

Loek Kessels

Een kusje op je ziel



GROTE LETTER BIBLIOTHEEK
DEVENTER

VOORAF

Dit is het verhaal over een deel van mijn leven. Ik heb het nooit willen schrijven.

Als ik de zinnen die misschien toch een boek zullen worden, uiteindelijk op papier ga zetten, wordt het me duidelijk dat ik mezelf al die jaren krampachtig heb willen beschermen.

Bescherming tegen mijn naaktheid, mijn kwetsbaarheid, die er vanaf het ogenblik van uitgave absoluut zal zijn en waartegen ik me niet zal kunnen verdedigen. Te veel mensen kennen mijn naam, kennen mij.

Hier, in mijn Spaanse huisje, ver weg van waar alles zich afspeelde, voel ik die bescherming nog. Hier, tussen de heuvels en de zee, tasten deze eerste regels moeizaam naar een uitweg.

De laatste maanden heeft de gedachte zich langzaam opgebouwd om dingen, gebeurtenissen, op papier te zetten. Ze hebben mijn leven gevormd, mij gevormd, tegen wil en dank. Naarmate een mens ouder wordt komen herinneringen terug, vaak ongewenst.

Ja, mijn moeder dronk!

Ik heb de schaamte en het zoeken naar uit-

vluchten nu, na zoveel jaar, achter me gelaten. Zoveel schaamte en zoveel uitvluchten.

Een verwerking? Gaat de wandeling door en de terugkijk op mijn leven een genezende medicatie worden, een helende werking op alles wat ik diep in mezelf heb weten weg te stoppen uit puur zelfbehoud?

Als ik eerlijk ben: ik denk het niet. Er is te veel gebeurd. Een leven met een moeder die alcoholist is geweest tot op de dag van haar dood, is niet niks. Ieder kind, iedereen die dat heeft meegemaakt, zal het herkennen en erkennen.

Ik denk ook dat ik daarom de dingen wil opschrijven. Het is een delen van gevoelens met anderen die de mijne herkennen. Kinderen, partners, familieleden van alcoholisten en andere verslaafden. Want onze gevoelens komen voor een groot deel overeen, ze raken elkaar. De frustratie, de twijfel, de pijn, de onmogelijkheid te ontsnappen aan spanningen en aan een abnormaal leven dat langzaam normaal is geworden.

De schaamte, de uitvluchten, de isolatie. Het balanceren van je geest op een draad die elk moment kan breken. Want dat brengt het leven met een verslaafde met zich mee. Het leven

wordt ongrijpbaar. Elke dag, elke minuut is beladen, alsof er een ongeleid projectiel aanwezig is, verstopt in een donkere hoek van de kamer, in een dreigende steeg van een stad waarin je gefrustreerd en op de vlucht rondloopt.

Ik wil deze zinnen delen met die anderen die het herkennen en wellicht denken dat zij de enige zijn, zoals het ook mij is vergaan. Kinderen, jonge mensen, maar ook ouderen die zijn achtergebleven met hun onuitwisbare herinneringen.

Herinneringen die littekens hebben veroorzaakt. Littekens op en scherven in je ziel. Je sluit je nog steeds op in jezelf wanneer je dat nodig hebt.

Ik wil die anderen vertellen dat ze niet alleen zijn, dat ze niet de enige zijn. Dat het belangrijk is in jezelf te blijven geloven, de frustratie achter je te laten zo gauw je dat kunt.

Het is goed en belangrijk om erover te praten. Tegenwoordig zijn daar meer mogelijkheden voor, alhoewel nog lang niet iedereen daarvan op de hoogte is. Er zijn praatgroepen, zoals Al-Anon, voor ouders, partners, familieleden en vrienden van alcoholisten en andere

verslaafden, en Alateen, speciaal voor (tiener) kinderen van alcoholisten. En verder, nu ook in Nederland: ACA (Adult Children of Alcoholics). Allemaal anonieme, serieuze zelfhulpgroepen in verschillende steden en regio's van ons land. In mijn tijd waren die instellingen er niet.

Mijn leven... Ik moet bepaalde gebeurtenissen verwerken.

Schoon schip maken. Met de billen bloot.

Met mijn vroegere huisarts heb ik sommige dingen kunnen bespreken. Toen ik hem een paar jaar geleden, in een poging mezelf ervan te overtuigen, vertelde dat 'ik alles verwerkt had', concludeerde hij: 'Je hebt het wéggewerkt, niet verwerkt.'

Ik protesteerde. Het deed me immers allemaal niets meer? Niet zoals toen! Maar hij had gelijk. Dat besef je pas later. Ik ben geen 'alcoholic' geworden, maar een 'workaholic'. In mijn werk hoefde ik niet te denken, hoewel ik in mijn rubriek 'Schrijf 't maar aan Mona', die vijftienvintig jaar lang in het weekblad *Story* verscheen, steeds opnieuw werd geconfronteerd met bepaalde gebeurtenissen uit mijn leven. Ik herkende ze.

