

**VOETSTAPPEN
OP DE TRAP**

**VOETSTAPPEN
OP DE TRAP**

Tiny Meilink

© Tiny Meilink – Boeken uit Limburg

ISBN : 9789403605364

Omslagontwerp: Tiny Meilink

1^e Druk

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

*Ik draag dit boek op
aan jou, mijn liefste lief.*

Voor al je liefde, troost, omarmingen en geduld.

Voorwoord.

Mijn grootste dank gaat uit naar mijn geliefde.

Dank aan de vele deskundigen op het gebied van narcisme die ik heb gesproken, artsen, professoren, therapeuten, coaches en juristen. Door hen heb ik dit boek kunnen schrijven. Hun namen heb ik gewijzigd, inclusief die van mijzelf.

Ik ben oprecht en integer geweest. Ik heb geput uit mijn dagboeken, e-mails met mijn coach en mijn therapeut. Natuurlijk zullen mensen de dingen die ik beschrijf anders hebben beleefd of ervaren. Iedereen heeft immers zijn eigen waarheid.

Ik heb alles opnieuw doorleefd, erom gehuild, geworsteld samen met mijn geliefde en ik kwam boven. Herken de symptomen van een narcist en ga de confrontatie met jezelf aan. Dat is precies wat ik de lezer wil meegeven.

Het kan.....

Ik dank jullie allen.

De littekens in je geest blijven en toch ebt de pijn weg.

*De Tingeltangel.
Tiny Meilink.*

*Hoor je de tingeltangel
In de kersenboom?
Ik wil dat lied zijn, zo zoet
Een melodie als in een droom
Hopend op een nieuw home.
Voor jullie.*

*Kun je de vijver horen stromen
Vrij en onvervaard en tevrede?
In al die rimpelingen en gekabbel
Klinkt mijn lach, mijn zorg
Met het water mee.
Voor jullie.*

*Kun je de zonnestralen voelen
Warm en koesterend op je huid?
Die zonnestraal probeer ik te zijn.
Mijn liefde in mijn hart geuit.
Voor jullie.*

Het wordt langzaam lente. De bomen hebben al knopjes en de hazelaar bloeit in de tuin, waar ik nu met mijn geliefde een fijn leven heb. Ik voel de wind in mijn haren. Het is nog fris. De tingeltangel maakt muziek door de wind maar ik hoor het niet. Er knaagt van alles in mijn hoofd.

Vandaag ben ik naar de verzekeringsarts van het UWV geweest. Ik ben ingestort twee weken geleden en heb een ‘half jaar’ gekregen. Eindelijk weer een tijd rust. Tijd om na te denken, te verwerken wat is gebeurd, nadat mijn therapeute mij iets heeft proberen duidelijk te maken.

“Chrissy denk eens na. Er bestaat lichamelijke mishandeling, maar ook psychische mishandeling”.

Is dat wat mij is overkomen? Is dat waardoor ik mij niet goed voel en zoveel verdriet heb? Wie was ik? Wie ben ik geworden? Wat heb ik verloren en wanneer?

Ik denk terug en mijn verhaal begint jaren geleden.

De tweede wereldoorlog leverde voor Kees en Marie veel ellende op. Nog los van elkaar.

Kees zit in het verzet als Rode Kruis Vrijwilliger.

De avond tevoren krijgt hij bericht dat de volgende dag weer een hoop ellende gaat plaatsvinden op het Ophaalbruggetje, dus hij moet er heen. Het is al middag als hij daar aankomt. De brug is opgeblazen en overal liggen lijken. Hij kan er niet overheen! Oh, God daar ligt iemand. Hij leeft! Het is een jonge Duitse soldaat, zijn buik ligt open. Godverdomme, wat nu?

“Ik moet hem hier weg zien te krijgen, maar hoe doe ik dat? De brug ligt open en ik kan er niet over”.

Kees trekt en trekt maar er komt geen beweging in de jongeman, die gilt het uit van de pijn. Dan hoort hij een tank naderbij komen en er wordt geschoten. Kees kruipt onder het puin en moet de jongen alleen laten. Alles spat uit elkaar en als Kees opnieuw naar de jongen kijkt is ook deze opnieuw geraakt. Kees zakt in elkaar en huilt. Er bekruipt hem een schuldgevoel, ik had iets moeten doen. Hij gaat alsnog kijken, de soldaat leeft nog. Hij vermant zich en sleurt de jongen naar de straat, over al het puin, het gillen negerend. Hij moet hier weg, dat is het enige dat hem voor ogen staat, weg van de brug en het oorlogsgeweld. Hij moet de jongen naar een ziekenhuis zien te krijgen.

Intussen is Marie in opleiding voor verpleegster. Nou die krijgt ze dan ook, want in oorlogstijd valt er weinig theorie te vergaren, de praktijk laat alles zien. Marie is in Amerika geboren en als jong meisje met haar ouders terug naar Nederland gekomen. En toen kwam de oorlog. Werk is er niet en ze is een meisje. Dus wat te doen. De verpleging in.

Marie heeft dienst als Kees met de Duitse soldaat binnenkomt. Zo ontmoeten ze elkaar. De Duitse soldaat is echter al overleden en samen staan ze naar de jongeman te kijken. Hulpeloos, sprakeloos. Dan verhardt Marie's gezicht. Ze zegt: “Kom, we gaan hier weg”.

