

Beste lezer,

Welkom bij mijn boek. Dit zijn verhalen die nog nooit eerder zijn verteld, en ik nodig je uit om met mij mee te gaan op een reis door mijn innerlijke wereld. Mijn naam is Dean, ik ben 20 jaar oud, en de woorden die je in je handen hebt, zijn het resultaat van mijn persoonlijke zoektocht en worstelingen.

Sinds ik op jonge leeftijd met depressie te maken kreeg, heb ik mijn emoties en ervaringen op papier gezet. Dichten werd mijn manier om te verwerken wat ik niet altijd in woorden kon uitdrukken. Wat je in dit boek zult lezen, zijn niet alleen gedichten en poëzie, maar ook waargebeurde verhalen die mijn diepste gevoelens en gedachten weerspiegelen. Het is een verzameling van momenten en emoties die ik nooit eerder met iemand heb gedeeld.

De verhalen die ik vertel, zijn niet spannender gemaakt dan ze zijn. Ik heb ze kort en duidelijk gehouden, op dezelfde manier waarop ik als persoon ben en spreek. Waarom zou ik me anders voordoen in een boek over mijn leven? Elk stuk is oprecht en authentiek, en ik hoop dat je deze intieme reis met me wilt maken. Mijn wens is om je te laten zien dat je niet alleen bent in je pijn en dat er altijd hoop is, zelfs in de donkerste tijden.

Bedankt dat je de tijd neemt om mijn woorden te lezen. Ik hoop dat mijn verhalen je raken, je inspireren en je helpen om door te gaan, ongeacht wat je zelf doormaakt.

## Tussen Tijd en Ziel

Je leven raakte het mijne nooit,  
geen gedeelde woorden, geen gezamenlijk pad.  
Toch draag ik jouw naam,  
gebonden door de onzichtbare draad.

Op de dag dat jij afscheid nam,  
begroette ik de wereld voor het eerst.  
In de echo van jouw stilte,  
klonk mijn eerste adem, mijn levensvers.

Zeggen ze dat ik speciaal ben,  
omdat jij ging en ik kwam?  
Maar is dit toeval of lot,  
die onze verhalen samenbracht?

Los van dit alles, vraag ik stil,  
ben ik dan speciaal genoeg?  
Of is de waarde van mijn bestaan,  
niet in deze cirkel, maar in wat ik zelf voeg?

Opa, in de schaduw van jouw verleden,  
groeit mijn eigen verhaal.  
Een vonk van jou leeft in mij voort,  
maar mijn licht, dat brandt totaal.

## De Erfgenaam van Twee Verhalen

Mijn opa was een man van wie ik enkel verhalen ken. Hij was de vader van mijn vader, een pilaar in onze familie, een man van kracht en waarden. Voor mijn vader is hij nog altijd een grote inspiratie, een man die hij bewonderde en liefhad. Het verdriet om zijn verlies is diep geworteld in het hart van mijn familie, en zijn herinnering leeft sterk voort.

Jaren na zijn overlijden kwam ik ter wereld, op dezelfde dag dat hij de aarde had verlaten. Dit feit heeft altijd iets mystieks in zich gedragen voor mijn familie. Het is alsof zijn geest mij heeft aangeraakt, alsof er een stukje van hem in mij leeft. Dit maakt mij, in de ogen van velen, extra speciaal.

Maar soms vraag ik me af of dat wel eerlijk is. Ze behandelen me anders, soms met een voorzichtige eerbied, alsof ik meer ben dan gewoon mezelf. Ze zien mij als een voortzetting van iets groters, een symbolische verbinding tussen de generaties. En hoewel dat een mooie gedachte is, laat het me ook nadenken.

Ben ik speciaal omdat ik mijn eigen persoon ben, of omdat ik op die specifieke dag ben geboren? Zou ik zonder dat verband met mijn opa minder speciaal zijn in hun ogen? Die vragen spoken door mijn hoofd. Ik wil gewoon zijn wie ik ben, zonder dat er een schaduw van verwachtingen of bijzondere betekenis over me heen hangt.

Ik eer mijn opa, net zoals mijn vader dat doet. Maar ik wil dat men mij ziet om wie ik ben, niet alleen om de symboliek die toevallig aan mijn geboorte is verbonden. Dit is de kern van mijn gedicht. Het is mijn manier om mijn gevoelens te uiten, mijn verlangen naar erkenning voor mijn eigen unieke bestaan, los van de datum waarop ik ben geboren.

