

**Daar zie je aan de
buitenkant niets van**

Daar zie je aan de buitenkant
niet van

Yvonne van Sinttruijen

Schrijver: Yvonne van Sintruijen

Coverontwerp: Brave New Books

ISBN: 9789402189964

©2019 Yvonne van Sintruijen

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

“Niet de weg bepaald het doel. Het doel bepaald de weg”

Voorwoord

Soms kun je afvragen waar je in hemelsnaam beland bent. Hoe ben je gekomen op de plek waar je nu bent. En hoe ben je geworden tot de persoon die je nu bent. En hoe komt het dat je zoveel ellende lijkt mee te maken, of moet doorstaan. Je leventje tot nu toe, lijkt in een stroomversnelling aan je voorbij gegaan te zijn. Zoveel wensen die je hebt, zoveel dingen die je zou willen doen en op een of andere manier kom je daar maar niet. Lukt het niet om je wensen waar te maken. Ik heb regelmatig op dat punt gestaan, mezelf afvragend waarom ik de dingen doe die ik doe. Ik kan het zo goed in mijn hoofd op een rijtje hebben met wat ik wil bereiken en welke doelen ik wil bereiken. En toch stond ik regelmatig voor mijn gevoel terug bij af en liep het allemaal niet zoals ik het wou en mezelf afvragend hoe het kwam dat ik fout op fout maakte. En begrijp me niet verkeerd, ik ben er nu achter dat er geen fout bestaat. Ik heb alles meegemaakt om mij te brengen waar ik nu ben. In alles wat je meemaakt zit een leerproces. En ja, soms kan het leerproces keihard zijn, kan het je verdriet en pijn geven. En als je dan weet wat het leerproces erin was kun je deze toepassen in andere keuzes waardoor je jezelf steeds beter leert kennen en je uiteindelijk de persoon wordt die jij wilt zijn, dat jij de doelen gaat halen en bereiken die jij wilt.

Als ik naar mezelf kijk, dan zat ik vol met verdriet, angst en boosheid en deze emoties bepaalden mijn pad. Doordat ik deze emoties liet overheersen was er geen ruimte voor andere gevoelens en stond het mij in de weg om mijzelf te veranderen. Om te veranderen in de persoon die ik graag wou zijn. En ondergegaan ben ik, ik was op, moe, verslagen, trok mijn muur op en toch ben ik door gegaan. En daar komt mijn doorzettingsvermogen aan het licht. Ik wil ook leven, ook ik heb recht op een mooi en gelukkig leven en daarom ga ik door. En dat is hier dus een vechten die niet ten koste gaat van mijzelf, deze is juist heel belangrijk voor mij. Vechten om te komen waar ik wil, vechten tegen mijn demonen uit het verleden.

Mijn valkuilen zijn bijna dicht. Ik ben zoveel rustiger, straal zoveel meer liefde uit en deze voel ik ook bij mezelf. De rust die ik wou heb ik grotendeels gevonden. Ik kan nu mezelf zijn en waardoor ik nu de kracht heb om meerdere doelen te gaan stellen en weet ik zeker dat ik deze ooit zal gaan bereiken en geeft het mij weer energie om hieraan te beginnen. Een van mijn doelen is ook een boek te schrijven en uitgeven en daar ben ik op dit moment ook keihard mee bezig. Met vallen en opstaan ga ik mijn doel behalen, ik ga door.

Inhoud

1	Vroeger	13
2	Slaapkamer.....	16
3	Vakantie	18
4	Altijd alcohol.....	20
5	Opa en Oma.....	23
6	Mijn broer.....	25
7	Vertrouwen.....	30
8	Overleven	31
9	Weglopen.....	33
10	Onderdrukking	35
11	Is dit dan liefde?.....	36
12	Twijfel	41
13	Dagbehandeling.....	43
14	Naïef.....	45
15	Mijn ouders	47
16	Het antwoord.....	51
17	Een nieuw begin	55
18	Scheiden.....	57
19	Achterbaks.....	60
20	Ga nou maar	64
21	De aanval.....	67
22	In het ziekenhuis	70
23	Mijn haar.....	73
24	Het gevecht gaat verder.....	75
25	Laat mij met rust.....	77
26	Verwarring/duidelijk.....	79
27	Een ander inzicht	82

28	Ken je mij, wie ken je dan?	85
29	Het verhaal gaat verder.....	87
30	Terug	91
31	De veroordeling.....	93
32	Alles regelen	95
33	Hoe doe je dat?	99
34	Rechtszaak.....	102
35	In de tussentijd	105
36	BJZ	107
37	Mediator.....	109
38	Weekendmoeder.....	112
39	Doorgaan.....	114
40	PTSS.....	118
41	Verjaardag.....	122
42	Nog een bewustwording.....	124
43	Gedicht	126
44	Stapje voor stapje	127
45	Chaos in mijn hoofd	131
46	Valkuilen.....	133
47	Schoonzus	136
48	Gezeur.....	139
49	Op bezoek.....	142
50	Berichtjes	145
51	Triggers	147
	Nawoord	151