Kees is totaal overstuurd, zegt niks maar volgt haar wel. Ze gaan samen een kopje koffie drinken in het restaurant, althans wat er van over is. Ze praten wat, maar niet over die enge dingen. Dat zal hij ook nooit meer doen....

Na de oorlog, een jaar later in 1946 krijgen ze verkering. In die tijd bij een gereformeerd gezin betekende dat handje vasthouden, een kusje en wandelen in de duinen. Als ze in 1949 trouwen komt er snel een kind, een jongetje. Ze noemen hem Frank. Marie werkt dan als hoofdzuster in het ziekenhuis en Kees werkt bij een verzekeringsmaatschappij. Ze lijken gelukkig, maar dan wordt Kees ziek. Hij krijgt het aan zijn longen, wordt behandeld, maar de oude Kees komt niet meer terug. Zijn psychische klachten gaan overheersen en hij gaat aan de drank. Marie doet mee, kan dit eigenlijk allemaal niet aan. Ze heeft nu drie eigen kinderen en ook nog pleegkinderen. Ze hebben het geld hard nodig, zeker

nu Kees een uitkering heeft. Hij pusht haar om steeds hoger op te komen in haar werk. Zij verhardt. Ze wordt een kenau. Als de kinderen ziek zijn speelt ze de verpleegster.

Frank komt 's avonds uit bed, hij is acht. "Ma, ik heb kiespijn".

"Kom maar kind dan kijk ik even".

Hij doet zijn mond open en Marie kijkt.

"Oh, ja ik zie het al. Je kies is ontstoken".

En ze rukt de kies eruit. Frank huilt, het doet pijn en hij had dit niet verwacht.

"Hup naar bed en slapen", zegt ze. Frank gaat terug naar zijn bed en hoort geruzie beneden, alweer!

Ze hebben vaak ruzie. Kees is agressief en slaat Marie vaak. Maar ze houdt vol. Kees zijn hoofdpijnen worden ondraaglijk en zij masseert hem dan, ook Frank moet dit doen. Uit plichtsbesef? Regelmatig moeten alle kinderen, ook de pleegkinderen, op een rijtje gaan staan als er een fout gemaakt is en krijgen ze slaag met de riem van Kees. Marie bemoeit zich daar niet mee, ze moet veel 's nachts werken en probeert er dan zo vaak mogelijk voor de kinderen te zijn. De kinderen naar school, zij naar bed. De kinderen thuis, zij op. De situatie wordt onhoudbaar en ze wil scheiden, maar durft niet. Hele gesprekken vinden plaats waar het oudste kind, inmiddels veertien, bij is. Kees is woedend en slaat Marie. "Kees alsjeblieft niet doen".

Frank huilt.

Vader zegt: "Hou je kop of ik timmer dat hoofd van je in elkaar. Het wordt tijd dat je eens kiest, kiest tussen haar en mij".

"Pa, ik kan niet kiezen, ze is mijn moeder en jij bent mijn vader".

Kees is dronken en begint te huilen. "Weet je wel wat ik allemaal heb meegemaakt? De oorlog, mijn ziekte, ik heb het allemaal voor jullie gedaan".

Hij zakt op zijn knieën en smeekt Frank te kiezen voor deze arme vader. Het loopt allemaal gigantisch uit de hand. Marie belt de dokter. Het gaat zo niet langer...

Kees wordt opgenomen in een psychiatrisch ziekenhuis.

Het is jaren later, maar Kees blijft kwakkelen. Ziekenhuis in, ziekenhuis uit. Ze moeten ook steeds verhuizen, want Marie probeert de touwtjes bij elkaar te houden door hard te werken en steeds hogere functies te krijgen. Ze zijn ontheemd, van elkaar en van een eigen plek. De kinderen gaan al vroeg de deur uit. De jongere broer van Frank wil gaan varen en gaat naar de zeevaartschool voor de opleiding tot binnenvaartschipper als hij twaalf is en zijn zus heeft een vriend en gaat met zestien jaar op kamers. Ze gaat de opleiding voor maatschappelijk werk doen. Frank blijft alleen thuis. Hij moet voor zijn ouders zorgen, hen in de gaten houden, zijn moeder beschermen. Controle houden.

Sjef werd geboren in een arm gezin. Vader is eendenfokker, moeder deed het huishouden. Zij was een lieve vrouw, met de onhebbelijke eigenschap om iedereen naar de mond te praten. Sjef heeft deze eigenschap ook en daardoor is al veel leed ontstaan. Al vroeg overlijdt vader en Sjef wil zich onttrekken aan het plattelandsleven. Hij wil douanier worden. En dat gaat hem lukken.

Inmiddels boeren de broers en zussen in de bollenkwekerij. Moeder heeft nog wat koeien op haar boerderijtje. Het was daar altijd vies en modderig. Iedereen moet door de koeienstal naar binnen. Moeder deed haar klompen uit voor het opstapje en daar was de keuken. Sjef werkt als douanier aan de grens met Duitsland. In de oorlogstijd duikt Sjef onder om niet naar het Arbeidslager in Duitsland te worden gestuurd.