De mensen die erover schreven vertrouwden

me. Dat ontroerde me en ik begreep hun gevoelens alsof het de mijne waren. Daarom kon ik ook antwoorden. Warmte geven en een beetje troost, al was het op papier in een beperkt aantal regels.

Soms kwam er een antwoord: ‘Mona, hoe weet je dat? Het heeft me zoveel goed gedaan, jouw begrip.’

Alleen kon en mocht ik niet over mezelf schrijven. Toen nog niet.

Nu, na al die jaren, besef ik ook dat het mij evenveel goed heeft gedaan. De herkenning. Het voorzichtige omgaan met de kwetsbaarheid. De echo van begrip en warmte tussen lotgenoten.

Tussen de muren van mijn Spaanse huisje, ver van waar het allemaal gebeurd is, kan ik nu eindelijk veel op papier zetten om het te delen met wie het herkent en nodig heeft. Met mijn dochter, die er recht op heeft. Met een paar echte vrienden misschien?

Maar ik ben ook bang, omdat ik mezelf opnieuw kwetsbaar ga maken. Ik ben veel te lang kwetsbaar geweest. Ik ben bang voor mijn woorden, mijn zinnen, mijn gevoelens die op papier gaan komen.

Gestolde lava, nu vloeibaar geworden op z'n weg uit de krater. Opgekropte, samengeklonterde pus die zijn weg uit het abces moet vinden.

Het meest bizarre is wel dat ik op dit moment, terwijl ik een begin moet gaan vinden van wat ik wil doen, de lichamelijke pijn onderga van een daadwerkelijk kaakabces. Al vijf dagen slik ik de antibiotica die mijn Spaanse tandarts me heeft voorgeschreven. Ze moet de kies trekken, heeft ze gezegd. De onderliggende infectie duwt hem al omhoog volgens haar.

De antibiotica doen niet wat ze ervan verwacht. Ik krijg er nog vijf dagen bij voordat de extractie zal plaatsvinden. Nog vijf dagen van moeheid en veel pijn.

Ik heb mijn achternichtje Nicole, die in Nederland tandarts is, gemaïld. Wat kan ik het beste doen? Kan de kies toch gespaard blijven? Ik wil hem niet kwijt.

Nicole, die een en ander weet over mijn leven en mijn weifelend besluit het op papier te zetten, mailt terug: 'Het abces moet er toch uit. Twee extracties die samenvallen, misschien? Toeval? Denk daar eens over na!'

Ik denk erover na.

Geest en lichaam zijn één. Maar zo overduidelijk? Ik wil de kies houden. Maar uiteindelijk moet hij er toch uit om de weg vrij te maken. Je woorden blijven me bij, Nicole! En dank je wel...

Verwerken? Ik denk het niet. Als de pijn er alleen maar minder door zou kunnen worden, als mijn verhaal anderen zou kunnen helpen, dan ga ik hier niet voor niets opnieuw doorheen.

Er resten mij nog twee laatste opmerkingen. Het 'buitenshuis'-leven van mijn moeder is een apart boek op zichzelf. Dat is het ook geworden: een biografi , *Leonie*, een lijvig document geschreven en gepubliceerd door historicus Gerard Aalders. Het is me onmogelijk geweest alle feiten daaruit te achterhalen. Wahrheit und Dichtung?

Ik ben me ervan bewust dat haar leven, vanaf haar geboorte tot haar dood, een essentiële rol heeft gespeeld in háár ontwikkeling en gedrag. Daar kan en mag ik niet over oordelen. Ik kan me alleen maar beperken tot de gebeurtenissen in mijn eigen leven: mijn leven, mijn gevoelens, zoals ik het allemaal heb ondergaan.

Ten slotte: ik schrijf dit boek vanuit mijzelf. Ik heb een broer, zodat ik af en toe het woordje ‘wij’ zal moeten gebruiken wanneer dat ter sprake komt of nodig is. Maar ik wil niet voor hem praten. Hij heeft zijn eigen leven en dat wil ik respecteren.

*Loek Kessels,
Rojales 2017*

BLOEM

In mijn kamertje hing een ingelijste prent: een veld waarop bloemetjes hand in hand dansten. Ik was dat vrolijke, met het stralende gezichtje, dat lilaroze, de derde van links! Ik wist het zeker: zó was het gegaan! Mijn vader bevestigde het.

MIJN GEBOORTE

Ik ben geboren in het hart van een bloem op de dag dat een koesterende voorjaarszon mijn blaadjes voorzichtig open kuste.

En ik was zo vol liefde.

Een diep, sereen gevoel weerkaatst in alles om me heen.

De wind, het gras, de andere bloemen in het veld vertelden dat ik welkom was.

Ik stelde mijn hart open, zodat de gouden, fijne draadjes zichtbaar werden voor ieder die het wilde zien.

Teer en kwetsbaar, in puur vertrouwen.