen.
Ik weet nog dat ik bang was.
Bang voor de deuren.
Bang voor de regels.
Bang voor mezelf misschien ook wel een beetje.
Maar achteraf denk ik dat ik op dat moment vooral iets anders nodig had.
Rust.
Veiligheid.
Mensen die zagen dat ik niet verder kon zoals het ging.
De eerste dagen herinner ik me niet goed meer.
Alles voelde traag.
Alsof de wereld achter glas zat.
Langzaam begon ik weer te eten.
Weer te slapen.
Weer een beetje te praten.
Niet veel.
Maar genoeg.

4

Soms keek ik uit het raam en dacht ik aan de stad buiten.
Aan de Seine.
Aan de bruggen.
Aan de straten waar ik zoveel uren had gelopen.
Parijs voelde ineens heel dichtbij en heel ver weg tegelijk.
En toen gebeurde er iets wat ik niet had verwacht.
Mijn vader kwam mij halen.
Onze relatie was niet altijd makkelijk geweest.
We hadden moeilijke jaren gehad.
Maar hij kwam.
Dat is wat ik me herinner.
Hij kwam.
Soms zijn liefde en ingewikkeldheid geen tegenpolen.
Soms bestaan ze naast elkaar.
Ik weet nog dat ik hem zag en dacht:
Ik hoef dit even niet alleen te doen.
Samen verlieten we Parijs.
De stad waar ik drie jaar had geleefd.
De stad waar ik vrijheid had gevonden.
Waar ik ziek was geweest.
Waar ik had gedwaald.

5

Waar ik bijna was verdwenen.

Ik keek nog $\frac{1}{2}$ keer naar buiten tijdens de terugreis.

Niet om afscheid te nemen.

Meer om dankjewel te zeggen.

Dankjewel voor de mooie momenten.

Voor de moeilijke lessen.

Voor de bruggen.

Voor de muziek.

Voor de zomeravonden.

Voor alles.

Ik wist niet wat er daarna zou komen.

Maar voor het eerst in lange tijd hoefde ik dat ook niet te weten.

Soms is het genoeg om alleen de volgende stap te zien.

En die volgende stap was naar huis.

6

Hoofdstuk 22 ½ Terug naar Nederland

Hoofdstuk 22 ½ Terug naar Nederland

De terugreis naar Nederland voelde langer dan de heenreis jaren eerder.

Misschien omdat ik toen ergens naartoe reisde.

En nu ergens vandaan kwam.

Dat zijn twee verschillende soorten reizen.

Ik zat naast mijn vader en keek uit het raam.

Landschappen trokken voorbij.

Velden.

Steden.

Stations.

Auto's op snelwegen.

Het leven van andere mensen.

Gewoon zoals altijd.

Mijn vader en ik praatten niet veel.

Dat hoefde ook niet.

Sommige stiltes zijn ongemakkelijk.

Andere stiltes voelen veilig.

Dit was zo'n veilige stilte.

Af en toe zei hij iets kleins.

Of ik iets wilde drinken.

Of het ging.

Of ik moe was.

1

Gewone vragen.

Maar op dat moment voelden gewone vragen als iets bijzonders.

Ik keek soms naar hem zonder dat hij het merkte.

Hij was ouder geworden.

Dat viel me ineens op.

Niet oud.

Maar ouder.

Alsof de jaren die ik weg was geweest ook op hem waren gaan zitten.

Ik vroeg me af of hij zich zorgen had gemaakt.

Of hij bang was geweest.
Of hij zich schuldig voelde.
Ik heb het nooit gevraagd.
Misschien omdat sommige vragen geen antwoorden nodig hebben.
Toen we Nederland binnenreden voelde dat vreemd.
Bekend en onbekend tegelijk.
Alsof ik terugkwam in een huis waar iemand ondertussen de meubels had verplaatst.
De lucht rook anders.
Dat klinkt misschien vreemd.
Maar ieder land heeft zijn eigen geur.
Nederland rook naar regen.
Naar gras.
Naar thuis.

2

En toch voelde thuis niet helemaal als thuis.
Niet meer.
Ik was niet meer hetzelfde meisje dat jaren eerder vertrok.
Londen had iets veranderd.
Rome had iets veranderd.
Parijs had iets veranderd.
En misschien had het leven dat vooral gedaan.
De eerste weken terug voelde ik me een beetje als een toerist in mijn eigen land.
Alles was bekend.
En toch niet helemaal.
Mensen vroegen soms hoe het was geweest.
Hoe Parijs was.
Hoe Frankrijk was.
En ik wist nooit goed wat ik moest antwoorden.
Moest ik vertellen over de Seine?
Over de straatmuzikanten?
Over de warme zomeravonden?
Of over de eenzaamheid?
De longontsteking?
Het ziekenhuis?
Soms bestaan er meerdere waarheden tegelijk.
Parijs was mooi.

3

Parijs was zwaar.
Allebei waren waar.
Mijn vader en ik vonden langzaam weer een manier om met elkaar om te gaan.

Niet perfect.
Niet zonder moeite.
Maar wel echt.
Soms dronken we koffie.
Soms praatten we over vroeger.
Soms juist helemaal niet.
Ik denk dat we allebei probeerden elkaar opnieuw te leren kennen.
Niet als vader en klein meisje.
Maar als twee mensen die allebei ouder waren geworden.
Ondertussen probeerde ik mijn eigen leven weer op te pakken.
Dat bleek moeilijker dan ik had gedacht.
Na jaren van onderweg zijn voelde stilzitten vreemd.
Bijna onnatuurlijk.
Ik miste de drukte van Parijs soms.
De geluiden.
De bruggen.
De eindeloze wandelingen langs de rivier.
En tegelijkertijd genoot ik van kleine dingen die ik jarenlang niet had gehad.

4

Een vaste plek.
Bekende gezichten.
Een deur die ik achter me dicht kon doen.
Langzaam begon ik weer plannen te maken.
Kleine plannen.
Geen grote dromen.
Nog niet.
Gewoon de volgende week halen.
Daarna de volgende maand.
En daarna weer verder kijken.
Ik dacht dat het moeilijkste achter me lag.
Dat Parijs mijn zwaarste hoofdstuk was geweest.
Dat ik het ergste wel had gehad.
Het leven dacht daar anders over.
Want de jaren die volgden zouden niet alleen mooie herinneringen brengen.
Ze zouden ook afscheid brengen.
Meer afscheid dan ik ooit voor mogelijk had gehouden.
Eerst Martin.
Daarna mijn moeder.
En uiteindelijk mijn vader.
Op dat moment wist ik dat nog niet.

5

Toen was hij gewoon mijn vader.
Zittend naast mij.

Onderweg naar huis.
En eerlijk gezegd was dat op dat moment genoeg.
6

Hoofdstuk 23 ½ Martin opnieuw verliezen

Hoofdstuk 23 ½ Martin opnieuw verliezen

-

Het vreemde aan verlies is dat het vaak al begint voordat iemand overlijdt.

Soms begint het met slecht nieuws.

Soms met een telefoontje.

Soms met een blik van een arts die probeert professioneel te blijven terwijl je eigenlijk het antwoord al ziet.

En soms begint het simpelweg met angst.

De angst dat iemand die altijd heeft bestaan misschien niet altijd zal blijven bestaan.

Voor mij was Martin nooit alleen mijn broer geweest.

Hij was mijn grote broer.

Mijn held van vroeger.

De jongen die mij ouwe fietsendief noemde.

De jongen die altijd ouder zou zijn dan ik.

Altijd groter.

Altijd sterker.

Als kind denk je dat grote broers niet doodgaan.

Eigenlijk denk je dat van iedereen van wie je houdt.

Martin hoorde bij de vaste dingen in mijn leven.

Net als mijn moeder.

Net als mijn vader.

Net als thuis.

En net als thuis bleek ook dat niet vanzelfsprekend te zijn.

1

Ik herinner me nog steeds hoe vreemd het voelde toen ik besepte dat hij echt ziek was.

Niet een griep.

Niet iets tijdelijks.

Echt ziek.

Het soort ziek waar mensen zachter van gaan praten.

Ik wilde het niet geloven.

Misschien geloofde ik het ook niet.

Niet echt.

Niet in het begin.

Mensen hebben vaak een soort stille hoop dat slechte dingen andere mensen overkomen.

Niet hun eigen familie.

Niet hun eigen broer.

Ik denk dat ik daar ook in geloofde.

Totdat ik dat niet meer kon.

De dagen werden ineens verdeeld in $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ het nieuws en $\frac{1}{2}$ het nieuws.

Een scheidslijn die je pas ziet wanneer je eroverheen bent gegaan.

Ik dacht veel aan vroeger.

Aan de grapjes.

Aan het plagen.

Aan de keren dat hij me aan het lachen maakte terwijl ik eigenlijk boos wilde blijven.

Ik dacht aan het blauwe fietsje.

2

Aan de bijnaam die hij me had gegeven.

Aan hoe vanzelfsprekend hij altijd onderdeel van mijn leven was geweest.

Soms zijn mensen zo vanzelfsprekend aanwezig dat je je nooit voorstelt hoe stilte zonder hen klinkt.

Toen kwam de dag waarop die stilte begon.

Martin overleed op twee $\frac{1}{2}$ twintigjarige leeftijd.

Twee $\frac{1}{2}$ twintig.

Zelfs nu voelt dat getal verkeerd.

Onvolledig.

Alsof er cijfers ontbreken.

Twee $\frac{1}{2}$ twintig jaar is geen leeftijd om te sterven.

Twee $\frac{1}{2}$ twintig jaar is een leeftijd om plannen te maken.

Om verliefd te worden.

Om fouten te maken.

Om te leven.

Ik herinner me nog dat ik dacht:

Dit klopt niet.

Er moet een vergissing zijn gemaakt.

Maar verlies luistert niet naar wat eerlijk voelt.

De dagen na zijn overlijden zijn voor een deel wazig geworden.

Mensen kwamen langs.

Er werd koffie gedronken.

3

Er werd gepraat.

Er werd gehuild.
En ergens tussendoor probeerde mijn hoofd te begrijpen wat mijn hart al wist.
Hij komt niet meer terug.
Dat is misschien wel de zwaarste zin in de Nederlandse taal.
Hij komt niet meer terug.
Ik herinner me de begrafenis.
De bloemen.
De stilte.
De mensen die hun best deden de juiste woorden te vinden.
Maar er bestaan geen juiste woorden voor sommige dingen.
Ik keek naar mensen die Martin kenden.
Vrienden.
Familie.
Bekenden.
Iedereen had zijn eigen Martin verloren.
Ik verloor mijn broer.
Iemand anders verloor een vriend.
Iemand anders een zoon.
Verlies heeft veel gezichten.
Na de begrafenis kwam de stilte.
4
De echte stilte.
Niet de stilte van een ceremonie.
Maar de stilte van een telefoon die niet meer gaat.
Een verjaardag die nooit meer gevierd wordt.
Een stoel die leeg blijft.
Dat zijn de momenten waarop verlies zich het hardst laat voelen.
Niet op de grote dagen.
Maar op gewone dinsdagen.
Soms hoorde ik een grap en dacht ik:
Dat moet ik straks aan Martin vertellen.
En dan kwam het weer terug.
Dat kan niet meer.
Dat soort momenten verdwijnen nooit helemaal.
Ze worden alleen zachter.
Zelfs nu, jaren later, denk ik soms dat ik hem ergens zie lopen.
In een menigte.
Op straat.
Een seconde lang.
En dan besef ik weer dat het niet kan.
Misschien is dat hoe liefde werkt nadat iemand gestorven is.