Anne komt uit een groot gezin met mijnwerkers. Moeder overleed al op 36 jarige leeftijd en de meisjes moesten van school om het huishouden te gaan doen. De zussen konden vaak niet goed met elkaar overweg en er was veel ruzie. Anne is creatief, ze kan zingen, toneel spelen en werkt in een bar en in huishoudens. Er overkomen haar vervelende dingen met mannen. Haar broers springen dan in.

Maar ze is ook moedig. In de oorlogsjaren moet ze naar de tandarts en ze loopt kilometers om daar te komen, terwijl ze zweren aan haar benen heeft. Daar aangekomen gaat ze in de tandartsstoel zitten en hij wil de stoel in hoogte verstellen en komt met zijn vingers tussen de veren. Het is een bloederige massa, maar ze kan hem helpen en verzorgt zijn wonden. Dan loopt ze het hele eind weer terug naar huis in het donker

Ze correspondeert met jongens in Indonesië. Ze krijgt twee maal een huwelijksaanzoek via een brief van een jongeman uit Den Haag, waar ze mee correspondeert.

Dan ontmoet Anne Sjef, ze trouwen en krijgen twee kinderen. De oudste een jongen en de jongste een meisje, Chrissy. Het gezin woont in de stad en af en toe bezoeken ze de boerderij van Oma. Je ging een eeuw terug in de tijd. Dus met mooie kleertjes aan waren hun kinderen daar niet op hun plaats. Ze vonden hen ook een beetje raar. Zelfs Anne kreeg vaak te horen dat ze daar niet hoorde. Maar ze had van haar man wel een 'heer' gemaakt. Daar was ze trots op.

Na tien en twaalf jaar komen er nog twee kinderen bij. De een vond Anne had er nooit moeten zijn en de ander werd er bijgemaakt zodat de oudste niet alleen was.

De grootmoeder van Anne overleed op 36-jarige leeftijd, haar moeder ook, haar zus ook. Zelf wilde ze geen 36 zijn en sloeg deze verjaardag over. Het overlijden van haar zus doet haar veel verdriet. Ze droomt erover. Ze heeft geen afscheid kunnen nemen. Jaren later heeft ze een droom. Er vertrekt een bus waarin haar zus zit. Haar zus wuift en zij wuift terug. Ze vertelt dat ze hierna eindelijk rust heeft. Ze heeft afscheid genomen!

Ze was een goede moeder in de zin van verzorgen.

“Ik weet niet wat liefde is. Ik heb dit nooit geleerd, omdat mijn moeder is overleden toen ik 11 jaar was”.

Vele jaren later klaagt Sjef tegen mij over Anne, over het gebrek aan liefde en seks in hun huwelijk. Chrissy wil dat niet horen.

“Pap dit moet je niet met mij bespreken. Zoek daar iemand anders voor. Ze is mijn moeder!”.

“Daar kan ik niets aan veranderen”.

Mijn vader heeft echter zelf ook altijd een probleem gehad. Hij was zo ontzettend bang voor incest. Dit bepaalde in mijn pubertijd zijn gedrag naar mij toe. Waar dat vandaan kwam weet ik niet.

En toch..... als klein meisje zat ik samen met mijn broer ieder op een knie terwijl hij de Donald Duck of de Sjors en Sjimmi voorlas voor het naar bed gaan. Toen was geluk heel gewoon.

Dagboek.

De erotiek in mijn sexleven was niet om over naar huis te schrijven. Ik offerde mij vaak op en als mijn echtgenoot, Frank, in slaap was gevallen, voldaan en verzadigd, bleef ik wakker. Zei tegen hem dat het kwam omdat het mij energie gaf.

Natuurlijk, in onze verkeringstijd kende ik ook romantische momenten. Waar was die mooie tijd gebleven? Op een kamertje boven in het huis van zijn ouders met kaarsjes en nachtenlang vrijen. Waar bleef de romantiek? Maar wat ik wilde, verleidelijk zijn en koket en ontspannen genieten is mij eigenlijk nooit meer gelukt. Soms was ik blij met mijn menstruatie, dan hoefde ik niet. Bovendien was er een vaste dag, niet de spontaniteit van liefde.

Een ding wist ik zeker, ik wilde niet hetzelfde soort vrouw worden als mijn moeder, kleurloos, onverstoorbaar haar plicht vervullend naast haar man. Het was voor mijn moeder zo, dat vrouwen die zich verleidelijk en koket gedroegen niet konden koken en geen huishouden konden voeren. Die vrouwen waren met andere dingen bezig.

Het beeld dat bij mij overbleef was een beeld dat ik niet wilde, maar onbewust leefde ik er wel naar. Al was het alleen maar dat verleidelijke nachtkleding niet in mij op kwam, terwijl de maatschappij en de warenhuizen ermee pronkten. Nee, ik droeg katoenen nachthemden. Ik was immers geen hoer. Het kwam niet eens bij me op dat dit de romantiek zou kunnen opleveren die ik zo graag wilde.

Maar niet alleen deze gefrustreerde moeder had invloed op mijn denken en doen. Ook mijn vader prentte mij al vroeg in wat hij vond en wilde. Ik kon goed zingen en wilde graag operazangeres worden. Maar nee, dat mocht niet want deze wereld was niet goed voor mij. Het was er hoerig en ik zou gevaarlijke relaties kunnen opdoen. Dit had hij uit welingelichte kringen.

