

Anjali Taneja

IK MOEDER MAAR WAT AAN

Een liefdevolle ode aan het falen – én doorgaan – van
de bedenker van de hitserie *Moedermaffia*

Spectrum

Omslagontwerp: Helga Lobosco de Jonge, vrijewind

Auteursfoto: MADEBYSEM

Opmaak: Elgraphic

ISBN 978 90 00 40071 3

ISBN 978 90 00 40095 9 (e-book)

NUR 320, 850

© 2025 Anjali Taneja

© 2025 Uitgeverij Unieboek | Het Spectrum bv, Amsterdam

Eerste druk, 2025

Spectrum maakt deel uit van Uitgeverij Unieboek | Het Spectrum bv,

Postbus 23202

1100 DS Amsterdam

www.spectrumboeken.nl

 Spectrum Life

 spectrumboeken

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

All rights are reserved, including those for text and data mining, AI training and similar technologies.

WAAROMEEN BOEK OVER AANMOEDEREN?

Ik moeder maar wat aan.

Al ruim zestien jaar.

Niet alleen is dit de leeftijd van mijn dochter, het is ook de tijd die ik nodig heb gehad om deze conclusie te trekken. En hardop toe te geven.

Laatst zei ze:

‘Mam, ik ga ook een boek schrijven.’

‘Weet je wat de titel wordt?’

‘Kind van een kindmoeder.’

‘Hoe ik werd opgevoed door een onvolwassen moeder.’

Slik.

En bedankt.

Ik wil huilen en lachen tegelijk. Ik kan niet kiezen.

‘Ik ben nog niet klaar.’

Ik weet niet of ik nog meer aankan.

Moet ik mijn handen over mijn oren doen?

‘Toch goed terechtgekomen.’

Ik schiet in de verdediging, wil het niet horen. Ik houd niet van falen, wil alles graag heel goed doen.

‘Huh? Wat?’

‘Wat zei je?’

‘Toch goed terechtgekomen.’

Nu kies ik wel voor huilen.

Van trots. En compassie. Voor mezelf.
Na zestien jaar struggelen in het fenomeen dat moederschap heet.

Dit boek is een liefdevolle ode aan het falen en doorgaan.

Iets waar ik nu pas toe in staat ben: terugkijken zonder zelfverwijt.

Op zestien jaar moederschap, door de lens van nu.

Met een lach. Of als ik eerlijk ben: humor als verpakking voor onzekerheid en schaamte.

Vol inzichten die ik zelf graag had willen krijgen aan het begin van mijn moederschap.

Een periode die me overviel als een tsunami.

Iets wat ik totaal niet zag aankomen want hey, ik heb toch een natuurlijke aanleg voor ouderschap? Het is een biologisch fenomeen, hoe moeilijk kan het zijn?

Mijn dochter was nog geen paar minuten oud of ik werd al geplaagd door angstgedachten: Ik ben niet geschikt voor deze job. Hoe kom ik hier van af? Kan ik nog terug?

Nu, ouder en wijzer, weet ik: ouderschap (als je dit bewust wilt doen) is een skill die jaren kost om onder de knie te krijgen.

Nu moet je weten, ik heb de neiging om af te haken als iets echt moeilijk wordt. Althans dat was zo bij handbal, tennis, paardrijden, blokfluit, schermen, zwemmen en zo kan ik nog wel even doorgaan. Bij een kind kun je niet afhaken. Schrale troost, het doorzetten betaalt zich uit. Al blijf je tegen dingen aanlopen.

Zoals het gegeven dat gevoelens en emoties van kinderen je triggeren en je precies op plekken raken waar je het zelf als kind gevoeld hebt. Dat je zelf weer klein wordt, de lelijkste versie van jezelf. Ik heb voorbeelden waar ik nu om kan lachen maar die echt gênant zijn als ze door je zesjarige kind hardop aan een pedagoog worden verteld. 'Mama gaat dan keihard schreeuwen, rent naar

haar kamer, slaat de deur met een klap dicht.' Of: 'Mama gaat in een hoekje zitten en wil niks meer tegen me zeggen.' Of: 'Mama begint te huilen, zegt dat ik gierig en egoïstisch ben.'

Een van de grootste ontdekkingen van zestien jaar moederschap is, om op een andere manier te kijken naar je kinderen: als spiegels die jou precies laten zien waar je intern werk te doen hebt. Ze wijzen naar waar de pijn zit: de niet geheelde wonden en kwetsuren. Waarmee opvoeden opeens een wisselwerking wordt: een fenomeen waarin je zelf kunt groeien, als ouder, als mens. In volle potentie! Hoe leuk is dat?!