Je hoofd weet dat iemand weg is.
Maar je hart blijft soms nog even zoeken.

5

Ik mis hem nog steeds.
Niet iedere minuut van iedere dag zoals vroeger.
Maar op onverwachte momenten.
Bij een liedje.
Bij een herinnering.
Bij een grap die hij mooi had gevonden.
En soms hoor ik nog steeds zijn stem in mijn hoofd.
"Lekker bezig, ouwe fietsendief."
Dan glimlach ik.
En voor heel even voelt het alsof mijn grote broer er nog is.
Misschien is dat ook zo.
Op een andere manier.
Maar toch.
Want voordat Martin een herinnering werd, was mijn broer.
En sommige dingen veranderen nooit.

6

Hoofdstuk 24 ĩĵ ½ Mijn moeder

Hoofdstuk 24 ĩĵ ½ Mijn moeder

Mijn moeder was niet perfect.

Geen enkele moeder is dat.

Maar ze was mijn moeder.

En soms is dat alles wat ertoe doet.

Wanneer ik aan haar denk, denk ik niet eerst aan ziekte.

Niet eerst aan verdriet.

Ik denk aan kleine dingen.

Aan haar stem.

Aan haar lach.

Aan de manier waarop ze mijn naam uitsprak.

Ik denk aan koffie op tafel.

Aan gewone gesprekken.

Aan dagen die toen normaal leken en later kostbaar bleken te zijn.

Misschien is dat het vreemde aan herinneringen.

De grote gebeurtenissen vervagen soms.

Maar kleine dingen blijven.

Mijn moeder had geen gemakkelijk leven gehad.

Ze had veel meegemaakt.

Meer dan veel mensen ooit zullen weten.

En toch bleef ze doorgaan.

1

Soms vraag ik me af waar mensen die kracht vandaan halen.

Misschien uit liefde.

Misschien uit noodzaak.

Misschien uit allebei.

Ik weet nog dat ik haar als kind sterk vond.

Niet sterk zoals in films.

Niet onoverwinnelijk.

Maar sterk op een andere manier.

De soort kracht die iedere ochtend weer opstaat.

Die doorgaat.

Die zorgt.
Zelfs wanneer het moeilijk is.
De jaren gingen voorbij.
We werden ouder.
En ergens onderweg veranderde de verhouding tussen moeder en dochter
langzaam.
Ik werd volwassen.
Zij werd ouder.
Maar in mijn hoofd bleef ze altijd ook een beetje gewoon mama.
Toen kwam de ziekte.
Niet ineens.
Niet met iĳn grote gebeurtenis.
Meer als een schaduw die langzaam dichterbij kwam.

2

Onderzoeken.
Afspraken.
Wachten op uitslagen.
Nieuwe onderzoeken.
Nieuwe gesprekken.
Ik begon die woorden te haten.
Niet vanwege de woorden zelf.
Maar vanwege wat erachter schuilging.
Je probeert hoop vast te houden.
Zelfs wanneer je bang bent.
Misschien juist dan.
Ik herinner me gesprekken waarin we deden alsof alles normaal was.
Niet omdat we elkaar voor de gek wilden houden.
Maar omdat gewone gesprekken soms een vorm van verzet zijn tegen slecht
nieuws.
Je praat over het weer.
Over televisie.
Over eten.
Over kleine dingen.
Terwijl iedereen weet dat er grotere dingen in de kamer aanwezig zijn.
Ik weet nog dat ik haar soms observeerde wanneer ze het niet zag.
Alsof ik haar probeerde te onthouden.
De manier waarop ze keek.

3

De manier waarop ze lachte.
Alsof mijn hoofd al wist dat herinneringen later belangrijk zouden worden.
Mijn moeder werd vijftig jaar oud.

Vijftig.

Veel te jong.

Er bestaan leeftijden die logisch voelen.

En leeftijden die verkeerd voelen.

Vijftig voelde verkeerd.

De dag dat ze overleed veranderde de wereld opnieuw.

Niet letterlijk natuurlijk.

De zon kwam nog steeds op.

Auto's reden nog steeds.

Mensen gingen nog steeds naar hun werk.

Maar mijn wereld veranderde wel.

Voorgoed.

Ik verloor niet alleen mijn moeder.

Ik verloor ook een deel van mijn verleden.

Een deel van mijn jeugd.

Een deel van mijn thuis.

Want hoe oud je ook wordt, ergens blijf je altijd iemands kind.

Na haar overlijden betrapte ik mezelf vaak op dezelfde gedachte.

4

Dat moet ik straks aan mama vertellen.

Een mooi nieuwsbericht.

Een grappig verhaal.

Een moeilijke dag.

En iedere keer kwam hetzelfde antwoord terug.

Dat kan niet meer.

Dat waren misschien wel de moeilijkste momenten.

Niet de grote momenten.

Niet de begrafenis.

Niet de bloemen.

Niet de toespraken.

Maar de gewone momenten.

De dinsdagen.

De zondagen.

De momenten waarop je automatisch naar iemand toe wilt die er niet meer is.

Ik mis haar nog steeds.

Niet altijd op dezelfde manier.

Verdriet verandert met de jaren.

In het begin voelt het als verdrinken.

Later als zwemmen met zware kleren aan.

Nog later wordt het meer een steen die je in je jaszak meedraagt.

5

Je voelt hem niet iedere minuut.
Maar je weet dat hij er is.
Soms hoor ik een liedje en denk ik aan haar.
Soms ruik ik iets dat me ineens jaren terugbrengt.
Soms gebeurt het zomaar.
Zonder waarschuwing.
En heel soms glimlach ik dan.
Omdat verdriet en liefde uiteindelijk heel dicht bij elkaar liggen.
Mijn moeder leeft niet meer.
Maar haar stem zit nog ergens in mijn herinneringen.
Haar lach ook.
En misschien is dat wat mensen achterlaten wanneer ze vertrekken.
Niet alleen verdriet.
Maar ook een deel van zichzelf.
Ik ben veel kwijtgeraakt in mijn leven.
Maar ik ben nooit vergeten waar ik vandaan kom.
En een deel daarvan zal altijd van haar blijven.
Omdat ze mijn moeder was.
En dat verandert niet door afscheid.
Niet echt.

6

Hoofdstuk 25 ½ Valentijnsdag 2012

Hoofdstuk 25 ½ Valentijnsdag 2012

Sommige data vergeet je nooit meer.

Niet omdat je dat wilt.

Maar omdat je leven zich vanaf dat moment verdeelt in een voor en een na.

Voor mij is Valentijnsdag 2012 zo'n datum.

Voor veel mensen staat die dag voor bloemen.

Voor kaarten.

Voor liefde.

Voor ons werd het de dag waarop we hoorden dat mijn vader kanker had.

Ik weet nog hoe vreemd dat voelde.

Alsof iemand twee totaal verschillende verhalen door elkaar had gehaald.

Buiten kochten mensen cadeaus voor elkaar.

Binnen veranderde onze wereld.

Kanker.

Het woord alleen al maakte de kamer kleiner.

Stiller.

Zwaarder.

Je hoort het woord.

Je begrijpt de betekenis.

Maar ergens diep vanbinnen hoop je toch dat het allemaal een vergissing is.

Dat iemand zich heeft vergist in een dossier.

In een uitslag.

1

In een naam.

Maar dit keer was er geen vergissing.

Mijn vader was ziek.

Ernstig ziek.

Mijn vader en ik hadden geen eenvoudige geschiedenis samen.

Er waren moeilijke herinneringen.

Moeilijke jaren.

Dingen die pijn hadden gedaan.

Dingen die misschien nooit helemaal zouden verdwijnen.

Maar hij was ook mijn vader.
En liefde houdt zich zelden aan simpele regels.
De weken daarna gingen vreemd snel en vreemd langzaam tegelijk.
Dagen leken uren te duren.
Weken leken in een paar minuten voorbij te vliegen.
Ziekenhuizen kregen hun eigen geluiden.
Hun eigen geuren.
Hun eigen tijd.
Het geluid van schoenen op ziekenhuisvloeren.
Het piepen van apparaten.
Koffie uit automaten die nooit echt lekker smaakte.
Mensen die probeerden hoop vast te houden.

2

Ik bracht tijd met hem door.
Gewoon daar zijn.
Praten wanneer hij wilde praten.
Stil zijn wanneer stilte genoeg was.
Soms praatten we over vroeger.
Soms over gewone dingen.
Alsof gewone gesprekken een manier waren om de ziekte even buiten de deur te houden.
Ik keek vaak naar hem wanneer hij het niet merkte.
Alsof ik probeerde zijn gezicht te onthouden.
De manier waarop hij keek.
De manier waarop hij glimlachte.
De manier waarop hij stil kon zijn.
Misschien doen mensen dat automatisch wanneer ze voelen dat tijd kostbaar wordt.
Op 28 februari 2012 overleed mijn vader aan kanker.
Twee weken nadat we het nieuws hadden gekregen.
Twee weken.
Meer tijd kregen we niet.
Ik was erbij.
Daar ben ik nog steeds dankbaar voor.
Hoe moeilijk het ook was.
Aan het einde zei ik tegen hem:

3

"Pa, ik hou van je."
Hij antwoordde:
"Dat weet ik."
Drie woorden.
Meer waren er niet nodig.

Jaren later draag ik die woorden nog steeds met me mee.
Niet omdat ze alles oplossen.
Niet omdat ze het verleden veranderden.
Maar omdat ze echt waren.
Soms vragen mensen zich af hoe afscheid eruit hoort te zien.
Alsof er perfecte laatste woorden bestaan.
Perfekte laatste gesprekken.
Die bestaan volgens mij niet.
Er bestaan alleen echte momenten.
En dit was zo'n moment.
Na zijn overlijden voelde ik opnieuw die bekende stilte.
Die stilte die verlies achterlaat.
De stoel die leeg blijft.
De telefoon die niet meer gaat.
De verjaardag die nooit meer gevierd wordt.
En opnieuw ging de wereld verder.

4

Zoals de wereld altijd verder gaat.
Maar opnieuw voelde mijn eigen wereld anders.
Kleiner misschien.
Stilller ook.
Mijn vader was ingewikkeld geweest.
Onze relatie ook.
Maar hij was mijn vader.
Dat bleef waar tot zijn laatste adem.
En dat bleef waar daarna.
Soms denk ik nog aan die laatste woorden.
"Dat weet ik."
Er zit iets troostends in die woorden.
Alsof er uiteindelijk toch dingen zijn die gezegd mogen worden zonder uitleg.
Zonder voorwaarden.
Gewoon omdat ze waar zijn.
Ik hield van hem.
Heel stroef soms.
Heel ingewikkeld soms.
Maar echt.
En ik denk dat hij dat wist.
Misschien is dat uiteindelijk genoeg.

5

Hoofdstuk 26 ½ Het huis zonder ouders

Hoofdstuk 26 ½ Het huis zonder ouders

-

Er bestaat een moment in het leven van sommige mensen waarop ze beseffen dat er niemand meer

boven hen staat.

Geen moeder meer om te bellen.

Geen vader meer om een vraag aan te stellen.

Geen ouderlijk huis dat altijd ergens op je wacht.

Dat moment kwam voor mij veel eerder dan ik ooit had gedacht.

Na het overlijden van mijn vader drong het langzaam tot me door.

Mijn moeder was er niet meer.

Mijn vader was er niet meer.

Martin was er niet meer.

De mensen die bij mijn begin hadden gehoord, waren verdwenen uit mijn dagelijks leven.

Dat besef kwam niet in ½n keer.