Studeren hoefde ook niet, want ik zou toch wel trouwen. Later bleek dat het veel meer ging over financiën. Had hij mij dat maar uitgelegd dan had ik me niet jaren ontkend en lichtelijk vernederd gevoeld.

Er werden veel dingen niet uitgelegd. Er is een beeld dat mij bijblijft: mijn vader in het grote bed met een grote, blauwe piemel. Ik zit nog op de lagere school en ben vreselijk geschrokken, maar vraag niets. Ik voel dat ik dit niet had mogen zien. Is daar iets gebeurd? Ik heb het mijn ouders pas jaren later gevraagd, maar er was niets gebeurd vertelden zij.

Ze stuurden mij naar Duitsland, naar mijn oom en tante toen ik vier was. Het was daar leuk, vooral in de kleifabriek van Onkel Willie waar ik uren doorbracht.

Waarom werd ik niet vertrouwd in de dingen die ik als puber deed? Natuurlijk bezorgdheid, maar ze begrepen niet dat hun opvoeding mij zo diep kwetste. Ik denk aan het voorval op de middelbare school. Op kerstavond was er nachtmis op school en ik zong in het koor. Daarna ben ik met andere kinderen en mijn

biologieleraar in de fietsenkelder in de sneeuw nog liedjes gaan zingen met gitaarmuziek erbij. Ik kwam veel te laat thuis en werd uitgemaakt voor hoer, waar het hele gezin bij was. Moeder zei niets. Ik voel me vernederd en ben boos. “Ik heb niets verkeerd gedaan. Jullie hebben mij toch zo opgevoed?”. Een week lang praat ik niet meer met mijn vader.

Dagboek 1965.

Ik mag naar mijn eerste schoolbal. Als pubertje verheug ik mij daarop. Ik krijg mijn eerste “baljurk”. Hij is roze met bloemen en strookjes en een plooiënrok. Ik ben er zoo trots op en ben zenuwachtig. Ik kan niet dansen! Maar dat blijkt een vergissing. De eerste die mij ten dans vraagt is Peter. Hij is een leerling uit de hogere klassen van het gymnasium en we dansen de quickstep! Ik kan dit.

Met de leraren kan ik het ook. Ik dans met mijn biologieleraar een soort Spaanse dans en krijg vleugels en vlieg achter hem aan over de vloer. Wat een plezier. Met mijn leraar Nederlands dans ik een wals en geniet. Het was een heerlijke avond.

Ik doe mee aan declamatiewedstrijden en win diverse keren. Ik speel in toneelstukken en kan zingen, zing in het koor en in twee musicals. Alles is een groot feest maar het gaat ten koste van mijn schoolwerk. Omdat ik een vroege leerling ben, besluiten de leraren met mijn ouders dat ik maar een jaartje over moet doen.

“Laat haar maar eerst genieten, haar spontaniteit en haar creativiteit leren kennen. De rest komt volgend jaar wel”, concluderen ze.

Op de middelbare school leer ik Frank kennen. Ik ben op mijn veertiende onmiddellijk smoorverliefd. Hij is een mooie jongen met donker haar en een baard en geliefd bij de meisjes. Hij is mijn eerste grote liefde. Hij ziet mij staan en ik nodig hem uit voor mijn allereerste echte feestje met meisjes en jongens. Zo onschuldig nog: pluisje blazen, een zoentje onder een laken. Meer was het niet.

Maar het ging door, mijn eerste echte zoen van hem. Het gaat aan en uit. Hij is wel twee jaar ouder. Hij ziet een ander meisje en laat mij zitten. Zo voelt dat. Het is zelfs zo dat er een lijst is van meisjes, waarbij de jongens de meisjes, ook mij, afstrepen als zij ze ‘gehad’ hebben. Dat zie ik in de klas en dan ben ik er klaar mee. Uiteindelijk vraagt hij mij nog een laatste keer om mee te gaan naar een feest. Ik weet het nog: op school, onder aan de trappen van de schoolingang. Maar ik heb ook mijn trots. Ik zeg: “nee, ik ben er klaar mee. Vanavond ik en morgen iemand anders. Je gebruikt me en gooit me dan weg”.

Het was een soortement van knipperlicht: aan en uit. Het werd een avondje, een week en dan was er iemand anders voor Frank. Wat wist ik toen. Niks. Naïef en onervaren liet ik me meeslepen in de rollercoaster van toen.

Lag dat aan mij? Ik weet het niet. Ik ben katholiek gedoopt en opgevoed. Dat betekende ook dat je trouw bent en niet vreemd gaat. Dus als je met een jongen gaat dan betekent het dat je niet iets met iemand anders hebt. Dit vertrouwen wat ik had in die ander werd de eerste jaren door hem behoorlijk geschaad.

*Een meisje van 16.
Boudewijn de Groot.*

*Ze gaf zich aan een vagebond
Die sprak van liefde, het oud verhaal
En zij geloofde het allemaal.*

*Ze was geen kind maar ook geen vrouw
En wist niet wat er komen zou*

Hoe cynisch is het als ik zoveel jaren later terugkijk. Er waren daarna andere vriendjes, maar steeds vroeg ik in mijn dagboeken: “Frank kom terug, vergeet mij niet”. En steeds opnieuw kwam hij terug en was daarna ontrouw. Na de laatste afwijzing verdween hij uit mijn leven en probeer ik te maken van mijn liefdesleven wat er van te maken is. Het slijt.....