Want ik ben meer dan een echo uit het verleden. Ik ben een eigen stem, een eigen ziel en ik wil op die manier gezien en geliefd worden.

## Deuren van Herinnering

Ik was nog jong, zo jong,  
de wereld was voor mij nog zacht en klein.  
Maar die dag stond ik stil,  
op de overloop, tussen dromen en pijn.  
Het huis, omsingeld door zwaailichten,  
het blauw dat de nacht verstoorde.  
Mijn halfbroer werd weggenomen,  
maar wat had hij misdaan? Ik hoorde  
niets, begreep niets, alleen verwarring in mijn hart,  
want voor mij was hij altijd lief,  
een broer die ik nooit zou laten gaan,  
die mij altijd beschermde en warmte gaf.  
De deuren in mijn gedachten,  
veel deuren, elk met een slot.  
Ik opende ze één voor één,  
op zoek naar hem, naar zijn glimlach,  
om hem weer even te zien,  
zijn aanwezigheid te voelen,  
zijn stem te horen, al was het maar kort.  
Ik herinner me die gangen,  
lange gangen die nooit leken te eindigen.  
Elke deur bracht me dichterbij,  
maar het voelde als een eeuwigheid.  
Toen ik hem eindelijk bereikte,  
voelde ik de pijn die in de lucht hing,  
de pijn die het hele gezin deelde,  
een last die niemand kon ontkennen.  
mijn jonge hart, nog ongeschonden,  
probeerde het te begrijpen,

maar het voelde alleen de pijn,  
die diepe pijn van verlies en gemis,  
alsof iets kostbaars werd verscheurd  
uit onze handen, uit ons leven,  
zonder dat ik echt begreep wat het was.  
Maar één ding weet ik zeker,  
door al die deuren en donkere gangen,  
hield ik vast aan de liefde voor hem,  
mijn lieve halfbroer, verloren en gevangen.  
Zijn gezicht, een schaduw in mijn herinnering,  
maar zijn warmte, die voel ik nog steeds.  
Een knuffel, een kort moment,  
daar hield ik me aan vast,  
als een vlam in de duisternis.  
En nu, als ik terugkijk,  
door de lens van de tijd,  
begrijp ik iets meer van de pijn,  
van het verdriet dat we allen droegen,  
maar ik zal altijd dat kind blijven,  
dat op de overloop stond,  
verward, met alleen liefde in het hart,  
voor een broer die te ver was weggenomen.

## Herinneringen van een Kinderhart

Ik was nog jong, te jong om volledig te begrijpen wat er om me heen gebeurde maar oud genoeg om de schaduwen van dat moment voor altijd met me mee te dragen. De herinnering is vervaagd door de tijd, maar de emoties die ermee gepaard gingen zijn levendig gebleven, alsof ze zich diep in mijn hart hebben gegrift. Het begon op een dag die, voor mij als kind, gewoon had moeten zijn zoals elke andere. Ik stond op de overloop, de plek waar ik vaak speelde of even stilhield voordat ik naar mijn kamer ging. Maar deze keer voelde alles anders.

Er hing een spanning in de lucht die ik toen niet kon plaatsen, maar die me nu duidelijk is als ik eraan terugdenk. Buiten hoorde ik geluiden die ik normaal alleen op televisie zag: sirenes, luide stemmen, het gerommel van auto's die abrupt stopten. ik zag blauwe lichten flitsen. Het huis was omsingeld door politie en de rust die ik gewend was, was vervangen door een gevoel van dreiging en onbegrip.

Ze kwamen mijn halfbroer halen. Voor mij was hij altijd mijn lieve halfbroer geweest. Een broer die me plaagde, die me beschermde, die me liet lachen. Ik begreep niet wat hij had misdaan, en in mijn ogen kon hij niets verkeerd doen. Ik keek op naar hem zoals jonge kinderen dat doen naar hun oudere broers en zussen met bewondering en onvoorwaardelijke liefde.

De gebeurtenissen daarna zijn een waas. Volwassenen praatten snel en stil, hun gezichten bedrukt en bezorgd. Ik voelde de spanning in hun stemmen, maar ik begreep niet wat ze zeiden. Mijn kinderlijke brein kon de woorden niet verwerken, maar mijn hart voelde de pijn, de angst, en de droefheid die in de lucht hing. En toen was hij weg.