Verdriet werkt zelden zo netjes.

Het komt in golven.

Soms hard.

Soms zacht.

Soms op momenten waarop je het totaal niet verwacht.

Ik herinner me dat ik op een dag iets grappigs hoorde en automatisch dacht:

Dat moet ik straks even vertellen.

En meteen daarna wist ik alweer dat dat niet meer kon.

Dat zijn de momenten waarop verlies zich laat zien.

1

Niet tijdens begrafenissen.

Niet tijdens herdenkingen.

Maar op dinsdagen.

In supermarkten.

Tijdens het eten.

In de auto.

Gewone momenten.

Ik keek soms naar andere mensen en was jaloers op iets heel eenvoudigs.

Dat ze nog ouders hadden.

Dat ze nog ergens op bezoek konden gaan.

Dat er nog iemand was die vroeg of ze wel genoeg aten.

Dat klinkt misschien kinderachtig voor een volwassene.

Maar verlies maakt sommige gevoelens weer heel jong.

Ik voelde me soms ouder dan mijn leeftijd.

En tegelijkertijd voelde ik me soms weer een klein meisje dat haar moeder kwijt was geraakt.

Het idee van thuis veranderde opnieuw.

Een huis is bakstenen.

Een thuis zijn mensen.

En veel van mijn mensen waren verdwenen.

Ik begon steeds beter te begrijpen waarom mensen zeggen dat rouw geen rechte lijn is.

Je wordt niet iedere dag een klein beetje beter.

2

Zo werkt het niet.

Sommige dagen gaan goed.

En dan ruik je ineens een parfum die op die van je moeder lijkt.

Of hoor je een liedje waar je vader vroeger naar luisterde.

En ineens ben je weer jaren terug.

Verdriet heeft geen agenda.

Het komt wanneer het wil.

Ik begon mezelf steeds meer terug te trekken.

Niet bewust.

Niet als keuze.

Het gebeurde gewoon.

Ik sprak minder mensen.

Ik deelde minder gevoelens.

Ik hield steeds meer dingen voor mezelf.

Misschien dacht ik dat ik sterk moest zijn.

Misschien wist ik simpelweg niet meer hoe ik hulp moest vragen.

In de jaren daarna begon ik mezelf langzaam kwijt te raken.

Niet in één grote gebeurtenis.

Maar in honderden kleine momenten.

Een glas om even niet te denken.

Een tweede glas om iets langer niet te denken.

3

En uiteindelijk momenten waarop verdoven makkelijker leek dan voelen.

Drank werd eerst een hulpmiddel.
Later een gewoonte.
En nog later iets waar ik op begon te leunen.
Ook drugs kwamen in mijn leven.
Niet omdat ik avontuurlijk was.
Niet omdat ik stoer wilde zijn.
Maar omdat pijn soms stilte zoekt.
En middelen beloven die stilte tijdelijk.
Het probleem is alleen dat verdriet geduldig is.
Het wacht gewoon tot de verdoving is uitgewerkt.
En iedere keer kwam het terug.
De leegte.
Het gemis.
De vragen.
Ik begon mezelf te verwaarlozen.
Eten werd minder belangrijk.
Slapen ook.
Voor mezelf zorgen voelde soms alsof ik voor iemand anders moest zorgen.
De persoon in de spiegel begon steeds minder op mij te lijken.
Of misschien keek ik gewoon steeds minder goed.

4

Mensen om mij heen zagen het waarschijnlijk eerder dan ikzelf.
Dat gebeurt vaker.
Van binnen voelt verandering langzaam.
Van buiten soms heel snel.
Toch bleef ik doorgaan.
Zoals ik altijd had gedaan.
Doorgaan was inmiddels bijna een reflex geworden.
Maar ergens diep vanbinnen wist ik dat ik moe begon te worden.
Niet lichamenlijk.
Niet alleen geestelijk.
Een diepere moeheid.
De moeheid van jarenlang dragen.
Ik wist toen nog niet hoe donker het nog zou worden.
Niet dat november 2023 ooit zou komen.
Niet dat een brand mijn leven opnieuw zou veranderen.
Niet dat ik uiteindelijk vanuit een tbs-kliniek mijn verhaal zou schrijven.
Ik wist alleen dat ik moe was.
En dat ik het gevoel had dat ik steeds verder van mezelf verwijderd raakte.
Misschien was dat het begin van het verdwalen.
Of misschien was ik al veel eerder begonnen met verdwalen zonder het te merken.

Wat ik wel weet is dat zelfs mensen die verdwalen soms blijven zoeken naar de weg terug.

5

Ook wanneer ze zelf nog niet weten dat ze zoeken.

Misschien deed ik dat toen ook al.

Zonder het te beseffen.

6

Hoofdstuk 27 ½ Verdoving

Hoofdstuk 27 ½ Verdoving

Ik weet niet meer precies wanneer het begon.

Misschien weet bijna niemand dat.

Er is zelden ½n dag waarop iemand wakker wordt en besluit: vanaf vandaag ga ik mezelf kwijtraken.

Zo werkt het meestal niet.

Het gebeurt langzaam.

Bijna ongemerkt.

In het begin was het eenvoudig.

Een drankje om te ontspannen.

Een avond waarop ik even nergens aan hoefde te denken.

Een paar uur zonder herinneringen die zich opdrongen.

Een paar uur zonder verdriet dat op de achtergrond bleef wachten.

En eerlijk is eerlijk.

In het begin werkte het.

Of tenminste, zo voelde het.

De scherpe randjes werden zachter.

Mijn hoofd werd stiller.

De stemmen van herinneringen werden zachter.

De leegte voelde minder groot.

Dat is misschien juist waarom zoveel mensen erin blijven hangen.

Niet omdat ze zwak zijn.

1

Maar omdat pijn soms heel overtuigend kan zijn wanneer ze een uitweg belooft.

Langzaam veranderde er iets.

Niet van de ene dag op de andere.

Meer alsof iemand ongemerkt het volume steeds iets harder zette.

Wat eerst af en toe was, werd vaker.

Wat eerst een keuze was, werd een gewoonte.

Ik begon minder goed voor mezelf te zorgen.

Maaltijden werden overgeslagen.

Dagen begonnen en eindigden zonder echte structuur.

De grens tussen ochtend en avond werd soms kleiner dan ik wilde toegeven.
Vrienden verdwenen langzaam uit beeld.
Niet altijd door ruzie.
Soms gewoon doordat ik telefoontjes niet meer beantwoordde.
Berichten niet meer las.
Afspraken uitstelde tot er uiteindelijk geen afspraken meer waren.
Het is vreemd hoe een mens zich kan terugtrekken zonder het zelf goed te merken.
Je denkt dat je even rust nodig hebt.
Even tijd voor jezelf.
En ineens kijk je om en zijn er maanden voorbij.
Ik begon mezelf minder te herkennen.
Niet alleen in de spiegel.
Ook in mijn gedrag.

2

In mijn keuzes.
In de dingen die ik belangrijk vond.
Er waren dagen waarop ik mezelf beloofde dat het anders zou worden.
Dat morgen het begin van iets nieuws zou zijn.
Dat ik het weer onder controle zou krijgen.
En soms geloofde ik dat ook echt.
Tot het weer avond werd.
Tot herinneringen terugkwamen.
Tot verdriet weer op de deur klopte.
Verdriet is geduldig.
Het wacht rustig af.
En wanneer de verdoving verdwijnt, staat het vaak nog precies op dezelfde plek.
Ik dacht vaak aan mijn moeder.
Aan Martin.
Aan mijn vader.
Aan Parijs.
Aan alles wat ik had verloren.
Aan alles wat ik anders had gewild.
Rouw heeft geen einddatum.
Dat had ik inmiddels geleerd.
Maar ik wist nog niet hoe je ermee moest leven zonder ervoor weg te lopen.

3

Er waren dagen waarop ik moe was van het vechten.
Moe van het sterk zijn.
Moe van doorgaan.
Want doorgaan had ik altijd gedaan.
Sinds mijn jeugd eigenlijk al.

Gewoon doorgaan.

Niet stilstaan.

Niet voelen.

Vooral blijven lopen.

Alleen kun je niet je hele leven blijven rennen zonder ergens buiten adem te raken.

Soms keek ik naar oude foto's.

Naar het meisje met het blauwe fietsje.

Naar de jonge vrouw in Hyde Park.

Naar de reiziger in Rome.

Naar de wandelaar in Parijs.

En ik vroeg me af waar die versies van mij gebleven waren.

Ik wist toen nog niet dat er nog een veel donkerdere periode zou volgen.

Dat november 2023 mijn leven opnieuw zou veranderen.

Dat ik uiteindelijk in een kliniek terecht zou komen waar ik langzaam weer zou leren kijken naar mezelf.

Maar ergens, diep onder alles wat ik kwijt was geraakt, zat nog steeds hetzelfde meisje van vroeger.

Het meisje dat bleef hopen.

Zelfs wanneer hoop heel klein was geworden.

4

Misschien was dat uiteindelijk het belangrijkste.

Niet dat ik nooit verdwaalde.

Maar dat er ergens altijd nog een klein deel van mij bleef zoeken naar de weg terug.

Ook toen ik zelf nog niet wist dat ik die kwijt was geraakt.

5

Hoofdstuk 28 ½ November 2023

Hoofdstuk 28 ½ November 2023

-

November 2023 begon als een gewone maand.

Tenminste, zo leek het.

Achteraf zijn er vaak signalen die je pas later herkent.

Meer spanning.

Minder slaap.

Meer onrust in mijn hoofd.

Het gevoel dat ik voortdurend op scherp stond.

Ik voelde me steeds slechter.

Niet lichamelijk.

Van binnen.

Alsof ik al maanden aan het vechten was zonder precies te weten waartegen.

Ik sliep slecht.

Dacht veel.

Misschien wel te veel.

Mijn hoofd draaide overuren.

Gedachten liepen door elkaar heen.

Angst en werkelijkheid begonnen soms moeilijk van elkaar te onderscheiden te worden.

Ik had het gevoel dat ik niet alleen was.

Dat iemand mij in de gaten hield.

Dat er iemand in mijn woning was geweest of zich verborgen hield.

Voor mij voelde dat op dat moment heel echt.

1

Later zouden er veel vragen blijven bestaan over wat er precies gebeurd was en wat niet.

Maar het gevoel van angst was echt.

Dat weet ik nog altijd.

Op een bepaald moment nam de wanhoop het over van het nadenken.

Ik stak een deken in brand.

Ook had ik het gas aangezet.

Daarna ging ik op bed liggen.
Soms vragen mensen achteraf waarom iemand zulke dingen doet.
Maar wanhoop denkt niet logisch.
Wanhoop rekent niet.
Wanhoop plant niet.
Wanhoop wil vooral dat de pijn stopt.
Na ongeveer tien minuten stond de rook al hoog in de kamer.
Veel sneller dan ik had verwacht.
Veel sneller dan ik had beseft.
Op dat moment schrok ik wakker uit mijn gedachten en mijn verwarring.
Ik wilde leven.
Ik wilde eruit.
En vooral:
ik wilde mijn katten redden.
Ik ging op mijn knieën $\frac{1}{2}$ n richting het raam.
De rook hing laag en dik in de kamer.