Dagboek 1969.

Rond de Pasen zijn de schriftelijke examens van de HBS. Ik heb een supervriend, Lucas. Hij is groot, breed, lief, hij bokst, maar ik ben niet verliefd!

Met een hele groep meiden en jongens studeren we allemaal samen op school. In de zomer gaat de hele groep vanuit school naar Soesterberg op de brommer. Ik vind Johan heel erg leuk en mag achter op de Puch. Lekker dat lijf vasthouden. Hij is lang en blond, maar het wordt niks.

En dan komt het eindexamen. Het gaat lekker. Ik ben geslaagd met een tien voor Duits en een prijs van de ambassade! En er komt een eindexamenfeest. Iedereen is feestelijk gekleed, jongens in pak, meisjes in het lang. De meiden van mijn groepje hebben verkering, ik niet, dus ga ik met mijn grote, trouwe vriend. We gaan naar het strand met de hele club. Het is heel romantisch met gitaarspel van Robbie en vuurvliegjes op de golven. Lucy, mijn vriendin en ik zijn om 7.30 uur thuis van het strandfeest, Lucy blijft slapen bij mij thuis.

Cupido heeft toch zijn pijlen gericht en ik krijg verkering met Eelco, maar hij gaat op vakantie. Lucas is mijn troost. Ik heb gehuild op de schouder van Eelco als hij weggaat op vakantie en ik breng hem weg samen met een leraar in zijn auto. Verdriet. We schrijven elkaar lange brieven.

Ik denk dat ik tot over mijn oren verliefd ben. Lucas speelt een belangrijke rol in mijn leventje maar niet als lover, hij is mijn beste vriend.

Ik ga werken als vakantiewerker. Het is gezellig met de collega's, we gaan stappen en Tommy, een collega wordt verliefd op mij. Ik niet! Hij zoent mij: idioot!

Mijn horoscoop zegt: oude bekende komt terug.

Er zijn wat nieuwe contacten maar de oude bekende blijft terugkomen in mijn horoscoop. Met Lucy, mijn vriendin, heb ik een leuke tijd. We kletsen over jongens. Er is veel contact met de vrienden van school en ik denk echt van Eelco te houden. Ik mis hem en wil graag dat hij thuiskomt van vakantie, ik tel de dagen. Maar eigenlijk twijfel ik over van alles en nog wat, over de liefde en weet het niet meer.

Mijn horoscoop zegt: liefde prima volgende week. Evengoed ga ik alleen of met vriendinnen uit.

Dan komt Jaap in mijn leven, een prachtige jongen. Heel bruin en met spierwit haar. Het klikt, wat moet ik doen? We schrijven elkaar. Mijn ouders zijn op vakantie en Jaap komt en blijft slapen. Er gebeurt niks. We gaan uit en ik vraag me af of ik verliefd op hem ben, maar ik verlang meer naar Eelco.

Het is allemaal leuk, maar ik wacht op Eelco.

Als Eelco terugkomt maak ik het uit met Jaap. Ik schrijf hem dat ik heb gekozen, hij begrijpt het en ik stort me op Eelco. We kunnen heerlijk vrijen, maar gaan niet met elkaar naar bed.

Ik krijg last van mijn amandelen. Ze moeten eruit!

Dan zegt Eelco regelmatig af en zegt geen verkering meer te willen en ik denk zielsveel van hem te houden.

Andere vriendjes komen er. Leuk, maar ik denk aan Eelco. Jaap wil mij, maar ik wil Eelco.

Het leven is leuk, genieten doe ik van vriendjes en ik koop een brommer. Mijn beste vriendin Nora ook. We hebben immers nu een baantje. De brommers worden in orde gemaakt en dan gaan Nora en ik samen op vakantie naar een jeugdherberg. Voor de eerste keer zonder familie.

Nog een keer neem ik contact op met Jaap. Even voelen hoe het is met zijn liefde voor mij en wat ik voel voor hem. We vinden elkaar allebei aardig, maar nee, het gaat niks worden.

Tijdens deze trektocht zijn er drie jongens in de jeugdherberg, we noemen ze 'de beertjes' en we lachen ons een ongeluk. Het gaat over iets met augurken eten (?), terwijl de jongens in het raam van de jeugdherberg hangen. Ze zijn op het dak geklommen en bespieden ons, terwijl Nora en ik in onze onderjurkjes ons staan op te maken om uit te gaan.

We komen in een 'verkeerde' buurt terecht met uitgaan en ontmoeten "Boudewijn de Ruige", zo noemen we hem, in een foute kroeg, want we blijken in een hoerenbuurt te zijn.

Maar hij brengt ons naar het station en zegt: “Ik breng jullie veilig naar jullie brommers”.

Hij blijkt inderdaad een ruige gozer met motor en voor we het weten liggen we op een stadsbank. Hij wil met me naar bed! Ik vecht terug. Dit gaat niet goed. Ik word voor de derde keer in mijn leven aangerand.

Gelukkig raken we veilig in de jeugdherberg. We gaan nog 1 keer uit en ontmoeten twee Italiaanse jongens. Het is gezellig en een van hen noemt mij “mio chocolate”. Hoe leuk is dat?