Later, toen alles weer stil was in het huis, begonnen de vragen. Waar was hij naartoe gebracht? Wat had hij gedaan? Waarom? Maar niemand gaf me antwoorden die ik kon begrijpen. De enige zekerheid die ik had, was dat hij er niet meer was, en dat de glimlach die hij altijd meebracht ook verdwenen was.

Er gingen dagen, misschien weken, voorbij voordat ik hem weer mocht zien. De eerste keer dat ik op bezoek ging, was alles vreemd en verwarrend. Wat me het meest bijbleef, waren de deuren. In mijn herinnering leek het alsof er een eindeloze reeks deuren was die ik moest doorgaan om bij hem te komen. Elke deur die openging, bracht me dichterbij hem, maar elke deur was ook een nieuwe barrière tussen ons. Toen ik hem eindelijk bereikte, was het moment kort maar kostbaar. Ik zag hem, ik voelde zijn aanwezigheid, en voor even leek alles weer normaal. Ik kon hem knuffelen, iets wat ik zo had gemist en in dat moment was hij weer gewoon mijn broer. Maar zelfs als kind voelde ik de zware atmosfeer in de kamer. De pijn van iedereen was tastbaar, zelfs als er niemand woorden aan gaf. Het was alsof de lucht zelf doordrenkt was van verdriet en gemis.

Die bezoeken waren zeldzaam, en elke keer als ik terugkeerde naar het huis, leek het leger. De ruimtes waar hij ooit was, voelden nu koud en verlaten. De volwassenen probeerden me te beschermen tegen de volle waarheid, maar ik wist genoeg. Ik wist dat er iets gebroken was in onze familie, iets dat niet makkelijk te herstellen zou zijn. Nu, als volwassene, begrijp ik meer over wat er gebeurde, maar het verdriet van dat kind in mij is nog steeds aanwezig. De verwarring, het onbegrip, en vooral het gevoel van verlies zijn dingen die ik nooit volledig zal kunnen loslaten. Dit verhaal en het gedicht dat erbij hoort, zijn mijn manier om die gevoelens te verwerken en te delen. Om de stem te geven aan het kind dat ik was, dat niet begreep wat er gebeurde, maar dat wel de pijn en liefde voelde die iedereen in ons gezin deelde. Dit is mijn verhaal. Een verhaal over deuren die ik opende, zowel fysiek als emotioneel, op zoek naar antwoorden en troost. Het is een herinnering aan mijn

broer, maar ook aan de pijn die we allemaal hebben gevoeld. En uiteindelijk is het een manier om vrede te vinden met wat er is gebeurd, door het te vertellen, door het te begrijpen en door het te accepteren als een deel van wie ik ben geworden.

## Verloren in de Schoolbanken

In groep 3 begon mijn strijd,  
niet met sommen of letters,  
maar met een pijn die niemand zag,  
een ziekte die zich stil verstopte,  
in de schaduw van elk klaslokaal.  
Mijn dagen waren gevuld met angst,  
niet voor toetsen of een beurt,  
maar voor het moment dat ik weer voelde  
hoe het bloed mijn mond verliet,  
hoe mijn maag in opstand kwam.  
Ze zeiden dat ik loog,  
dat ik niet echt ziek kon zijn.  
Maar hoe kon ik het uitleggen,  
terwijl ik boven de wc hing,  
met tranen die niets vertelden  
van de pijn die ik echt voelde?  
De dokters keken, zochten,  
maar eerst vonden ze niets.  
Toch wist ik dat er iets mis was,  
dat mijn lichaam schreeuwde om hulp  
in een taal die alleen ik kon horen.  
De kinderen om me heen,  
zij zagen het als zwakte,  
een reden om me uit te sluiten,  
om mij eenzaam te laten staan  
in de speelplaats van hun harde woorden.  
Ik voelde me verloren,  
in een wereld die me niet geloofde,  
een wereld waar de juf wegkeek,



terwijl ik hunkerde naar begrip,  
naar een hand die me zou helpen  
uit de put van eenzaamheid en pijn.  
Uiteindelijk kwam de waarheid aan het licht,  
iets in mijn darmen, een oorzaak, een naam.  
Maar tegen die tijd had ik al geleerd  
hoe het voelde om alleen te zijn,  
om je eigen pijn te dragen  
zonder dat iemand het echt begreep.  
Medicatie bracht wat rust,  
maar de herinnering blijft bestaan,  
aan die dagen in groep 3,  
waar ik vocht tegen mijn lichaam  
en tegen de wereld die wegkeek,  
die mijn stem niet wilde horen

## Eenzaamheid in de Schoolbanken

Groep 3 zou een tijd van zorgeloosheid moeten zijn, een periode waarin je leert lezen, schrijven en rekenen en waarin je vriendschappen sluit die de basis leggen voor je schooltijd. Maar voor mij was het anders.