2

Ademen werd moeilijk.
Zien ook.
Ik probeerde bij de vensterbank te komen.
Ik probeerde mijn katten te vinden.
Maar de rook maakte alles moeilijk.
Een $\frac{1}{2}$ n van de katten had zich verstopt onder het bed.
Die zou het uiteindelijk overleven.
Moppie.
Twee andere katten hebben het niet gered.
Dat verdriet draag ik nog altijd met me mee.
Ik rende uiteindelijk naar buiten.
In paniek.
In shock.
Niet meer nadenkend.
Alleen nog reagerend.
Buiten zat een buurjongen die direct de hulpdiensten belde.
De brandweer was gelukkig dichtbij.
In dezelfde straat zelfs.
Ik herinner me nog dat ik hoop had.
Dat alles misschien toch nog goed zou komen.
Ik ging op de grond zitten vlak bij het raam.

3

Kijkend naar rook.
Naar mensen die heen en weer renden.

Naar een wereld die ineens onwerkelijk voelde.
Later hoorde ik van de politie dat er tijdens de brand ook een gewonde man was aangetroffen.
Dat zorgde voor veel vragen en verwarring bij mij.
Ik kende hem niet en wist niet waarom hij daar was of wat er precies was gebeurd.
Veel van die vragen heb ik nooit helemaal kunnen beantwoorden.
Na de brand volgde een periode van opname.
Ik verbleef ongeveer drie maanden op een High Care-afdeling.
Mijn hoofd had rust nodig.
Mijn lichaam ook.
Daarna volgde een periode in detentie.
Ongeveer anderhalf jaar lang wachtte ik op een plek binnen de tbs.
Dat waren lange maanden.
Maanden waarin ik veel nadacht over mijn leven.
Over keuzes.
Over verlies.
Over verdriet.
Uiteindelijk kwam er een plek beschikbaar.
De kliniek waar ik nu dit verhaal schrijf.
Wanneer mensen het woord tbs horen, hebben ze vaak meteen een beeld klaar.
Maar voor mij betekende het in eerste instantie iets anders.

4

Rust.
Structuur.
Hulp.
Behandeling.
Voor het eerst in lange tijd hoefde ik niet meer alles alleen te dragen.
Voor het eerst in lange tijd waren er mensen die vroegen hoe het echt met mij ging.
En die ook wachtten op het antwoord.
Dat betekende niet dat alles ineens goed was.
Verre van.
Maar het betekende wel dat ik niet meer alleen was.
Ik ben nu drieënhalveveertig jaar oud.
En terwijl ik dit schrijf zit ik nog steeds in die kliniek.
Inmiddels al een jaar.
Het gaat beter met mij.
Niet iedere dag.
Niet zonder moeilijke momenten.
Maar beter.
Misschien is herstel niet het verdwijnen van pijn.
Misschien is herstel leren leven naast die pijn zonder eraan onderdoor te gaan.

Wat er in november 2023 gebeurde zal altijd onderdeel van mijn verhaal blijven.
Maar het is niet meer mijn hele verhaal.

5

Niet meer alleen dat.

Want zelfs na brand.

Zelfs na verlies.

Zelfs na wanhoop.

Kan er nog iets overblijven.

Hoop.

Heel klein soms.

Maar sterk genoeg om opnieuw te beginnen.

6

Hoofdstuk 29 ½ High Care

Hoofdstuk 29 ½ High Care

De eerste dagen op de High Care voelen nog steeds alsof ik naar iemand anders kijk.

Alsof ik naar een film kijk waarin ik zelf meespeel.

Beelden.

Geluiden.

Flarden van gesprekken.

De rest is mist.

Ik herinner me deuren.

Veel deuren.

Deuren die op slot gingen.

Deuren die op vaste tijden open gingen.

Deuren die me eraan herinnerden dat ik voorlopig niet naar buiten zou gaan.

Ik herinner me de stilte.

Niet de rustige stilte van een bos of een lege kamer.

Een andere stilte.

De stilte die komt nadat alles in je leven ineens tot stilstand is gekomen.

Er waren verpleegkundigen.

Artsen.

Gesprekken.

Vragen.

Veel vragen.

Hoe gaat het met je?

1

Wat herinner je je nog?

Voel je je veilig?

Sommige vragen kon ik beantwoorden.
Andere niet.
Sommige antwoorden kende ik zelf nog niet.

Ik was moe.
Diep moe.
Niet alleen van de gebeurtenissen.
Niet alleen van de maanden ervoor.
Moe van jaren.
Van verliezen.
Van blijven doorgaan.
Van sterk proberen te zijn.

Voor het eerst in lange tijd hoefde ik even niets op te lossen.
Dat voelde vreemd.
Bijna ongemakkelijk.

Mijn dagen kregen structuur.
Ontbijt.
Medicatie.
Gesprekken.
Rustmomenten.
Avondeten.

2

Slapen.
En de volgende dag begon opnieuw.

Structuur klinkt klein.
Maar wanneer je leven lange tijd uit chaos heeft bestaan, kan structuur voelen als een reddingsboei.

Soms zat ik voor het raam.
Kijkend naar buiten.
Naar bomen.
Naar regen.
Naar mensen die ergens naartoe gingen.

Ik vroeg me af hoe mijn leven hier terecht was gekomen.

Welke afslagen ik had genomen.
Welke ik had gemist.

Er kwam veel schuldgevoel voorbij.
Over dingen die gebeurd waren.
Over mensen die ik kwijt was geraakt.
Over keuzes die ik had gemaakt.

Schuld is zwaar.
Soms zwaarder dan verdriet.
Want verdriet gaat over wat je bent verloren.
Schuld gaat over wat je jezelf verwijt.

Langzaam begon ik te praten.

3

Eerst voorzichtig.
Daarna iets meer.
Over mijn jeugd.
Over Martin.
Over mijn moeder.
Over mijn vader.
Over Parijs.
Over alles wat ik jarenlang had meegedragen.

Sommige verhalen had ik nog nooit hardop verteld.
Niet helemaal.
Niet eerlijk.

Het vreemde was dat niets veranderde wanneer ik ze vertelde.
De wereld stortte niet in.
De mensen tegenover mij liepen niet weg.

Ze luisterden.
Gewoon luisteren.
Ik had onderschat hoe belangrijk dat kan zijn.

De nachten waren moeilijk.
Dromen kwamen terug.
Herinneringen ook.

Niet het einde van mijn verhaal.
Misschien juist het begin van een nieuw hoofdstuk.

6

Hoofdstuk 30 ½ Wachten

Hoofdstuk 30 ½ Wachten

Na de High Care kwam detentie.

Dat klinkt hard.

En eerlijk gezegd voelde het ook hard.

Niet alleen de deuren.

Niet alleen de muren.

Vooral het idee dat mijn leven ineens volledig stil was komen te staan.

Ik had ongeveer anderhalf jaar moeten wachten op een plek binnen een tbs-kliniek.

Anderhalf jaar.

Dat klinkt kort wanneer je het uitspreekt.

Maar wanneer je wacht, kan een week soms voelen als een maand.

En een maand als een jaar.

De eerste dagen telde ik nog.

Dagen.

Weken.

Misschien zelfs uren.

Later stopte ik daarmee.

Omdat tellen tijd niet sneller laat gaan.

Mijn leven werd klein.

Heel klein.

Opstaan.

Ontbijt.

1

Luchten.

Eten.

Slapen.

En dan opnieuw.

Structuur kan helpen.

Maar structuur zonder uitzicht voelt soms als stilstand.

Ik dacht veel na.
Misschien wel meer dan goed voor me was.
Over mijn jeugd.
Over Martin.
Over mijn moeder.
Over mijn vader.
Over Parijs.
Over november 2023.

Soms voelde het alsof ik mijn hele leven opnieuw bekeek.
Alsof ik hoofdstuk voor hoofdstuk terugbladerde.
Op zoek naar het moment waarop ik mezelf kwijt was geraakt.

Misschien bestaat zo'n moment niet.
Misschien verdwalen mensen niet op zo'n dag.
Misschien gebeurt het langzaam.
Bijna ongemerkt.

Ik begon ook steeds vaker te schrijven.
2
Niet omdat iemand dat vroeg.
Maar omdat woorden soms lichter voelen op papier dan in je hoofd.

Ik schreef herinneringen op.
Namen.
Datums.
Momenten die ik niet kwijt wilde raken.

Soms schreef ik over mijn moeder.
Soms over Martin.
Soms over Hyde Park.
Over Rome.
Over Parijs.

En soms schreef ik helemaal niets.
Dan keek ik alleen naar een leeg vel papier.
Dat gebeurde ook.

Er waren dagen waarop ik boos was.

Boos op mezelf.
Boos op het leven.
Boos op alles wat ik kwijt was geraakt.

En er waren dagen waarop ik alleen moe was.
Niet verdrietig.
Niet boos.
Gewoon moe.

3

Ik leerde langzaam dat gevoelens niet netjes om de beurt komen.
Ze lopen door elkaar.
Verdriet kan naast opluchting bestaan.
Schuld naast liefde.
Boosheid naast hoop.

Op een dag kwam het bericht waar ik zo lang op had gewacht.
Er was een plek beschikbaar.
Een tbs-kliniek.

Ik weet nog dat ik niet goed wist wat ik moest voelen.
Opluchting misschien.
Angst ook.

Want een nieuwe plek betekent ook nieuwe gesprekken.
Nieuwe mensen.
Nieuwe confrontaties.

Maar het betekende ook iets anders.
Hulp.
Behandeling.
Een kans om niet alleen terug te kijken naar wat er gebeurd was, maar ook vooruit te kijken.

Dat vooruitkijken vond ik misschien nog wel het moeilijkst.
Ik was zo gewend geraakt aan overleven dat ik bijna vergeten was hoe hopen voelde.

De dag dat ik vertrok keek ik nog $\frac{1}{2}$ keer om.

4

Niet uit nostalgie.
Niet uit spijt.

Meer om tegen mezelf te zeggen:
tot hier.
Dit hoofdstuk is voorbij.

Voor mij begon er iets nieuws.
Niet makkelijk.
Niet snel.
Maar nieuw.

Ik wist nog niet hoeveel gesprekken er zouden volgen.
Hoeveel herinneringen er terug zouden komen.
Hoe zwaar EMDR soms kon zijn.

Maar ik wist wel $\frac{1}{2}$ ding.
Ik was er nog.
Na alles wat er gebeurd was.
Na alles wat ik kwijt was geraakt.
Ik was er nog.

En soms is dat de eerste stap van herstel.
Niet dat alles goed is.
Maar simpelweg dat je er nog bent om opnieuw te beginnen.
5

Hoofdstuk 31 ½ De eerste dag in de kliniek

Hoofdstuk 31 ½ De eerste dag in de kliniek

-

De dag dat ik aankwam bij de kliniek regende het.

Tenminste, zo herinner ik het me.

Misschien regende het echt.

Misschien heeft mijn hoofd er achteraf regen bij bedacht omdat regen beter paste bij hoe ik me voelde.

Dat gebeurt vaker met herinneringen.

Ik keek uit het raam tijdens de rit.

Bomen.

Wegen.

Gebouwen die voorbijgleden.

Niemand zei veel.

Ik ook niet.

Ik wist niet precies wat ik moest verwachten.

Het woord tbs had voor mij, net als voor veel andere mensen, vooral een beeld opgeroepen.

Hoge hekken.

Gesloten deuren.

Controle.

Een deel daarvan bleek waar.

Maar niet alles.

Toen ik aankwam zag ik inderdaad hekken.

Beveiligde deuren.

Camera's.

1

Maar ik zag ook iets anders.

Mensen die vriendelijk gedag zeiden.

Verpleegkundigen die zichzelf voorstelden.

Mensen die niet alleen naar mijn dossier leken te kijken, maar ook naar mij.

Dat voelde vreemd.

Ik was inmiddels gewend geraakt aan formulieren.