(Ik geef toe, als je er middenin zit, is het verschrikkelijk, dan haat je dit uit de grond van je hart! Ik heb het nu vooral over het inzicht.)

Schrale troost: als opvoeder sta je niet op een eiland. Waarmee ik wil zeggen: het is allemaal de schuld van mijn ouders dat ik maar wat aanmoeder.

Haha, nee, dat is natuurlijk niet zo. Maar ik heb dat serieus een tijd geroepen. Het is makkelijk, snap je? Mijn moeder de schuld geven van al mijn opvoedellende. Helaas, als je eenmaal bewust gaat ouderen, moet je in alles naar jezelf kijken. Volledige verantwoordelijkheid nemen. Zeker niet makkelijk. Pianospelen of paardrijden leer je ook niet meteen, helemaal niet als je prof wilt worden. Het kost tijd, met heel veel vallen en opstaan.

In deze radicaal eerlijke biecht over het aanmoederen, begin ik bij mijn eigen jeugd. Waarom? Ik ben zelf kind geweest. In die jonge jaren, heb ik (net als ieder mens) allerlei reacties ontwikkeld om mezelf te beschermen tegen de omstandigheden in m'n opvoeding. Dat is wat een mens schijnt te doen, waardoor hij zijn ego ontwikkelt, een 'valse' identiteit gebaseerd op angst. Laat dit nou precies datgene zijn waarvan uit ik m'n kind opvoed. Geleid door

angst word ik controlerend, dwingend, bazig, boos, val ik uit, verlang ik dat m'n kind anders is, ben ik als de dood dat ze faalt, enzovoort.

De omstandigheden werden wel gecreëerd door mijn ouders. Zij zijn ook weer producten van hun jeugd, grootgebracht met andere normen en waarden. Ik ben een verlengstuk van mijn moeder, mijn dochter weer van mij.

Opvoeden lijkt een individuele aangelegenheid, maar dat is het bij lange na niet.

Onzichtbare banden met onze ouders en voorouders verbinden ons met het verleden. De belangrijkste vragen voor mij als moeder: wat zijn de kwetsuren die mijn dochter zo geraffineerd aanraakt? Hoe kom ik daar los van? Wie wil ik zijn?

In *Ik moeder maar wat aan* deel ik niet alleen alles over mijn moederschap: van de pogingen om mijn bevalling te versnellen, onze nogal aparte kraamverzorgster en de bemoeienis van mijn eigen moeder tot de (beschamende) bezoeken aan de opvoedpoli – maar ook over mijn kindertijd. Hoe heb ik mijn identiteit gevormd? Als kind van twee culturen, opgegroeid in een overheersend patriarchaal gedreven gezin, waar de waarden van de man de boventoon voerden in de vorm van mijn vader en twee broers. Welke patronen en conditioneringen heb ik me eigen gemaakt door schade en schande? Hoe keren die zich tegen me in mijn eigen moederschap van een nogal eigengereid, krachtig meisje dat zich niets laat opleggen? Een kracht waar ik me geïntimideerd door voel, me beklemmt en die me keihard confronteert met mijn jeugd.

Waar ik bij mijn moeder braaf mijn mond houd in mijn jonge jaren uit angst voor haar woede, lukt dit bij mijn dochter allesbehalve. Ik zie haar als een bedreiging waar ik met momenten gillend van wil wegrennen en van wil losbreken. Niet alleen overvalt het moederschap me met gevoelens van onzekerheid en falen, ik ontdek ook

dat het gezinsleven me verstikt. Dat in mij een rebelse avonturier schuilt die tijd voor zichzelf nodig heeft. Hoe meer ik dat onderdruk, hoe groter het conflict wordt tussen mezelf en een 'goede' moeder zijn. Tot ik na vier jaar vader- en moederconstructie, ervoor kies om mijn eigen pad als co-ouder en single moeder te bewandelen. Met als gevolg een genadeloze crisis als toegangspoort naar zelfontplooiing waarin ik oude familiepatronen afwerp en wonden heel met ayahuasca's (plantaardige medicijnen), drie dagen en nachten zonder eten en beschutting alleen op een berg in Zuid-Frankrijk en talloze therapieën. Wie ben ik in volledige vrijheid? Zonder de begrenzing uit mijn jeugd? Wat voor voorbeeld wil ik zijn voor mijn dochter? En vooral: wat wil ik zelf aangaan om haar zoveel mogelijk te besparen, zodat zij een vrij leven kan leiden?