1 Vroeger

Mijn ouders leerden elkaar kennen op het werk. Mijn vader werkte daar als ingenieur en mijn moeder was de secretaresse van een professor waar mijn vader mee werkte. Mijn vader was een zeer geleerde man, hoge opleiding en zeer hoge intelligentie. Mijn moeder had ook een zeer goede opleiding gedaan en ook erg intelligent. Ik ga af op de verhalen die zij mij ooit verteld hebben en zij vertelde mij dat ze zo verschrikkelijk verliefd waren dat ze binnen 3 maanden met elkaar wilden trouwen. Hun beide ouders vonden dat allemaal wat snel en waren er niet blij mee. Ze hebben het wel doorgedrukt en zijn dus binnen erg korte tijd nadat ze elkaar leerde kennen getrouwd. Maar in die tijd werd het niet geaccepteerd dat je een relatie had met een collega. Mijn moeder besloot te stoppen met werken in hetzelfde bedrijf.

Volgens mij heeft mijn moeder sindsdien nooit meer gewerkt, althans, ik heb haar nooit horen vertellen dat ze een andere baan had. Vrij kort na hun trouwen werd mijn broer geboren. In die tijd bleef je als moeder thuis bij de kinderen, dus dat zal ook wel de reden zijn dat ik haar nooit over een andere baan heb gehoord, mijn moeder bleef thuis met haar pas geboren kindje. Ik vraag me nu af of mijn ouders hebben moeten trouwen omdat mijn moeder zwanger was, was het een “moetje”? Ik heb geen idee. Mijn moeder zorgde voor de kinderen en het huishouden, mijn vader bracht het geld binnen. En mijn vader verdiende een goed salaris, dus we kwamen qua eten, kleding, speelgoed, vakanties etc. nooit wat te kort. Ze kochten een huis, een nieuwbouw huis, een huis wat voor die tijd erg duur was, maar ze wilden het risico nemen. En in dat huis ben ik opgegroeid. Het stond aan de rand van een nieuwbouwwijk welke aan een groot park lag. Een kinderrijke buurt, waar ik veel buiten gespeeld heb en veel avonturen beleefd heb in het aangelegen park, waar mijn broer en ik van onze ouders niet mochten komen. Maarja, je weet hoe kinderen kunnen zijn, als iets niet mag dan is het juist heel spannend om het wel te doen.

Mijn vader was een stille man, hij praatte nooit veel, zei alleen het hoog nodige. Mijn moeder trouwens ook. Die herinner ik mij als een stille vrouw die altijd op de bank zat met een boek of een tijdschrift, of keek naar een soap op tv. Mijn vader zat of in een boek of achter de computer en sprak nauwelijks. Vrienden van hun kwamen nooit over de vloer, ik heb ook geen idee of ze wel vrienden hadden, want ik heb ze nooit gezien. In mijn beleving waren zij altijd zeer op zichzelf. Zelfs de familie bezoeken werd door hen beleefd als verplichtingen en buiten de verjaardagen en feestdagen om, af en toe een zaterdag of zondag bij opa en oma langs omdat dit zo hoort, niet omdat ze dit graag zelf zo graag wilden. Hun contact met de rest van de familie was, omdat zij zo op zichzelf waren, minimaal. Op verjaardagen van mijn opa's en oma's leerde ik andere familieleden kennen, buiten die verjaardagen om zag ik ze nooit. Zelfs met hun eigen broer en zus hadden ze erg weinig contact, die zagen wij als kind hooguit 1 keer per jaar buiten de verjaardagen van opa en oma om en dat contact hield op na het overlijden van beide opa's en oma's. Ik heb geen idee wat er gebeurd is, of wat hen heeft doen beslissen om geen contact meer met hen te hebben. De broer van mijn moeder heb ik enkele jaren geleden aan de telefoon gehad en die vertelde mij dat hij niet begreep wat er gebeurd was dat zij geen contact meer opnam.

Waren mijn ouders gelukkig en gelukkig met elkaar? Ik denk het niet, zo heb ik het in ieder geval niet meegekregen. Ik denk dat ze bij de generatie horen dat je bij elkaar bleef voor de kinderen, scheiden deed je niet. Wat hun bij elkaar hield is denk ik hun gezamenlijke hobby, een hobby die binnenshuis afspeelde en waarin zij elkaar versterkten, wat ze samen konden delen. En die hobby heet alcohol.

Mijn beide ouders zijn alcoholist en daar groeide ik in op. Zolang ik mij kan herinneren drinken mijn ouders alcohol. Ik zie nog steeds het beeld van de glazen whisky die op tafel stonden, met ijsblokjes erin en zo nieuwsgierig als je als kind bent, ik mocht niet aan die glazen komen. Maar ik herinner me nog steeds de geur die uit die glazen kwam opzetten, de ijsblokjes die erin smolten waardoor er kringen in de whisky ontstonden en die kringen bewogen door het glas. Ik vond dat als kind fascinerend, mooie kringen in het goud oranje drankje, ik wilde daar naar blijven kijken. Maar dat lukte niet, want het aroma van de whisky die zwaar walmend boven het glas hing snoof je dan

automatisch op, deze geur vond ik toen al indringend en misselijkmakend en tot op de dag van vandaag heb ik een afkeer tegen deze geur.