Rapporten.

Diagnoses.

Gebeurtenissen.

Maar ergens achter al die papieren zat nog steeds gewoon Angela.

En voor het eerst in lange tijd leek iemand dat belangrijk te vinden.

Mijn kamer was eenvoudig.

Een bed.

Een kast.

Een bureau.

Een raam.

Ik weet nog dat ik op het bed ging zitten en dacht:

Dus dit is het dan.

Hier ga ik voorlopig wonen.

Dat gevoel was moeilijk uit te leggen.

Niet alleen verdriet.

Niet alleen opluchting.

2

Meer een soort tussenruimte.

Alsof mijn oude leven voorbij was en mijn nieuwe leven nog niet helemaal begonnen was.

De eerste dagen waren vreemd.

Nieuwe regels.

Nieuwe gezichten.

Nieuwe routines.

Ontbijt op vaste tijden.

Gesprekken op vaste tijden.

Wandelmomenten.

Therapie.

Structuur.

Ik merkte hoe moe ik eigenlijk was.

Niet van die week.

Niet van die maand.

Van jaren.

Jaren van verliezen.

Jaren van doorgaan.

Jaren van niet voelen wat ik eigenlijk voelde.

Soms zat ik op mijn kamer en dacht ik aan mijn leven alsof het over iemand anders ging.

Het meisje met het blauwe fietsje.

De jonge vrouw in Hyde Park.

De reiziger in Rome.

3

De wandelaar in Parijs.

De vrouw in de ambulance.

Het leken soms verschillende mensen.

Maar ze waren allemaal ik.

Dat vond ik misschien nog wel het moeilijkste onderdeel van herstel.

Niet begrijpen wat er gebeurd was.

Maar accepteren dat het allemaal bij mijn verhaal hoorde.

In de eerste weken praatte ik weinig.

Ik luisterde vooral.

Keek vooral.

Dat had ik vroeger ook gedaan.

Eerst observeren.

Eerst begrijpen waar ik terecht was gekomen.

Langzaam leerde ik mensen kennen.

Andere patiënten.

Hulpverleners.

Mensen met hun eigen verhalen.

Hun eigen verliezen.

Hun eigen gevechten.

Dat veranderde iets in mij.

Niet omdat mijn eigen verhaal kleiner werd.

Maar omdat ik beseftte dat pijn veel gezichten heeft.

4

Ik begon langzaam weer ritme te krijgen.

Opstaan.

Ontbijten.

Wandelen.

Praten.

Slapen.

Voor veel mensen klinkt dat normaal.

Voor mij voelde het bijna nieuw.

Er waren moeilijke dagen.

Natuurlijk waren die er.

Dagen waarop herinneringen te zwaar voelden.

Dagen waarop schuldgevoel terugkwam.

Dagen waarop ik me afvroeg of ik ooit nog een normaal leven zou hebben.

Maar er waren ook kleine overwinningen.

Een goed gesprek.

Een wandeling.

Een nacht goed slapen.

Een moment waarop ik moest lachen zonder schuldgevoel.

Herstel ziet er zelden indrukwekkend uit.

Vaak ziet herstel eruit als kleine dingen die langzaam groter worden.

En ergens tussen die kleine dingen begon iets terug te komen wat ik jarenlang kwijt was geweest.

5

Niet geluk.

Nog niet.

Maar iets wat ervoor komt.

Veiligheid misschien.

Rust.

Vertrouwen.

Voor het eerst in lange tijd hoefde ik niet alleen maar te overleven.

Voor het eerst in lange tijd mocht ik voorzichtig beginnen met leven.

Ik wist toen nog niet dat EMDR herinneringen zou losmaken waarvan ik dacht dat ik ze kwijt was.

Ik wist nog niet hoe zwaar sommige gesprekken zouden worden.

Ik wist nog niet hoeveel werk herstel eigenlijk is.

Maar ik wist wel $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ n ding.

Ik was niet meer alleen.

En soms is dat het begin van alles.

6

Hoofdstuk 32 ½ De eerste EMDR-sessie

Hoofdstuk 32 ½ De eerste EMDR-sessie

-

Ik had al vaker over EMDR gehoord voordat ik ermee begon.

Mensen zeiden dingen als:

"Het helpt."

"Het is zwaar, maar het werkt."

"Je moet er doorheen om eruit te komen."

Dat klonk allemaal mooi.

Maar eerlijk gezegd wist ik vooral dat ik bang was.

Bang voor herinneringen.

Bang voor gevoelens.

Bang voor dingen waarvan ik jarenlang had geprobeerd ze niet te voelen.

Want dat was uiteindelijk wat ik het grootste deel van mijn leven had gedaan.

Doorgaan.

Overleven.

Niet te lang stilstaan.

Niet te diep kijken.

Niet te veel voelen.

De therapeut legde rustig uit hoe het werkte.

Dat herinneringen soms vast kunnen blijven zitten.

Dat je hersenen moeilijke gebeurtenissen niet altijd goed kunnen verwerken wanneer er op dat

moment te veel angst, stress of verdriet is.

Dat EMDR kan helpen om die herinneringen minder scherp en minder overweldigend te maken.

1

Het klonk logisch.

Maar logisch en makkelijk zijn twee verschillende dingen.

Ik zat in de stoel en voelde mijn handen zweten.

Een deel van mij wilde opstaan en weggaan.

Een ander deel wist dat ik juist daarom moest blijven zitten.

De therapeut vroeg me aan een herinnering te denken die veel spanning oproep.

Niet de ergste meteen.
Gewoon een herinnering die zwaar voelde.
En ineens was ik geen drieë½veertig meer.
Ik was weer klein.
Veel kleiner.
Dat vond ik misschien wel het vreemdste van trauma.
Je weet dat je veilig bent.
Je weet dat je in een kamer zit met een therapeut.
Je weet dat het jaren geleden is.
En toch voelt je lichaam soms alsof het gisteren gebeurde.
Mijn hart ging sneller kloppen.
Mijn schouders werden gespannen.
Mijn handen trilden een beetje.
De therapeut bleef rustig praten.
Ademen.

2

Blijven kijken.
Blijven voelen.
Voor het eerst in lange tijd probeerde ik niet weg te lopen voor een herinnering.
Niet letterlijk.
Maar ook niet in mijn hoofd.
Dat bleek moeilijker dan ik had verwacht.
Sommige beelden kwamen terug.
Flarden.
Geluiden.
Gevoelens.
Niet altijd complete herinneringen.
Meer losse stukjes van vroeger.
Ik dacht aan mijn moeder.
Aan Martin.
Aan mijn vader.
Aan het kleine meisje dat altijd probeerde te begrijpen waarom grote mensen deden
wat ze deden.
Soms kwamen er tranen.
Soms juist helemaal niet.
Ook dat leerde ik.
Er bestaat geen goede manier om verdriet te voelen.
Na afloop was ik uitgeput.
3
Echt uitgeput.
Alsof ik uren had gelopen terwijl ik alleen maar in een stoel had gezeten.

De therapeut zei dat dat normaal was.
Mijn hoofd had gewerkt.
Mijn lichaam ook.
Die avond sliep ik slecht.
Herinneringen bleven komen.
Dromen ook.
Niet allemaal prettig.
Niet allemaal duidelijk.
Toch was er iets veranderd.
Heel klein.
Bijna onzichtbaar.
Voor het eerst had ik niet alleen geprobeerd te overleven wat er gebeurd was.
Ik had ernaar gekeken.
Echt gekeken.
Dat voelde eng.
Maar ook belangrijk.
De sessies die volgden waren niet makkelijk.
Sommige dagen voelde het alsof ik twee stappen vooruit zette en drie achteruit.
Andere dagen merkte ik ineens dat een herinnering minder hard binnenkwam dan vroeger.

4

Langzaam begon ik iets te begrijpen.
Herstel betekent niet vergeten.
Het betekent ook niet dat verdriet verdwijnt.
Mijn moeder bleef overleden.
Martin bleef overleden.
Mijn vader bleef overleden.
Mijn verleden veranderde niet.
Maar misschien hoefde mijn verleden niet te veranderen.
Misschien moest alleen mijn verhouding ermee veranderen.
Dat was een nieuwe gedachte voor mij.
En eerlijk gezegd ook een moeilijke.
Ik had jarenlang geprobeerd herinneringen weg te duwen.
Nu leerde ik iets anders.
Dat je soms juist zachter moet kijken naar wat pijn doet.
Niet omdat het minder erg wordt.
Maar omdat je anders je hele leven ervoor blijft wegrennen.
Na die eerste sessie liep ik terug naar mijn kamer in de kliniek.
Ik was moe.
Emotioneel.
Leeg misschien ook wel een beetje.

Maar ergens diep vanbinnen voelde ik nog iets anders.

5

Iets wat ik lang niet had gevoeld.

Voorzichtig vertrouwen.

Niet in de wereld.

Niet in de toekomst.

Nog niet.

Maar misschien wel een klein beetje in mezelf.

En dat was meer dan ik lange tijd had gehad.

6

Hoofdstuk 33 1/2 Het meisje van vijf

Hoofdstuk 33 1/2 Het meisje van vijf

Tijdens EMDR gebeurde iets waar niemand me echt op had kunnen voorbereiden.

Niet de herinneringen zelf.

Maar de manier waarop ze terugkwamen.

Ik had altijd gedacht dat herinneringen werken als foto's.

Een duidelijk beeld.

Een begin.

Een midden.

Een einde.

Maar zo werkte het niet.

Soms kwam er alleen een geur terug.

De geur van koffie.

Van regen.

Van een huis dat al lang niet meer bestaat.

Soms was het een geluid.

Voetstappen op een trap.

Een deur die dichtviel.

Een stem vanuit een andere kamer.

En soms was het alleen een gevoel.

Angst.

Verdriet.

Eenzaamheid.

1

Zonder dat ik precies wist waar het vandaan kwam.

Tijdens 1/2 1/2 n van de sessies vroeg de therapeut me niet alleen te kijken naar wat er gebeurd was.

Maar ook naar wie ik toen was.

Niet Angela van drie 1/2 nveertig.

Niet Angela in de kliniek.

Maar Angela van vroeger.

Het meisje dat alles meemaakte.

Het meisje dat alles voelde.

En ineens zag ik haar.
Niet letterlijk natuurlijk.
Maar in mijn gedachten.
Een klein meisje.
Voorzichtig.
Nieuwsgierig.
Altijd kijkend naar de mensen om haar heen.
Altijd proberen te begrijpen hoe de wereld werkte.
Een meisje dat vaak dacht dat moeilijke dingen haar eigen schuld waren.
Zoals kinderen dat soms doen.
Kinderen hebben de bijzondere eigenschap dat ze verantwoordelijkheid nemen voor dingen waar ze helemaal geen verantwoordelijkheid voor dragen.
Als ouders ruzie maken denkt een kind soms: misschien ligt het aan mij.

2

Als volwassenen verdrietig zijn denkt een kind soms: misschien heb ik iets verkeerd gedaan.
Ik denk dat ik dat ook vaak heb gedaan.
Tijdens die sessie gebeurde iets vreemds.
Voor het eerst voelde ik geen boosheid naar dat kleine meisje.
Geen teleurstelling.
Geen oordeel.
Alleen medelijden.
En misschien ook trots.
Want ondanks alles was ze blijven doorgaan.
Ze bleef hopen.
Bleef dromen.
Bleef zoeken naar lichtpuntjes.
Ze vond een blauw fietsje het mooiste wat ze ooit had gezien.
Ze kon gelukkig worden van muziek in Hyde Park.
Van een gitaar in Rome.
Van de lichtjes op de Seine.
Ergens onderweg was ik vergeten hoe sterk dat eigenlijk was.
De therapeut vroeg me wat ik tegen haar zou willen zeggen als ze nu tegenover me zat.