Zoals ik al aangaf, is dit boek een liefdevolle ode. Aan mezelf als moeder, aan alle moeders, ouders, opvoeders en mensen. Ik moeder maar wat aan, iedere dag weer. Ik hoop dat mijn eerlijkheid anderen inspireert ook eerlijk te zijn. Dat iedereen hardop toegeeft dat we maar wat aanmoederen. Dat de een gewoon beter is in het maskeren ervan dan de ander. Dat we in groten getale samenkomen, opbiechten dat we geen idee hebben wat we aan het doen zijn, lachen, ons bevrijden van de last alles perfect te willen doen, al die ballen hooghouden, er kilo's gewicht van ons af vallen, onze verkrampde gezichten openbreken naar vrolijke gezichten. Dat onze kinderen elkaar opzoeken. ('Hey, moedert jouw moeder ook maar wat aan? Ja! Die van mij ook! Nou ja?!') Dat we rennend, dansend de straat op gaan, zingend, roepend: 'We doen maar wat, jaaaaaa!!' Dat voorbijgangers ons bevreed aanstaren, wie zijn die vrouwen?! Dat zijn moeders die maar wat aanmoederen. Verwondering, verbazing. 'Echt?! Zijn dat die moeders? Waarom zijn ze zo blij?!' Ze zijn vrij van de last iets te moeten zijn. Een moeder, of beter gezegd, perfecte moeder. Ze moederen maar wat aan! Ie-

dereen mag het weten, ze hoeven niks meer op te houden, het maakt ze geen fuck meer uit.

Oké, dit beeld is overdreven, ik zou nooit dansen op straat, superhysterisch.

Het gaat om een gevoel dat ik wil oproepen. Wat ik hoop te bereiken met dit boek.

Waar ik bang voor ben, is dat ik deel dat ik maar wat aanmoeder – niet alleen dat, maar ook hoe ik dat doe, nalaat, er een chaos van maak, zelf nog een kind ben in een volwassen lichaam dat een wanhopige poging doet tot opvoeden – daarmee nul herkenning oproep, eerder onbegrip, kritiek, keihard oordeel. Blikken vol afkeur, *walk of shame*.

Waarom dan toch alles delen?

Het verlangen naar het eerste (herkenning, verbinding: maar dan zonder het dansen) is groter dan de angst voor het tweede (*walk of shame*). Omdat ik zelf steun haal uit verhalen van mensen die kwetsbaar (durven) zijn. Het verbindt me met andere mensen. In een wereld waarin ik het gevoel heb dat het soms ieder voor zich is, dat we geen *village* zijn die een kind opvoeden, eerder een losstaand huis met dichte rolluiken. We denken verantwoordelijk te zijn voor ons eigen succes, dus ook ons eigen falen. Vervolgens schamen we ons als we niet voldoen en houden we dat voor onszelf. Een potje aanmoederen in stilte met als gevolg: zelfafwijzing en eenzaamheid. Wat heb jij hier allemaal aan, vraag je je misschien af? Wist je dat als woorden, zinnen of zelfs verhalen van anderen iets bij jou raken, het ook iets van jou is? Je herkent het, bewust of onbewust, wat een gevoel van verbinding en connectie geeft. En laat dit nu net een biologische en psychologische behoefte zijn van een mens!

Dus. Daarom dit risico.

Daarom dit delen.

Zoals Brene Brown (een Amerikaanse onderzoeker) zo treffend zegt:

'If you are not in the arena getting your ass kicked on occasion, I am not interested in or open to your feedback. There are a million cheap seats in the world today filled with people who will never be brave with their own lives, but will spend every ounce of energy they have hurling advice and judgement at those of us trying to dare greatly. Their only contributions are criticism, cynicism, and fear-mongering. If you're criticizing from a place where you're not also putting yourself on the line, I'm not interested in your feedback.'

FLOEPBABY

De eerste bladzijden van een boek zijn cruciaal, net als de eerste paar seconden op TikTok. Een mens scrolt genadeloos door als het niet boeit. Die druk voel ik. Ik weet inmiddels hoe dat werkt bij tv-series. Om elkaar een beetje af te tasten, jij lezer, ik schrijver van *Ik moeder maar wat aan* (zo heet dit boek, voor degenen die dat alweer zijn vergeten of de woorden wel lezen maar niet opslaan), begin ik luchtig over mijn dertig uur lange bevalling en wat je allemaal in dertig uur kunt doen. En oh ja: wist je dat de manier van geboren worden iets zegt over je persoonlijkheid?