De tweede aanranding gebeurde tijdens de middelbare schooltijd:

Met Koninginnedag gaan Nora en ik naar het Park. Het vuurwerk is voorbij en het park loopt langzaam leeg. De meeste mensen zijn al naar huis, ondanks het prachtige weer. We kletsen nog even met een groep van school en dan gaan ook wij richting huis. Plotseling hangen er een stuk of drie jongens om ons heen. De jongens dagen ons uit en we worden bang.

“Sodemieter op”, maar ze worden handtastelijk. Voor we het weten liggen deze jongens boven op ons. Overal handen.....

Ik roep naar Nora, terwijl ze onder een van die knullen ligt: “Noor wat moeten we doen?”.

We schreeuwen om hulp. De hele meute van school is er ineens en stort zich op die jongens. Twee jongens van school slaan erop.

“Rennen Noor!”.

We vluchten naar de straat waar Nora woont. We komen er goed vanaf. Dat was de tweede keer.

Ik herinner mij die eerste keer nog goed. Ik was nog heel jong. Mijn peettante was pas overleden en ik logeerde in Duitsland bij mijn oom, de echtgenoot van mijn tante. Ik kreeg net borstjes. Er was een programma op tv over Afrika. Allemaal blote vrouwen en mijn oom zat aan mijn borstjes. Ik wist niet wat ik moest doen maar wist wel dat dit niet goed was. Toen ik in bed lag durfde ik niet te gaan slapen, bang als ik was dat hij zou binnenkomen. Dat gebeurde niet. Ik was zo bang, maar heb het pas op ongeveer mijn veertigste aan mijn ouders verteld. Toen bleek ook dat ik de enige niet was. Ook andere nichtjes heeft hij lastig gevallen en zelfs mijn moeder toen mijn tante nog leefde.

“Mam hoe hebben jullie me daar naar toe kunnen laten gaan als je dit wist?”.

De middelbare schooltijd is alweer voorbij en de verkering met Eelco is definitief uit.

Ook is de vakantieperiode voorbij en dus ook mijn baantje, maar ze vragen om er te blijven werken. Maar ik vind het saai en twijfel. Ik wil meer.

Op de afdeling inkoop werkt Ger. Hij heeft als hobby fotografie en wil foto's van mij maken, maar Mamma vindt het niet goed. Toch doe ik het. Hij is veel ouder, maar we hebben goede gesprekken over van alles en nog wat. Het worden leuke foto's. Ik blijf hem zien en ga af en toe wat met hem borrelen. Op een avond gaan Ger en ik samen naar een nachtclub in Zandvoort en het is heel

gezellig. Mama is in alle staten, want hij is zo veel ouder dan ik. Maar er gebeurt niks, hij is gewoon een vriend.

Met Eelco is het weer aan. We zeilen en gaan uit.

Ondanks het aanbod via mijn vakantiebaantje ga ik solliciteren en krijg een vaste baan per 1 september als secretaresse in opleiding met een aardig salaris.

Eelco gaat naar de Sociale Academie.

In deze maand gaat de verkering op en af. Eind september bloeit het nog een keer op. Er is een fuif en ik word voor het eerst dronken. Met alles erop en eraan: misselijk en overgeven. Eelco is bezorgd, maar ik vind alles heerlijk.

En dan gaat het voorgoed uit en ik ben er kapot van en voel me erg alleen. Mijn hart is gebroken. Maar met de vriendinnetjes, Lucy, Gerda en Nora ga ik

gewoon weer uit. Ik ben jong en wil genieten.

Het leven gaat verder en er komt een kortstondige verkering met Ron, en Lucy met zijn vriend Hans. Het is een gezellige tijd maar dit is `het` niet. Hij zoent vies. We gaan ongeveer een maand met elkaar. Lucy is echt verliefd, maar ik maak het uit met Ron.

Ik kom Jaap en Eelco regelmatig tegen maar de liefde is over.

Oudejaarsavond wordt gevierd bij vrienden van mijn ouders en het is een leuke avond. Er wordt veel gelachen en gedanst. Het leven is weer leuk.

Het voorjaar is er in haar volle glorie. De kersenboom bloeit. Wat is dat prachtig. Ik zit heerlijk in de tuin met mijn man Peter en ons hondje.
“Ik ga een rondje met het hondje langs het meer, oké? Kan ik even nadenken”.

“Goed lief, tot straks”.

Vandaag was ik weer bij mijn therapeute Iris en hebben we gesproken over mijn overdenkingen. Ik zoek steeds opnieuw naar aanwijzingen waar het mijn schuld kan zijn dat mijn huwelijk is gestrand en wat de opmerking over geestelijke mishandeling betekent.

Ze legt mij uit dat er bij mij geen schuld ligt.

“Chrissy, jouw ex is een narcist. Ik heb rapporten over hem gelezen en met therapeuten overlegd in mijn regio-overleg. Ik maak me zorgen over jou”.

“Een narcist?”.