Ik dacht lang na.

3

En uiteindelijk zei ik:
"Je hoeft niet alles alleen te dragen."
Daar moest ik van huilen.

Meer dan ik had verwacht.

Want misschien zei ik die woorden niet alleen tegen het meisje van vijf.

Misschien zei ik ze ook tegen mezelf.

Na de sessie liep ik naar buiten.

Het was koud.

De lucht rook naar regen.

Ik haalde diep adem.

Voor het eerst in lange tijd voelde het alsof mijn verleden niet alleen uit pijn bestond.

Er waren ook andere dingen geweest.

Liefde.

Humor.

Nieuwsgierigheid.

Muziek.

Reizen.

Mensen die belangrijk waren geweest.

Trauma heeft soms de neiging om alle ruimte in te nemen.

Alsof het het enige verhaal is dat telt.

Maar mijn leven was groter dan mijn trauma.

4

Groter dan verlies.

Groter dan verdriet.

Ik was niet alleen het meisje dat bang was geweest.

Ik was ook het meisje van het blauwe fietsje.

De vrouw in Hyde Park.

De reiziger in Rome.

De wandelaar in Parijs.

De overlevende van november 2023.

En misschien, heel misschien, begon ik langzaam te begrijpen dat al die versies van mij naast elkaar

mochten bestaan.

Niet als vijanden.

Maar als hoofdstukken.

Want een boek bestaat niet uit $\frac{1}{2}$ en $\frac{1}{2}$ n pagina.

En een mens ook niet.

5

Hoofdstuk 34 ½ Mijn moeder verschijnt weer

Hoofdstuk 34 ½ Mijn moeder verschijnt weer

Sommige mensen verdwijnen nooit helemaal.

Ze verdwijnen uit kamers.

Uit foto's die niet meer worden gemaakt.

Uit telefoongesprekken.

Uit verjaardagen.

Maar niet uit je hoofd.

En zeker niet uit je hart.

Tijdens ½ van de EMDR-sessies kwam mijn moeder ineens terug.

Niet letterlijk natuurlijk.

Maar in herinneringen.

In beelden.

In kleine momenten waarvan ik niet eens wist dat ik ze nog bij me droeg.

Ik zag haar handen.

Dat was het eerste wat terugkwam.

Vreemd genoeg niet haar gezicht.

Niet haar stem.

Haar handen.

Handen die koffie inschonken.

Handen die boodschappen uitpakten.

Handen die mij als kind vasthielden wanneer ik verdrietig was.

Herinneringen kiezen soms zelf wat belangrijk is.

1

Daarna kwam haar stem terug.

Niet de woorden.

Alleen het geluid.

Dat vertrouwde geluid waarvan je denkt dat je het bent vergeten totdat het ineens weer ergens in je

hoofd bestaat.

Ik moest huilen.

Niet omdat ik iets nieuws ontdekte.

Maar omdat ik besepte hoeveel ik kwijt was geraakt.

Verlies gebeurt niet $\frac{1}{2}$ keer.

Dat had ik inmiddels geleerd.

Je verliest iemand opnieuw op verjaardagen.

Op feestdagen.

Bij goed nieuws.

Bij slecht nieuws.

Bij iedere gebeurtenis waarvan je automatisch denkt:

Dat moet ik straks even aan mama vertellen.

En dan herinner je je weer dat dat niet meer kan.

De therapeut vroeg me wat ik het meeste miste.

Ik dacht lang na.

En uiteindelijk zei ik:

"De gewone dingen."

Niet de grote gesprekken.

2

Niet de bijzondere momenten.

De gewone dingen.

Samen koffie drinken.

Samen televisie kijken.

Samen praten over helemaal niets belangrijks.

Want uiteindelijk bestaat een leven vooral uit gewone dagen.

En juist die gewone dagen verdwijnen vaak het hardst wanneer iemand er niet meer is.

Ik dacht terug aan Bertus.

Aan de rust die hij bracht.

Aan mijn moeder die in die jaren vaker leek te lachen.

Ik dacht aan de moeilijke periodes.

Aan haar ziekte.

Aan de angst die daarbij hoorde.

Aan het kleine meisje dat bang was haar moeder kwijt te raken.

Misschien begon mijn angst voor verlies daar wel.

Misschien leerde ik toen al dat mensen kunnen verdwijnen.

Dat veiligheid tijdelijk kan zijn.

Dat geluk soms voorzichtig behandeld moet worden omdat je bang bent het kwijt te raken.

Ik heb mijn moeder niet altijd begrepen.

Zoals zij mij waarschijnlijk ook niet altijd begreep.

Dat hoort misschien bij moeders en dochters.

3

Maar liefde hoeft niet perfect te zijn om echt te zijn.

Tijdens de sessie stelde de therapeut een moeilijke vraag.

"Wat zou je moeder nu tegen je zeggen?"

Ik wist het niet.

Niet meteen.

Maar langzaam kwam er toch een antwoord.

Niet omdat ik haar woorden echt hoorde.

Maar omdat ik haar kende.

Ik denk dat ze zou zeggen:

"Je bent er nog."

"Blijf doorgaan."

"Geef jezelf niet op."

Misschien zou ze zeggen dat ik zachter voor mezelf moet zijn.

Dat ik niet alles alleen hoeft te dragen.

Dat schuld niet hetzelfde is als verantwoordelijkheid.

En misschien zou ze me gewoon een knuffel geven en verder niets zeggen.

Soms zijn woorden niet nodig.

Na de sessie bleef ik nog lang aan haar denken.

Aan haar lach.

Aan haar stem.

Aan haar aanwezigheid in mijn leven.

4

Mensen vragen soms wanneer verdriet overgaat.

Ik denk niet dat het overgaat.

Ik denk dat het verandert.

In het begin is verdriet een storm.

Daarna wordt het regen.

Later wordt het iets dat altijd ergens op de achtergrond aanwezig blijft.

Niet iedere dag zichtbaar.

Maar altijd onderdeel van het landschap.

Mijn moeder werd vijftig jaar oud.

Dat blijft te jong voelen.

Dat zal waarschijnlijk altijd zo blijven voelen.

Maar wanneer ik aan haar denk, wil ik niet alleen denken aan ziekte.

Niet alleen aan afscheid.

Ik wil ook denken aan lachen.

Aan gewone dagen.

Aan koffie op tafel.

Aan een moeder die haar best deed in een leven dat niet altijd makkelijk was.

Want uiteindelijk zijn mensen meer dan hun laatste hoofdstuk.

En mijn moeder ook.

Ze was hier.

5

Ze was belangrijk.

Ze werd geliefd.

En een deel van haar loopt nog steeds met mij mee.

In herinneringen.

In gewoontes.

In dingen die ik doe zonder te beseffen dat ik ze van haar heb geleerd.

Misschien is dat wat liefde uiteindelijk doet.

Ze blijft.

Zelfs wanneer mensen moeten gaan.

6

Hoofdstuk 35 ½ Mijn vader verschijnt weer

Hoofdstuk 35 ½ Mijn vader verschijnt weer

Mijn vader was misschien wel de moeilijkste herinnering om onder ogen te komen.
Niet omdat ik hem vergeten was.

Integendeel.

Misschien juist omdat hij nooit echt was verdwenen.

Sommige relaties zijn eenvoudig.

Je houdt van iemand.

Of je houdt niet van iemand.

Maar familie werkt vaak anders.

Familie kan liefde en pijn tegelijk bevatten.

En soms bestaan die twee dingen jarenlang naast elkaar.

Toen mijn vader tijdens een EMDR-sessie terugkwam, kwamen niet eerst de moeilijke herinneringen.

Dat verbaasde me.

Ik had verwacht dat mijn hoofd meteen naar ruzies zou gaan.

Naar spanning.

Naar verdriet.

Maar het eerste wat terugkwam was zijn stem.

Gewoon zijn stem.

Een gewone herinnering.

Een gewone dag.

Daarna kwamen andere beelden.

Momenten waarop hij grapjes maakte.

1

Momenten waarop hij lachte.

Momenten waarop hij gewoon mijn vader was.

Dat maakte het misschien juist ingewikkelder.

Mensen zijn zelden alleen maar goed of alleen maar slecht.

De meeste mensen zijn allebei.

En misschien geldt dat voor ouders nog wel meer dan voor wie dan ook.

Ik dacht terug aan mijn jeugd.

Aan de moeilijke momenten.

Aan dingen die pijn hadden gedaan.
Aan momenten die ik als kind niet begreep.
De therapeut vroeg me iets wat ik moeilijk vond.
"Kunnen twee dingen tegelijk waar zijn?"
Ik keek haar aan.
Ik wist niet wat ze bedoelde.
Toen zei ze:
"Kun je van iemand houden en tegelijk pijn hebben door wat die persoon heeft
gedaan?"
Dat was een moeilijke vraag.
Maar ook een belangrijke.
Want jarenlang had ik gedacht dat ik moest kiezen.
Boos zijn of liefhebben.
Vergeven of herinneren.

2

Misschien hoefde dat helemaal niet.
Misschien mochten die gevoelens gewoon naast elkaar bestaan.
Ik hield van mijn vader.
Dat is waar.
Sommige dingen die gebeurd zijn deden pijn.
Dat is ook waar.
Die twee waarheden vechten niet met elkaar.
Ze bestaan gewoon naast elkaar.
Ik dacht terug aan Valentijnsdag 2012.
Aan het nieuws.
Aan de ziekenhuiskamers.
Aan de geur van koffie uit automaten.
Aan gesprekken die nergens over gingen omdat de echte gesprekken te groot
waren geworden.
En natuurlijk dacht ik terug aan zijn laatste woorden.
"Pa, ik hou van je."
"Dat weet ik."
Drie woorden.
Meer niet.
Maar soms zijn drie woorden genoeg om jarenlang mee te dragen.
Ik vertelde de therapeut dat ik die woorden nog steeds hoor.

3

Niet iedere dag.
Maar vaak genoeg.
Soms wanneer ik aan hem denk.
Soms wanneer ik twijfel aan mezelf.

Soms zomaar.

"Dat weet ik."

Er zit iets rustgevends in die woorden.

Alsof er uiteindelijk toch dingen zijn die niet uitgelegd hoeven te worden.

Ik denk niet dat mijn vader een makkelijk leven heeft gehad.

Ik denk ook niet dat hij altijd wist hoe hij vader moest zijn.

Misschien weten de meeste ouders dat niet.

Misschien doen mensen vooral hun best met wat ze zelf hebben meegekregen.

Dat maakt pijn niet ongedaan.

Maar soms maakt het begrip iets groter.

Vergeven is een moeilijk woord.

Mensen gebruiken het vaak alsof het een eindpunt is.

Alsof je op een dag wakker wordt en denkt:

nu is alles opgelost.

Zo werkt het voor mij niet.

Voor mij lijkt het meer op accepteren dat het verleden niet meer verandert.

Dat je wel kunt veranderen hoe je ernaar kijkt.

4

Toen de sessie voorbij was voelde ik me moe.

Maar anders moe dan vroeger.

Niet leeg.

Meer alsof ik een zware tas had neergezet die ik jarenlang had gedragen zonder te merken hoe zwaar

hij was geworden.

Ik liep terug naar mijn kamer en dacht aan mijn vader.

Niet alleen aan de moeilijke dingen.

Niet alleen aan de laatste weken.