Dertig uur.

Zo lang duurde m'n bevalling.

In dertig uur:

Vlieg je van Amsterdam naar Tokio, heen en terug, inclusief tijd om op Narita Airport een matcha latte te drinken.

Rijd je met de auto naar Zuid-Frankrijk, weer terug, nog een keer heen, inclusief tanken en plassen.

Binge je seizoen 1 van *Bridgerton*, maak je tussendoor popcorn, knal je seizoen 2 erachteraan.

Voer je 36 telefoongesprekken van 50 minuten met je moeder of beste vriendin.

Zet je een Ikea-keuken in elkaar (extra minuten om zes keer het

boekje opnieuw te lezen plus meerdere ruzies over incomplete schroeven te hebben. Missend gereedschap meegerekend.)

Loop je 3 marathons.

Doe je 15 dutjes van 2 uur. (Of 2 van 15 uur.)

Beleef je een weekendje Disneyland (alle attracties! Met pauzes tussendoor.)

Onderga je 15 gelnagelbehandelingen of 30 massages. (Oké, misschien 20 massages, tussendoor chillen, het moet wel leuk blijven.)

Kijk je seizoen 1 t/m 4 van *Game of Thrones*. ('*Winter is coming*!')

Maak je een cruise van Barcelona naar Rome met een stop in Marseille. (Pak zeker je 'I am flying, Jack' *Titanic*-moment.)

Luister je alle nummers van Beyoncé, inclusief livealbums.

Beklim je de Mont Blanc, omhoog en omlaag. (Mag ook in gedachten terwijl je op bed ligt.)

Maak je een busreis van Amsterdam naar Marrakech.

Kijk je alle Marvel-films (Of 30 keer *Thor* als je je wilt vergapen aan Chris Hemsworth.)

Ga je op retraite op Mallorca of Ibiza. (Geen stilteweekend, die duurt langer qua beleving. Ik zou iets doen met lekker eten, mooi uitzicht, af en toe yoga.)

In dertig uur kan een mens veel doen.

Nu maakt het wel uit wat je gevoelservaring is.

Dertig uur kan snel voorbijgaan.

Dertig uur kan tergend langzaam voorbij kruipen.

Wat het gevoel van snel voorbijgaan kan beïnvloeden is: ben je ergens naartoe op weg wat iets oplevert, zoals een gevoel van voldoening?

Ben je dit niet, kom je nergens uit, dan kan de beleving van dertig uur aanvoelen als zestig uur of zelfs honderdnegentig.

Als je denkt, waar gaat dit over? Hierbij een simpel voorbeeld. Neem Droomvlucht in de Efteling. Hoelang je ook in de rij staat (gelukkig staan er tussendoor bordjes met vanaf hier nog zestig,

vanaf hier nog dertig minuten) de bevrediging aan het einde (de attractie zelf) is dusdanig groot, dat je het gevoel van de wachttijd daarna spontaan bent vergeten.

Dertig uur.

Zo lang duurde mijn bevalling.

Onderweg geen bordjes met wachttijden.

De bevrediging aan het einde....

....bleef uit.

Ik ben een floepbaby.

Op 27 april, de officiële verjaardag van Koning Willem-Alexander, opende ik voor het eerst mijn groene ogen. In de slaapkamer van mijn ouders, boven een antiekwinkel in een middelgroot dorp te Noord-Holland.

Geen spectaculair of horrorbevallingsverhaal dat nog generaties lang wordt doorgegeven.

Een paar weeën, floep, ik was er.

Een floepbaby.

Kleine zijsprong: Je hebt mensen die geen vragen stellen. Gewoon leven, van het ene moment naar het volgende, die genoeg nemen met hoe het nu is of hun situatie veranderen.

Het lijkt me met momenten heerlijk om zo te zijn, helaas ben ik er niet voor gemaakt. Ik ben altijd op zoek naar betekenis. Ik vind het lastig als iets gewoon is omdat het zo is.