“Ja, ik zal je zo kort mogelijk uitleggen wat er mee bedoeld wordt. Wij hebben samen jouw dagboeken over jouw jeugd doorgesproken, je schuldgevoel bekeken. Chrissy het ligt niet aan jou. Je was een meisje zoals ieder ander kind. Je hebt een fijne jeugd gehad. Je ontdekte wat verliefdheid was en pakte steeds weer het leven op. Genoot zelfs. Je bent nog steeds een sterke vrouw, dus (ver)oordeel jezelf niet. Kijk eens naar de potenties die je hebt gehad en hoeveel vrienden je maakte. Een narcist maakt gebruik van al je goede eigenschappen en buigt ze om naar slechte eigenschappen. En dat ben je gaan geloven. Een dergelijk persoon manipuleert en is zoo overtuigd van zichzelf, maar kan er niet tegen als een ander hem overstijgt. Daar maakt zo iemand gebruik van tot zijn eigen eer en glorie, waardoor hij jou het gevoel geeft dat je niet goed genoeg bent, waardeloos, vervangbaar, niet geliefd, onzeker en ja, schuldig”.

Ik ben geschrokken en huil.

“Is dat wat mij is overkomen? Iemand zei onlangs dat ik de notulen van mijn leven heb geschreven. Ik kan de emoties niet omschrijven, ik ben ze kwijt”.

“Ja, je hebt last van het Narcistisch Slachtoffer Syndroom”.

“Ik ken deze terminologie niet”.

“Bij dit syndroom hoort die gevoelloosheid en het verlies van herinneringen aan emoties. Jij bent dienstbaar en zoekt naar erkenning en liefde, wilt mensen blij maken en voor ze zorgen, aardig zijn voor iedereen en focussen op je uiterlijk”.

“Mijn uiterlijk?”.

“Ja, waarom draag je zo veel mogelijk witte kleding?”.

“Omdat ik me vies voel, weggegooid in een hoek als een vaatlap”.

“Precies. Dus ik adviseer je je volgende dagboeken te gaan lezen en er met andere ogen naar te kijken, de leugens te ontrafelen. Wordt aardig voor jezelf en leer de werkelijkheid van die narcist op te geven”.

Met dit huiswerk ga ik aan de slag.

Dagboek 1969.

Ik heb een correspondentievriend maar die heeft het om allerlei redenen opgegeven en ik vraag Frank als correspondentievriend. Ik zit dan nog in mijn eindexamenjaar.

De eerste brief van Frank komt in februari. Hij woont in het westen van het land. Hij is blijven zitten in de 4^e klas HBS met twee onvoldoendes. Dat hebben 'zij' gedaan, schrijft hij. Hij heeft verkering en zij is erop tegen dat hij correspondeert met mij. Zijn vader is dan opgenomen in een ziekenhuis. Frank werkt ook nog als receptionist. Dus hij heeft geen tijd.

Dagboek 1970.

Mijn amandelen moeten er nu echt uit. Dat gebeurt al snel. Het is geen fijne ervaring. Om 10 uur in het ziekenhuis en ik zal om half twaalf geholpen worden. Na een pilletje om rustig te worden, zetten ze mij in een ziekenhuisbed met alleen een operatiehemd en lange witte sokken in een gang onder een open raam. Zo koud! Het is immers maart. Ik moet op een houten stoeltje gaan zitten en een verpleegster houdt mijn armen op mijn rug. Ik word plaatselijk verdoofd en ze trekken die dingen met een soort tang eruit en plompen het in een metalen bakje voor mijn neus. Het lijkt een soort horrorfilm.

Tijdens het uitslapen, omdat er een roesje is gegeven, vergeet de verpleging mij koud drinken te geven maar wel hete vanillevla. Gelukkig grijpt een mevrouw op zaal in.

“Kindje dit is niet goed voor jou. Je moet koude dingen eten en drinken”.

Het gevolg is een verdroogde keel en ik kan niet meer praten. Daar gaat een logopediste iets aan doen. Op de derde dag na de operatie mag ik naar huis. Thuis staat alles vol met bloemen en alle vrienden en vriendinnen komen op bezoek. En wie verschijnt ten tonele? Frank met een bosje theeroosjes! Hij was ook al in het ziekenhuis geweest maar ik was al weg, vertelt hij. Ik wil hem niet zien maar Mama laat hem toch binnen. Hij komt immers van ver! Mama vindt dat ik hem moet zien. De roosjes zullen nooit opengaan en dat doen ze de rest van mijn leven ook niet tot het allemaal fout loopt, zevenentwintig jaar later dan gaan ze open!

Frank schrijft plotseling. Hij zit voor zijn examen en schrijft dat hij cum laude is overgegaan met een hele klasse prijzen. Het examen valt hem zwaar tegen en hij schrijft: “Ach misschien hebben zij er lol in”. Dit begrijp ik niet.

En dan komt de vraag om mee te gaan naar een feest bij een vriend van hem. Hij heeft niemand anders om met hem mee te gaan. Toevallig zag hij mij lopen op straat en dacht: “Laat ik die eens vragen”, maar ik durf niet. Hij vraagt mij hem te bellen. Ik zeg af, mede omdat ik dan nog verkering heb. Dat leg ik uit in een brief, na een maand. Hij schrijft meteen terug. Er komt een discussie over

corresponderen met iemand als je zelf verkering hebt. Moet kunnen vinden we beiden. Hij heeft al een tijd geen verkering meer en moet bedelen om iemand mee te krijgen om hem gezelschap te houden, zegt hij.

Hij hoopt te slagen voor zijn examen en wel cum laude, omdat hij niet slaagde voor zijn Gym bèta.

In mijn vorige brief vroeg ik hem naar een meisje van volleybal. “Ken jij haar? Zij kent jou wel”. Volgens hem is dat opzet van mij. Hij zegt alleen haar naam te kennen.