Maar aan het geheel.

Aan de man die mijn vader was geweest.

Met al zijn goede kanten.

Met al zijn moeilijke kanten.

Met alles daartussenin.

En misschien was dat voor het eerst.

Dat ik niet probeerde hem alleen als held of alleen als fout te zien.

Maar gewoon als mens.

Mijn vader overleed op tweeënhalfzestigjarige leeftijd.

Veel te vroeg.

Net als zoveel mensen die ik heb verloren.

Maar verlies heeft $\frac{1}{2}$ vreemde eigenschap.

Het neemt iemand weg uit de wereld.

Maar niet uit je verhaal.

5

Mijn vader zit nog steeds in mijn verhaal.

In herinneringen.

In woorden.

In stilte.

En soms in drie eenvoudige woorden die ik nooit meer ben vergeten.

"Dat weet ik."

En misschien was dat uiteindelijk precies wat ik nodig had om te horen.

6

Hoofdstuk 36 ½ De brand komt terug

Hoofdstuk 36 ½ De brand komt terug

-

Sommige herinneringen zitten niet in woorden.

Ze zitten in geluiden.

In geuren.

In beelden die ineens verschijnen zonder waarschuwing.

De brand van november 2023 was zo'n herinnering.

Tijdens EMDR dacht ik dat ik voorbereid was.

Ik had tenslotte al moeilijke herinneringen bekeken.

Mijn jeugd.

Mijn ouders.

Martin.

Parijs.

Maar de brand voelde anders.

De brand was nog te dichtbij.

Te vers.

De therapeut vroeg me voorzichtig om terug te denken aan die dag.

Niet aan alles tegelijk.

Gewoon aan het begin.

Ik herinner me vooral onrust.

Niet ½ ½ duidelijke gedachte.

Meer een gevoel dat alles te veel was geworden.

Alsof mijn hoofd een kamer was waarin alle radio's tegelijk aanstonden.

1

Ik sliep slecht.

Dacht veel.

Voelde me opgejaagd.

Alsof mijn lichaam voortdurend klaarstond om ergens voor weg te rennen zonder te weten waarvoor.

Toen kwamen de beelden terug.

De kamer.

De rook.

Maar levend.

Het hielp mij om te weten dat zij uiteindelijk een veilig thuis kreeg bij een gezin.

Dat verandert het verlies niet.

Maar het maakt het iets draaglijker.

Schuldgevoel kwam vaak terug tijdens de therapie.

Veel vaker dan woede.

Veel vaker dan angst.

Had ik iets anders kunnen doen?

Had ik eerder hulp moeten zoeken?

Had ik andere keuzes moeten maken?

Het zijn vragen zonder antwoorden.

En misschien juist daarom blijven ze zo lang bestaan.

De therapeut zei iets wat me is bijgebleven.

"Schuldgevoel probeert vaak orde te maken in chaos."

Ik moest daar lang over nadenken.

Want misschien voelde schuld soms veiliger dan machteloosheid.

Als iets mijn schuld was, betekende dat tenminste dat er een verklaring bestond.

Maar niet alles heeft een duidelijke verklaring.

Niet alles is controleerbaar.

4

Niet alles heeft een logisch verhaal.

Dat accepteren vond ik moeilijk.

Misschien vind ik dat nog steeds moeilijk.

Tijdens $\frac{1}{2}$ van de sessies vroeg de therapeut:

"Wat zou je zeggen tegen iemand anders die precies hetzelfde had meegemaakt?"

Dat bleek makkelijker dan tegen mezelf praten.

Ik zou zeggen:

Je was in nood.

Je was bang.

Je probeerde te overleven.

Je verdient hulp.

Toen kwam de moeilijke vraag.

"Waarom gelden die woorden niet voor jou?"

Daar had ik geen antwoord op.

Niet toen.

Misschien nog steeds niet helemaal.

De brand zal altijd onderdeel van mijn leven blijven.

Dat verandert niet.

Maar langzaam veranderde wel iets anders.

De herinnering verloor iets van haar kracht.

5

Niet haar betekenis.
Niet haar verdriet.
Maar haar macht.
Dat verschil bleek groter dan ik ooit had gedacht.
Soms denk ik nog terug aan die avond.
Aan de rook.
Aan de sirenes.
Aan Moppie.
Aan de buurjongen die hulp haalde.
Aan de ambulance.
Maar tegenwoordig eindigt die herinnering niet meer bij de brand.
Ze eindigt hier.
In een kamer in een kliniek.
Met een vrouw van drieënzeventig die haar verhaal opschrijft.
En misschien is dat uiteindelijk wat herstel is.
Niet dat het verleden verdwijnt.
Maar dat het verleden niet langer het einde van het verhaal bepaalt.

6

Hoofdstuk 37 ½ Leren leven

Hoofdstuk 37 ½ Leren leven

-

Jarenlang dacht ik dat overleven hetzelfde was als leven.

Je staat op.

Je haalt de dag.

Je gaat slapen.

En de volgende ochtend begin je opnieuw.

Dat was leven toch?

Tenminste, dat dacht ik.

Pas in de kliniek begon ik langzaam te begrijpen dat er een verschil bestaat.

Een groot verschil zelfs.

Overleven gaat over vandaag halen.

Leven gaat over morgen durven zien.

Dat laatste vond ik moeilijker.

Veel moeilijker.

Ik was gewend geraakt aan crisis.

Aan problemen oplossen.

Aan doorgaan.

Aan sterk zijn.

Maar wat doe je wanneer er ineens ruimte ontstaat?

Wanneer je niet alleen hoeft te reageren op wat er gebeurt?

Wanneer iemand vraagt:

"Wat wil jij eigenlijk?"

Dat bleek een moeilijke vraag.

Misschien wel de moeilijkste die ik ooit had gekregen.

Wat wilde ik eigenlijk?

Ik had jarenlang vooral geweten wat ik niet wilde.

Geen ruzie.

Geen verlies.

Geen pijn.

Geen chaos.

Maar wat wilde ik wel?

In het begin waren de antwoorden klein.

Goed slapen.

Rust in mijn hoofd.

Een wandeling maken zonder voortdurend achterom te kijken.

Later kwamen er andere antwoorden.

Een toekomst.

Misschien werk.

Misschien een huis.

Misschien gewoon een normaal leven.

Normaal.

Wat dat ook precies betekent.

Ik begon opnieuw dingen te ontdekken die ik lang kwijt was geweest.

Muziek bijvoorbeeld.

Niet als achtergrondgeluid.

Maar echt luisteren.

Echt voelen.

Soms dacht ik terug aan Hyde Park.

Aan die avond waarop ik voor het eerst in jaren weer geluk voelde.

Ik dacht aan Rome.

Aan de warme nachten.

Aan de gitaar.

Aan de man zonder naam die muziek maakte alsof de wereld niet bestond.

Ik dacht aan Parijs.

Aan de Seine.

Aan de lange wandelingen.

Zelfs aan de moeilijke momenten.

Langzaam begon ik te begrijpen dat mijn leven niet alleen uit verdriet bestond.

Dat had ik lang wel gedacht.

Maar er waren ook andere hoofdstukken geweest.

Liefde.

Muziek.

Reizen.

Humor.

Mensen die belangrijk waren geweest.

Trauma heeft de neiging om alle ruimte op te eisen.

Alsof het het enige verhaal is dat telt.

Maar mijn leven was groter dan mijn trauma.

Groter dan mijn verliezen.

Groter dan mijn fouten.
Dat betekende niet dat moeilijke herinneringen verdwenen.
Die waren er nog steeds.
Soms heel duidelijk.
Soms onverwacht.
Maar ze zaten niet meer achter het stuur.
Dat verschil voelde enorm.
Ik begon ook anders naar mezelf te kijken.
Voorzichtiger.
Milder misschien.
Niet alleen als iemand die dingen fout had gedaan.
Maar ook als iemand die veel had meegemaakt.
Iemand die heel lang had geprobeerd te overleven.
Dat maakte niet alles goed.
Maar het maakte sommige dingen begrijpelijker.

Soms liep ik door de tuin van de kliniek en dacht ik aan het meisje met het blauwe fietsje.

Aan Martin.

Aan mijn moeder.

Aan mijn vader.

Aan de jonge vrouw in Hyde Park.

Aan de wandelaar in Parijs.

Al die mensen waren ik geweest.

En ergens waren ze er allemaal nog.

Ik ben nu drieënhalve veertig jaar oud.

Dat voelt soms oud.

En soms helemaal niet.

Soms voelt het alsof ik meerdere levens heb geleefd.

Misschien heb ik dat ook wel.

Maar voor het eerst in lange tijd voelt het alsof er nog hoofdstukken voor me liggen.

Niet alleen hoofdstukken achter me.

Dat idee maakt me nog steeds bang.

Hoop is soms eng wanneer je veel bent kwijtgeraakt.

Want hopen betekent ook dat je weer iets te verliezen hebt.

Toch probeer ik het.

Iedere dag opnieuw.

Niet groot.

Niet spectaculair.

Gewoon kleine hoop.

Een goede dag.
Een gesprek.
Een wandeling.
Een liedje dat precies op het juiste moment komt.
Misschien bestaat herstel uiteindelijk uit dat soort dingen.
Niet uit $\frac{1}{2}$ groot wonder.
Maar uit honderden kleine momenten waarop je opnieuw kiest om verder te gaan.
Mijn verhaal is nog niet afgelopen.
Dat weet ik inmiddels zeker.
Ik weet niet hoe de volgende hoofdstukken eruit zullen zien.
Misschien moeilijk.
Misschien mooi.
Waarschijnlijk allebei.
Maar voor het eerst in heel lange tijd geloof ik dat ze er zullen zijn.
En eerlijk gezegd is dat meer hoop dan ik ooit had verwacht terug te vinden.

Hoofdstuk 38 ½ Morgen bestaat nog

Hoofdstuk 38 ½ Morgen bestaat nog

Vroeger dacht ik niet veel na over de toekomst.

Niet omdat ik dat niet wilde.

Maar omdat ik vaak al mijn energie nodig had om de dag door te komen.

Wanneer je vooral bezig bent met overleven, voelt volgende week soms al heel ver weg.

Laat staan volgend jaar.

In de kliniek veranderde dat langzaam.

Niet ineens.

Niet op een ochtend waarop ik wakker werd en dacht:

vanaf vandaag komt alles goed.

Zo werkt herstel niet.

Herstel lijkt meer op de lente.

Eerst merk je bijna niets.

Dan zie je ergens een klein groen blaadje.

Een paar dagen later nog ½ ½ n.

En ineens beseft je dat de winter misschien toch niet eeuwig duurt.

Voor mij begon dat met kleine dingen.

Een nacht goed slapen.

Een gesprek dat goed voelde.

Een wandeling zonder haast.

Een kop koffie in de zon.

Vroeger zou ik die dingen waarschijnlijk niet eens hebben opgemerkt.

1

Nu voelden ze soms als kleine overwinningen.

Ik begon voorzichtig na te denken over later.

Niet over grote dromen.

Nog niet.

Gewoon over gewone dingen.

Waar wil ik wonen?

Wat voor leven wil ik leiden?

Welke mensen wil ik om me heen hebben?

Muziek op de achtergrond.

Rust.

Vroeger zou ik dat een saai leven hebben gevonden.

Nu klinkt het als rijkdom.

Ik weet niet hoe mijn toekomst eruitziet.

Niemand weet dat.

Maar voor het eerst in lange tijd ben ik nieuwsgierig genoeg geworden om het te willen ontdekken.

En dat voelt als een overwinning.

