

# INHOUD

Inleiding 9

- 1 De weg van moed 13
- 2 De vuurproef 39
- 3 Gebroken stilte 63
- 4 Ongeziene krachtmeting 99
- 5 De eerste stap 123
- 6 Een symbool van hoop 165
- 7 Een rugzak vol betekenis 195
- 8 In het hart van de hitte 215
- 9 Bevroren dromen 241
- 10 Levensvuur 249

Dankwoord 251



## INLEIDING

Het is nacht, en ik kijk uit over de *quala*, een ommuurde woonomgeving die gemaakt is van lagen klei en stro, vol gangen en kamers. De lucht is zuiver, zonder storend licht zoals in Nederland, waardoor de sterren in alle scherpste zichtbaar zijn. Het fascineert me dat anderen op hetzelfde moment naar deze zelfde hemel kijken. Anderen met het verlangen om mij te doden.

Ik ben hier niet om van de sterrenhemel te genieten; ik ben hier om te waken. Vanuit mijn geïmproviseerde wachtpost, gebouwd van zandzakken, midden in vijandelijk gebied. Een tactisch geplaatste middelvinger tijdens een zinloos gesprek met mensen die ons hier niet willen hebben.

Mijn gedachten worden onderbroken door stemmen op de portofoon die we bij ons dragen. De vijand gebruikt het apparaat voor hun communicatie, en wij luisteren mee. Plotseling wordt er veel gesproken, in een taal die ik niet kan verstaan, maar die me vertelt dat er iets te gebeuren staat. Onze tolk, een Afghaan met dun zwart haar en donkere ogen, zijn groene muts

scheef op zijn hoofd, komt naast me staan. De rest van de groep is inmiddels ook wakker gemaakt. We luisteren. De tolk vertaalt wat de vijand zegt: ‘De mannen van de zee... De mannen van de zee komen eraan.’ Het is hun manier om ons mariniers te beschrijven. Niet dat veel Afghanen ooit de zee gezien zullen hebben, maar ze weten dondersgoed wie wij zijn. Dit is hun land, hun omgeving. Wij denken misschien dat we hier de controle hebben, maar het is hun nacht, hun duisternis. Dit zijn de uren dat ze hun IED’s ingraven, de technische term voor bermbommen, hun posities innemen, zich verplaatsen, onze posities observeren. Onzichtbaar, in stilte.

Dan: BAM! Een harde klap. Een ontploffing. ‘IED! IED! IED!’ klinkt het over onze radio. Ik rol uit mijn schuilplaats, klaar voor actie. Ik draai de hoek om en hoor gestommel. Iemand komt me tegemoet. Instinctief grijp ik naar voren.

‘Robin! Robin!’

Mijn hand laat los. Het is Froukje. Ik ben gewoon thuis.



Dit boek is geen simpele handleiding voor een beter of gelukkiger leven, en ook geen verzameling inspirerende quotes. Wat je in handen hebt is een uitnodiging om mee te gaan in mijn verhaal – een reis vol obstakels, duisternis, en momenten waarop opgeven een heel reële keuze leek. Maar juist op die momenten, toen alles

in me wilde wegluchten, ontdekte ik de kracht van blijven en doorgaan, van het niet vermijden van pijn.

Mijn verhaal is rauw en eerlijk. Het is niet bedoeld om je op je gemak te stellen, maar om je aan het denken te zetten en je uit te dagen. De lessen die je hier vindt zijn geboren uit bloed, zweet en tranen, uit een harde realiteit die je ermee confronteert wie je echt bent – niet de versie van jezelf die je aan de buitenwereld laat zien, maar de persoon die tegenover je staat wanneer je in de spiegel kijkt zonder enige vorm van camouflage.

Dit boek neemt je mee naar extremen: Afghanistan, de kille kou van de poolcirkel en de verzengende hitte van Afrika. Op die plekken werd ik geconfronteerd met mijn eigen beperkingen, mijn angsten en pijn. Maar het is meer dan alleen een opsomming van gebeurtenissen. Het is een verhaal waarin jijzelf ook een rol speelt. Je zal tijdens het lezen merken dat de uitdagingen waar ik mee heb geworsteld niet zo verschillend zijn van die waar jij zelf mee te maken hebt – of nog zal krijgen.

Ik vraag je niet om mijn keuzes blindelings te kopiëren. Wat ik je vraag is of je bereid bent mee op reis te gaan. Als ik over pijn schrijf, doe ik dat niet om je af te schrikken, maar om je te laten zien dat je erdoorheen kan breken, dat je daar sterker van kan worden.

Mijn verhaal is geen sprookje met een voorspelbaar happy end. Het is het echte leven in al zijn complexiteit, chaos en imperfectie. Maar juist daarin schuilt de schoonheid ervan – in de onvoorspelbaarheid van

de reis, in de momenten van onverwachte vreugde te midden van de worstelingen. Daar vind je kracht en groei. Tussen de scherven van wat ooit heel was krijg je de kans iets nieuws te creëren, tot een dieper begrip van jezelf en het leven te komen. Je ontdekt dat er altijd wel iets waardevols te vinden is, iets wat je sterker maakt en je uiteindelijk verder brengt dan je ooit had gedacht.

Bereid je voor om dingen over jezelf te ontdekken die je misschien liever negeert. Juist daardoor krijg je de kans om te groeien. Ik schrijf dit boek om je aan te zetten tot actie, maar wat je eruit haalt ligt in jouw handen. Eén ding is in elk geval zeker: als je bereid bent om echt te kijken en te doorvoelen, zul je ontdekken dat de belangrijkste lessen vaak schuilgaan in de diepste duisternis.

Juist wanneer de pijn je bondgenoot wordt, ontstaat er ruimte voor iets anders – iets veel sterkers, iets wat je niet alleen helpt overleven, maar ook laat bloeien. Aan jou de uitnodiging om die kracht te ontdekken en te omarmen.