Het was een tijd van ziekte, onzekerheid en eenzaamheid. Vanaf het begin van groep 3 voelde ik me vaak niet lekker. Het begon met een onbestemd gevoel van misselijkheid dat steeds vaker de kop opstak. Soms werd het zo erg dat ik naar huis moest, mijn buik verkrampde en ik over de wc hing, waar ik niet alleen moest overgeven, maar ook bloed begon te spugen. Het was beangstigend, vooral omdat ik niet wist wat er mis was en het leek alsof niemand me echt geloofde. Ik was vaak ziek thuis, maar soms voelde ik me gedwongen om toch naar school te gaan, zelfs als ik me nog steeds niet goed voelde. De dagen dat ik naar school ging, voelde ik me zwak en uitgeput.

Mijn klasgenoten merkten dat ik anders was, dat ik vaak afwezig was en dat ik niet mee kon doen zoals zij. In plaats van medeleven of begrip te tonen, begonnen ze me te pesten. Ze maakten opmerkingen, lachten me uit en sloten me buiten. Voor hen was ik het zieke kind, degene die altijd iets mankeerde. Ze zagen me als zwak en in hun ogen was dat genoeg reden om me als minderwaardig te behandelen. De eenzaamheid die ik voelde was overweldigend. Ik was niet alleen ziek in mijn lichaam maar ook in mijn hart.

Ik had niemand om mijn zorgen mee te delen en zelfs de juffen, die ik zo hard nodig had om me te beschermen, leken niet te zien wat er met me aan de hand was. Ze geloofden niet dat ik echt ziek was. Ze zagen mijn klachten als aandachtstrekkij, iets om te negeren in plaats van serieus te nemen. Ze belden zelden naar huis, zelfs als ik aangaf dat ik me niet goed voelde. En terwijl ik boven de wc hing, mijn maag leeg, mijn keel rauw en het bloed uit mijn mond sijpelend, voelde ik me volledig in de steek gelaten.

Mijn ouders wisten dat er iets niet in orde was en namen me mee naar dokters en het ziekenhuis. Maar aanvankelijk konden de artsen niets vinden. De testen en onderzoeken lieten geen duidelijke oorzaak zien, en dat zorgde ervoor dat de mensen om me heen nog minder geloofden dat er echt iets mis was. Maar ik wist, diep van binnen, dat mijn lichaam iets probeerde te zeggen, iets wat de artsen nog niet hadden ontdekt. Het duurde een tijd voordat ze uiteindelijk iets vonden: een probleem met mijn darmen. De diagnose bracht eindelijk een naam en een reden voor de pijn die ik elke dag voelde. Ik kreeg medicatie die me zou helpen om me beter te voelen, en langzaam maar zeker begon mijn gezondheid te verbeteren.

Maar de littekens van die tijd, van de eenzaamheid en het onbegrip, bleven. Ik schreef mijn gedicht om die gevoelens te uiten, om een stem te geven aan dat kind dat zich zo alleen voelde in een wereld die niet luisterde. Het is een herinnering aan een tijd waarin ik leerde dat niet alle pijn zichtbaar is en dat begrip soms te laat komt. Het gedicht is een manier om te laten zien hoe eenzaamheid en ziekte samen kunnen gaan, hoe pesten de pijn alleen maar erger maakt, en hoe belangrijk het is om te luisteren naar de stemmen van kinderen, zelfs als ze niet meteen begrepen worden. Mijn ervaring in groep 3 heeft me gevormd. Het heeft me geleerd om voor mezelf op te komen, om te blijven vechten, zelfs als niemand anders dat doet. En hoewel die tijd moeilijk was, ben ik er sterker uitgekomen. Dit verhaal, en het gedicht dat erbij hoort, zijn een manier om die ervaring te delen en hopelijk anderen te laten zien dat ze niet alleen zijn, dat hun stem belangrijk is en dat hun pijn echt is, zelfs als niemand het meteen begrijpt.