Mijn naam is Angela.

Ik ben drieënhalve veertig jaar oud.

Ik heb mensen verloren van wie ik hield.

Ik heb steden achter me gelaten.

Ik heb fouten gemaakt.

Ik heb overleefd.

Maar dit verhaal gaat niet alleen over wat ik kwijt ben geraakt.

Het gaat ook over wat gebleven is.

Nieuwsgierigheid.

4

Doorzettingsvermogen.

Humor.

Hoop.

Misschien zijn dat uiteindelijk de dingen die mij steeds opnieuw overeind hebben geholpen.

Zelfs wanneer ik zelf dacht dat ze verdwenen waren.

Het boek is nog niet uit.

Niet voor de lezer.

En ook niet voor mij.

Er komen nog hoofdstukken.

Dat weet ik niet omdat iemand het mij heeft beloofd.

Ik weet het omdat ik er nog ben.

Omdat ik nog schrijf.

Omdat ik nog droom.

Omdat ik nog vooruit kijk.

En misschien is dat uiteindelijk de mooiste zin van dit hele verhaal:

Er komt nog een morgen.

5

Hoofdstuk 39 ½ Het kleine huisje

Hoofdstuk 39 ½ Het kleine huisje

Tegenwoordig denk ik soms na over later.

Niet iedere dag.

Niet voortdurend.

Maar af en toe.

Voorzichtig.

Alsof je een deur op een kier zet om te kijken wat erachter zit.

Ik weet dat er nog stappen gezet moeten worden.

Binnen de kliniek moet ik eerst nog naar niveau 2.

Daarna volgen misschien weer nieuwe stappen.

Grotere stappen.

Hoe snel dat gaat weet niemand precies.

Dat hangt af van behandelingen.

Van gesprekken.

Van beoordelingen.

En uiteindelijk ook van de rechter.

Dat vond ik vroeger moeilijk.

Niet weten wanneer iets gebeurt.

Niet weten hoe lang iets duurt.

Langzaam leer ik dat sommige dingen tijd nodig hebben.

Meer tijd dan je zou willen misschien.

Maar soms ook precies de tijd die nodig is.

1

Wanneer ik aan de toekomst denk zie ik geen groot huis.

Geen dure spullen.

Geen spectaculaire plannen.

Ik zie een klein woningke.

Een plek die van mij is.

Een plek waar de deur achter me dicht kan.

Een plek waar ik mijn eigen koffie kan zetten in de ochtend.

Waar muziek mag spelen wanneer ik dat wil.

Waar stilte gewoon stilte mag zijn.

Begeleid zelfstandig wonen.
Met ambulante hulp wanneer dat nodig is.
Niet omdat ik gefaald heb.
Maar omdat mensen soms hulp nodig hebben om verder te bouwen.
Vroeger vond ik het moeilijk om dat toe te geven.
Nu kijk ik daar anders naar.
Misschien is kracht niet alles alleen doen.
Misschien is kracht weten wanneer je anderen nodig hebt.
Ik denk ook vaak aan mijn vrienden.
Aan mensen die ik al een tijd niet meer echt heb gezien.
Aan gewone gesprekken.
Aan samen koffie drinken.

2

Aan lachen om dingen die eigenlijk niet grappig zijn.
En aan mijn tantes.
Familie die er nog is.
Familie die onderdeel blijft van mijn verhaal.
Ik kijk uit naar die ontmoetingen.
Niet groot.
Niet ingewikkeld.
Gewoon elkaar zien.
Gewoon weer even samen zijn.
En misschien komt er ook weer een kat.
Of eigenlijk een poesje.
Na alles wat er gebeurd is blijft dat een moeilijk onderwerp.
Er zit verdriet.
Gemis.
Herinneringen.
Maar er zit ook iets anders.
Liefde.
Misschien is een nieuw poesje niet alleen een nieuw huisdier.
Misschien is het ook een teken dat ik weer durf te zorgen.
Dat ik weer durf te hechten.
Dat ik weer durf lief te hebben.

3

Dat vind ik misschien nog wel het spannendste van herstel.
Niet opnieuw leren leven.
Maar opnieuw durven verbinden.
Ik weet niet wanneer die dag komt.
Niemand weet dat.
Misschien over een jaar.

Misschien later.

Misschien eerder.

Maar voor het eerst in lange tijd voelt de toekomst niet meer als een gesloten deur.

Meer als een lange gang met meerdere deuren die nog open kunnen gaan.

En ergens aan het einde van die gang zie ik het soms al voor me.

Een klein woningkje.

Een kop koffie op tafel.

Een poes op de vensterbank.

Een bezoek van vrienden.

Een tante die langskomt.

En een vrouw van drieënvveertig die eindelijk niet meer alleen bezig is met overleven.

Maar met leven.

Hoe dat precies zal gaan verlopen weet niemand.

Niet ik.

Niet de behandelaars.

Niet de rechter.

4

Maar ï¿½ï¿½n ding weet ik inmiddels wel.

Zolang er nog hoofdstukken geschreven kunnen worden, is het verhaal nog niet afgelopen.

5

Hoofdstuk 40 ½ Snifto

Hoofdstuk 40 ½ Snifto

Naast alle verhalen van verlies, reizen en herstel is er nog een ander deel van mij.

Een creatief deel.

Een deel dat muziek maakt.

Een deel dat nog steeds iets nieuws wil creëren.

Muziek is al mijn hele leven aanwezig.

In moeilijke periodes.

In goede periodes.

In Londen.

In Rome.

In Parijs.

En nu ook hier.

Soms zegt muziek dingen waar woorden tekortschieten.

Soms kan een melodie uitleggen wat een gesprek niet lukt.

Misschien is dat waarom muziek altijd is gebleven.

Zelfs toen andere dingen verdwenen.

Ik maak tegenwoordig zelf muziek.

Dat geeft rust.

Ruimte.

En soms ook hoop.

Want iets maken voelt anders dan iets verliezen.

Ik heb zelfs mijn eigen website:

1

`urlsnifto.eu` `https://snifto.eu`

Snifto is mijn bijnaam.

Maar het is meer geworden dan een bijnaam alleen.
Het is ook mijn artiestennaam.
Een naam die ik heb meegenomen in muziek en creativiteit.

Voor mij betekent Snifto:
Super Natural Intelligence For The One.

Op mijn achtentwintigste liet ik die naam tatoeëren op mijn arm.
Niet zomaar als versiering.
Maar als iets dat bij mij hoort.
Een deel van mijn identiteit.
Een naam die ik zelf heb gekozen.

Inmiddels staan er veel tatoeages op mijn lichaam.
Iedere tatoeage vertelt een verhaal.
Een herinnering.
Een periode.
Een stukje van mijn leven.

Binnenkort wil ik er nog twee laten zetten.
Een draak.
Niet zomaar een draak.
Twee draaken
Maar een draak voor mijn moeder.
Voor haar Chinese sterrenbeeld.

2
Dat idee vind ik mooi.
Niet als afscheid.
Maar juist als verbinding.
Alsof ze op die manier nog een stukje met mij meeloopt.

Misschien zijn tatoeages soms een soort herinneringen die je meedraagt op je huid.
Niet omdat je bang bent iets te vergeten.
Maar omdat sommige mensen en sommige verhalen het verdienen om zichtbaar te blijven.

Ik ben veel dingen geweest in mijn leven.
Dochter.
Zus.
Reiziger.
Patient.

Overlever.

Maar ik ben ook muzikant.

Maker.

Dromer.

En Snifto.

Misschien is dat uiteindelijk wat herstel ook betekent.

Niet alleen ontdekken wat je bent kwijtgeraakt.

Maar ook opnieuw ontdekken wat er altijd al in je heeft gezeten.

En daar ruimte voor maken.

Muziek voor maken.

3

En misschien zelfs een beetje trots op durven zijn.

4

Hoofdstuk 41 ½ De studio in mijn hoofd

Hoofdstuk 41 ½ De studio in mijn hoofd

-

Mensen denken soms dat herstel alleen bestaat uit gesprekken.

Uit therapie.

Uit behandelplannen.

Uit rapporten en evaluaties.

Maar voor mij bestaat herstel ook uit muziek.

Muziek is altijd gebleven.

Toen mensen verdwenen.

Toen steden achter me lagen.

Toen ik mezelf soms kwijt was.

Muziek bleef.

Soms luisterde ik naar muziek om te ontsnappen.

Later begon ik muziek te maken om juist dichterbij mezelf te komen.

Een beat.

Een melodie.

Een paar woorden op papier.

Soms begint een nummer met bijna niets.

En eindigt het als iets dat precies zegt wat ik zelf niet kon uitleggen.

Mijn artiestennaam is Snifto.

Dat is al jaren zo.

Niet zomaar een naam die ik leuk vond klinken.

Maar een naam met een betekenis.

1

Snifto betekent voor mij:

Super Natural Intelligence For The One.

Het werd mijn bijnaam.

Mijn artiestennaam.

En uiteindelijk ook een deel van mijn identiteit.

Op mijn achtentwintigste liet ik de naam tatoeëren op mijn arm.

Een herinnering voor altijd.

Niet op papier.

Niet op een scherm.
Maar op mijn huid.
Inmiddels staan er meer tatoeages op mijn lichaam.
Mijn leven staat er bijna tussen geschreven.
Herinneringen.
Verhalen.
Periodes.
Mensen.
Sommige mensen bewaren herinneringen in dozen op zolder.
Ik draag ze met mij mee.
Binnenkort wil ik een nieuwe tatoeage laten zetten.
Een draak.
Voor mijn moeder.

2

Voor haar Chinese sterrenbeeld.
Ik vind dat een mooi idee.
Niet omdat ik haar ben vergeten.
Maar juist omdat ik haar niet ben vergeten.
Misschien vliegt die draak straks voor altijd met mij mee.
Op mijn arm.
Door mijn leven.
Door de hoofdstukken die nog komen.
Naast muziek heb ik ook mijn eigen website:
[urlsnifto.eu](https://snifto.eu) <https://snifto.eu>
Soms voelt dat klein.
Gewoon een website.
Een naam op internet.
Maar soms voelt het groter.
Als een bewijs dat ik meer ben dan mijn dossier.
Meer dan mijn verleden.
Meer dan de moeilijkste hoofdstukken van mijn leven.
Ik ben ook iemand die creëert.
Iemand die schrijft.
Iemand die muziek maakt.
Iemand die ideeën heeft.

3

Misschien is dat het mooiste aan creativiteit.
Dat het iets nieuws maakt uit dingen die pijn deden.
Soms stel ik me mijn toekomst voor.
Een klein woningkje.
Een poes op de vensterbank.

Een computer met muzieksoftware open.
Speakers die zacht op de achtergrond spelen.
Misschien werk ik aan een nieuw nummer.
Misschien aan een nieuwe beat.
Misschien gewoon aan een idee dat nog moet groeien.
En misschien staat er op de deur wel gewoon iĳn naam.
Snifto.
Niet alleen een artiestennaam.
Niet alleen een bijnaam.
Maar een herinnering aan iemand die veel heeft verloren, veel heeft meegemaakt
en toch bleef
creëren.
Toch bleef dromen.
Toch bleef bouwen.
Misschien is dat uiteindelijk wat muziek voor mij betekent.
Niet ontsnappen aan het leven.
Maar een manier vinden om het te vertellen.
Beat voor beat.
4
Nummer voor nummer.
Hoofdstuk voor hoofdstuk.
5

"Mijn naam is Angela. Ik ben 43 jaar oud. Dit is mijn verhaal."

Snifto

snifto.eu