In zijn volgende brief biedt hij zijn excuses aan. Hij dacht dat ik zat te roddelen (in de brief stond: ‘ik zit weer te kletsen’ toen ik de brief ging beëindigen). Hij krijgt ook een minderwaardigheidsgevoel omdat ik mij hem niet kan herinneren. Hij pocht over zijn werk als bewaker in een tehuis. Hij geeft zijn examengenoten te verstaan dat hij niet in is voor een crèche en ze dus ook niet welkom zijn bij hem en hij ook niet bij hen zal zijn. Hij heeft het dan over de examenfeesten.

In onze discussie over ‘ware liefde’ zegt hij: “Ik zou de vrouw waar ik ooit eens mee zou trouwen nooit haar werk en hobby’s vragen op te geven, want zij moet ook van de mijne afblijven”. Hij vindt dat je in het leven niet over lijken moet gaan, maar het interesseert hem niets als/of zijn klasgenoten wel of niet slagen. Ook het verliezen van een volleybalwedstrijd ligt aan de scheidsrechter, dus niet aan hem, maar aan iemand anders.

Ik zie het als open en eerlijke discussies. Dus ik blijf schrijven.

Dit jaar heb ik Hans leren kennen. De verkering met Hans wordt serieus, we bezoeken zijn familie en het wordt steeds saaier. Er is geen passie.

Hij begint over uitzet en samen op vakantie gaan. Het gaat mij veel te snel, veel te serieus. Dus maak ik het uit. Hij is wanhopig en huult. We stappen uit de taxi nadat we zijn uitgegaan en hij gaat zelfs op zijn knieën

“Chrissy ik hou van je”.

“Maar ik hou niet van jou. Ik vind je lief en aardig maar ik hou niet van jou. Asjeblief Hans sta op dit is zoo vernederend”.

Zijn overmatige zorg en verwennerij voor mij geeft mij een benauwd gevoel. Als ik met mijn vingers knip zou hij mij alles willen geven, maar dat voelt niet goed. Het is wel heel erg dat hij zo verdrietig is, maar ik weet niet wat ik ermee moet. Dus uiteindelijk zeg ik vaarwel en loop snel weg, de deur door en naar boven. Ik kan het niet aanzien.

Hij kruipt verslagen terug in de taxi en vertrekt.....

Als het uit is met Hans, schrijf ik Frank dat ik mij hier rot over voel, omdat Hans zo verdrietig was.

Mijn vader is sceptisch: “over twee weken komt zeker de volgende weer?”.

Mijn moeder zegt het te begrijpen. Hoewel ze ook heeft gezegd: “Drie maanden en dan maak je het uit. Wij zijn dan aan die jongen gewend”.

Mijn broer hoopt dat ze mij ook eens te grazen zullen nemen.

Ik vertel Frank wat mij is overkomen met een vroeger vriendje. Hoe hij, ouder dan ik zo onzorgvuldig met mij is omgegaan. Hoeveel verdriet ik daarvan had.

“Later vertel ik je nog wel hoe dat is gegaan en misschien zelfs wie dat was”.
Hij vindt: “Je bent een egoïst als je vrij wilt zijn, maar dat moet je zijn als je jezelf wilt blijven en niets aan je persoonlijkheid tekort wilt doen”.
Hij stelt dan voor het eerst dat iedere medisch student moet weigeren in militaire dienst te gaan of te zorgen dat hij er niet in komt.
Hij gaat niet acht jaar studeren om mensen te genezen en dan een opleiding doen om mensen vakkundig af te maken.
Hij wil na zijn tweede keuring voor militaire dienst gaan weigeren op ethische gronden.

In een gedicht schrijft hij:

The desire, the desire

The desire for more

Eats your hart and your mind

Destroys the world for sure

Hij eist van al zijn medemensen grote oprechtheid, zegt hij. En is blij dat ik het op een aantal punten met hem eens ben, maar er ook voor uitkom als dat niet zo is. Maar hij piekert teveel, zegt hij. Over God, geloof, liefde en krijgt een soort paniekaanval waarbij zelfs de huisarts wordt ingeschakeld: ”hij moest maar eens jong zijn”, zegt de man.

Hij is ook onzeker om zijn zwakke kanten te laten zien: “Ik mag ze toch wel eens laten zien, of niet?”

In een volgend gedicht schrijft hij:

De twijfel of 't liefde is

Bang om te spreken

Zij mocht eens weigeren en je breken

De angst voor een liefdesweigeren

Tegenstelling die eindigen zal!

Tot zij er om vraagt;

Waarmee je je toch verlaagt.

Ik schrijf: “Als ik je op een of andere manier kan helpen, kun je altijd op me rekenen”.

Dan schrijft hij: “Je zegt dat je niet zoveel wijsheid hebt (zoals ik?) Nou vergeet het maar. Zeker alleen omdat jij A hebt gehaald en ik nu B doe en omdat ik ga studeren? Je bent toch geen minderwaardigheidscomplex aan het kweken?”.

Hij vindt de liefde een zwakke plek die je niet zou willen tonen.

Hoe komt hij hierbij? Dat heb ik niet geschreven.

Inmiddels na de operatie aan de amandelen en de logopedie, kan ik weer goed praten.