Misschien omdat ik het anders saai vind? Of zinloos? Als we alles meemaken, alleen om het meemaken, niks ervan leren of meenemen naar... ja, naar wat?! Een volgend/nieuw/ander leven? Mijn brein legt zich daar niet bij neer, het is niksig, leeg. Ik zou antwoorden kunnen vinden in religie, alleen daar loop ik er tegenaan dat dingen soms te vast liggen, naar mijn bescheiden mening. Als ik een antwoord lees, popt er alweer een nieuwe

vraag op, gooi ik wat ik net ontdekt heb alweer overhoop, begin ik opnieuw met zoeken. Tussendoor maak ik verhalen van dat wat ik meemaak. Ik geef er betekenis aan door situaties aan elkaar te verbinden. Niet vanuit wetenschappelijke wijsheid en kennis, puur eigen perceptie.

Terug naar een floepbaby.

Daar wil ik graag bij stilstaan, als een moment van zingeving.

Of niet alleen bij het fenomeen floepbaby, bij de manier van geboren worden.

Veel psychologen, coaches en therapeuten geloven dat je geboorte-ervaring een blauwdruk kan vormen van hoe iemand zich in het leven beweegt.

Zo kan een moeizame, lange bevalling symbool staan voor een gevoel van 'hard vechten om er te mogen zijn', een spoedkeizersnede voor 'plotseling omschakelen', een natuurlijke zachte geboorte voor 'meer basisvertrouwen', navelstreng-om-de-nek-geboorte voor 'vrijheid en bestaansrecht'.

Aan de hand van deze theorie kan een floepbaby in 'positieve' zin betekenen dat ik geen strijd ervaar over mijn bestaansrecht. Ook heb ik een natuurlijke beweging naar het leven (zonder dat de omgeving veel moet helpen of ingrijpen) en aanleg voor snel schakelen.

In 'negatieve' zin kan ik in mijn leven dingen te snel willen, moeiteloos vooral.

Het gevoel hebben dat ik niet zichtbaar ben (floep, ik was er op eens), moeite hebben met wachten, slecht zijn in het verdragen van weerstand of omwegen.

Een floepbaby verlangt naar snelle routes, kan niet tegen vastzitten of blijven hangen in strijd, wil dat het leven makkelijk stroomt, voor zichzelf, voor anderen.

Om te bewijzen dat betekenis geven helemaal zo gek nog niet is, wil ik hier graag kort en bondig op ingaan.

Schakelen: kan ik snel.

Wachten: vind ik vreselijk. (Ik wil dingen snel vanuit enthousiasme.)

Onzichtbaar zijn: voel ik me inderdaad vaak, met als gevolg: me nog minder zichtbaar maken.

Klopt het dan allemaal?!

Nee. Een floepbaby zou moeten betekenen dat ik geen strijd er-
vaar over mijn bestaansrecht. Helaas. Het tegenovergestelde is
waar.

Mijn hele leven is dit zo geweest en in m'n moederschap wordt
dit alleen maar sterker.

Voor de categorie mensen die houdt van groei, op alle
manieren, deel ik vanaf nu mijn inzichten onder ieder
hoofdstuk. Als in: ik reflecteer op wat ik schrijf. Waarom?
Omdat er tijd zit tussen de gebeurtenis en het nu, waardoor ik
er zelf op kan terugkijken en er iets van kan vinden. Mensen
die niet dol op groei zijn, kunnen dit overslaan en door naar
het volgende hoofdstuk.

Ik wil graag even dit moment pakken om mijn twee broers te
bedanken. Vooral de oudste is de reden dat ik als floepbaby ter
wereld kon komen. Zijn hoofd was bovengemiddeld groot.
Zijn hoofd heeft mijn reis vanuit mijn moeders baarmoeder
vergemakkelijkt, daar ben ik hem dankbaar voor. Bevallingen
van baby's met een groot hoofd kunnen symbool staan voor:
veel denken, in je hoofd zitten, een sterk mentale kant
ontwikkelen. Ook kunnen ze een schuldgevoel overhouden
aan het feit dat ze de bevalling hebben bemoeilijkt. Mensen
die 'zwaar' binnenkomen, ontwikkelen veerkracht, krachtig
denkvermogen, een groot gevoel van verantwoordelijkheid
en sterke sensitiviteit voor hoe ze anderen juist wel of niet

belasten. Ook al is dit niet wetenschappelijk bewezen, mijn
broer is hoofd veiligheid van de provincie Noord-Holland. Ik
ken niemand met zo'n groot verantwoordelijkheidsgevoel als
mijn broer. Dus Krish (afkorting van broers naam), als je dit
leest, bedankt, dat je de weg voor mij hebt vrijgemaakt! (Sorry
dat mensen nu weten van je grote babyhoofd, daar zie je
gelukkig nu niks meer van.)