Mijn ouders dronken alleen binnenhuis, zij waren geen kroeglopers, zoals ik vertelde waren zij erg op zichzelf. En het drinken begon als mijn vader uit zijn werk thuis kwam. Meestal eerst een koud biertje, een of twee en dan kwamen de glazen whisky op tafel. Het avondeten werd daardoor vaak uitgesteld naar “laat”, want eerst nog een glas whisky en dan zou mijn moeder beginnen met koken. Tijdens en na het koken bleven zij drinken. En al had je als kind honger, je moest wachten tot zij klaar waren met drinken en dan pas ging je aan tafel, met als gevolg dat het eten dan afgekoeld kon zijn, of dat jij over je hongergevoel heen was en geen trek meer had. Als het eten klaar was, dan dronken ze standaard twee koppen koffie om daarna weer over te stappen op de whisky en de lege glazen werden keer op keer aangevuld tot ze naar bed toe gingen. En zo gingen er twee flessen whisky per dag doorheen.

Als ik s’ochtends opstond om naar school te gaan en in de keuken mijn boterhammetje stond te smeren, dan kwam mijn moeder of vader ook wel eens in de keuken staan om wat te pakken. Mijn moeder liep meestal de keuken in om haar pillen tegen hoofdpijn (kater) te pakken. Maar de geur die om hen heen hing, de lucht van oude verwarmde verdampende alcohol die uit hun poriën kwam en lucht van alcohol die zij uitademde, staat in mijn geheugen gegrift. Ik ervaar die geur als een lucht dat zo stinkt dat je je adem moet inhouden om niet misselijk te worden. En als mijn vader of moeder mij dan een knuffel wilde geven, of gedag wilde zeggen, de geur verstikte me, ik vond het walgelijk en wilde dan ook zover mogelijk ben hen uit de buurt blijven. Behalve dat ik als kind de alcohol vond stinken, bracht deze alcohol meer ellende in huis. Mijn ouders kregen een ander karakter als ze gedronken hadden. Later, toen ik volwassen was, heb ik mijn moeder geconfronteerd met hun drink gedag en de invloed dat het heeft gehad op mijn opvoeding/jeugd. Mijn moeder haar reactie hierop was “ik snap niet hoe mijn drink gedrag een probleem kan zijn van jou”.

2 Slaapkamer

Mijn kinderslaapkamer was op de eerste verdieping van het huis en had een uitzicht over de straat voor het huis. In deze slaapkamer stond mijn bed, een bureau, een boekenkast en een wastafel met spiegel. Het behang was pastel groen, de vloerbedekking was geribbeld donkergroen, de gordijnen velours bordeaux rood en een gele deken op mijn bed. Op de muur hing een poster van Holly Hobby en een poster van Pierrot, zittend op een maansikkel. Mijn bed lag vol met speelgoed knuffels, heel veel en van groot naar klein op de rand van mijn bed tegen de muur gesorteerd. Uiteraard hadden deze knuffelbeesten allemaal hun eigen naam en waren het mijn vriendjes die ik elke avond welterusten wenste. Mijn slaapkamer was mijn veilig plekje om te ontsnappen aan mijn ouders.

Maar mijn slaapkamertje werd door mijn ouders gebruikt om mij te straffen. Daarin werd ik opgesloten als ik niet geluisterd had, of als ik 's ochtends vroeg in hun ogen te veel herrie maakte als zij nog op bed wilden blijven liggen. Als ik opgesloten werd dan deden ze aan de buitenkant van de deur er het haakje erop. De deur kreeg ik dan niet meer open en moest ik wachten tot mijn ouders het haakje er weer afhaalde. Dit kon nog wel eens lang duren zeker na een avond flink doordrinken. En dan gebeurd het, ik moet plassen, maar ik kan de deur niet open krijgen en ik durfde ook niet mijn ouders te roepen want die waren al boos op mij, want anders hadden ze mij niet opgesloten.

Omdat ik van kleuren en verven hield, stond er op mijn kamertje een leeg groentepotje om de kwasten in uit te spoelen. Dus ik moest in het potje plassen omdat ik mijn kamertje niet af kon komen, het potje leeg gooien in de wastafel, het potje omspoelen en wachten tot de deur weer open ging. Mijn broer had ook een haakje op de deur, maar die kon zijn deur net op een kiertje open krijgen. Hij pakte dan de rails van zijn treinbaan en kon daarmee het haakje eraf halen. Dan sloop hij heel zachtjes naar mijn deur, tikte het haakje eraf en ik was bevrijd.

Kinderen worden erg vindingrijk in situaties waarin zij op zich zelf zijn