

Dunja

Mijn leven Mijn wereld

Dunja

Mijn leven Mijn wereld

Dunja Struik

Schrijver: Dunja Struik
Illustraties: Jamie Delilah Jekel
Coverontwerp: Dunja Struik
ISBN: 9789403803043
© Dunja Struik

Inleiding

Dit boek is geboren vanuit stilte.

Uit pijn.

Uit een tijd waarin ik mezelf niet meer herkende, waarin alles donker was en ik niet wist hoe ik eruit moest komen.

Ik zat vast.

Ik gaf woorden aan mijn pijn.

Elk woord, elke zin, komt uit een plek waar het heel donker was maar waar ik ook mijn licht en kracht weer vond.

De teksten die je in dit boek vindt zijn fragmenten van mijn reis.

Ze vertellen het in poëtische vorm en dragen alles wat ik heb gevoeld en/ of heb meegemaakt.

De rouw, het verdriet, de intense pijn en de innerlijke strijd.

Maar ook het licht dat ik langzaam weer kon gaan zien.

De liefde die weer voelbaar werd, in mijzelf en mij heen.

Dit boek is een momentopname van mijn binnenwereld en tegelijkertijd ook een einde van een ontzettende zware en donkere periode.

Het voelt als een afsluiting en een overgang naar voorzichtig weer gaan bouwen en ontdekken.

En misschien herken jij iets in wat je leest.

Misschien voel je: ik ben daar ook geweest of ik ben er nu.

En als dat zo is, weet dan: je bent niet alleen.

Laat deze woorden je meenemen, al is het maar even.

Door het donker naar het licht toe.

Welkom in een stukje van mij,

Dunja

Mijn leven Mijn wereld

Voorwoord

Ik, op mijn eigen pad
Elke keer een laag dieper
Oude pijn die weer omhoog komt
Diep geworteld het gevoel van er niet mogen zijn
Mezelf niet mogen laten zien
Mezelf niet mogen zijn
Een boodschap, een identiteit, die ik heb mee gekregen van
thuis
Die zo diep zit in mijn kern

Nu ik dit schrijf rollen de tranen over mijn wangen en voelt
het als veel en onmogelijk om dit gevoel te veranderen in mij
Dit anders te gaan zien
Dit is wat ik ken
Wie ik “denk” dat ik ben
Waarom wordt dit gevoel nu zo hard geraakt

Op dit moment maak ik keuzes in mijn leven waarin ik mijzelf
wel laat zien
Elke keer weer een stapje verder, een stapje dat soms zo eng
en oncomfortabel aan voelt
Mijn eerste reactie is weer willen weg kruipen, mezelf weer
uitgummen
Ik ben er niet! Let maar niet op mij dan kan ik ook niks fout
doen

Maar een paar jaar geleden toen ik doodziek in bed lag is er
een innerlijke behoefte ontstaan om mezelf wel te gaan laten
zien
En die behoefte, dat verlangen, kan ik niet meer negeren
Om het anders te willen zal ik het anders moeten doen
Hoe eng het soms ook voelt
Daarachter ligt mijn groei

Mijn oneindigheid aan mogelijkheden
En leer ik dat het gedrag of de reactie die ik laat zien dat ik
"dat" niet ben
Het is een herinnering, een ervaring, een diepe wond uit het
verleden
Dat ben ik voor waarheid gaan aannemen, daarop ben ik door
gaan bouwen
En zolang ik mij daar niet bewust van ben zit ik vast
Vast in mijn oude verhaal

Ik stap daaruit
Laat mezelf zien
Ga alle emoties aan, voel het en doorleef het
Met uiteindelijk voelen en weten dat ik die emotie niet ben

Ik ben Dunja en ga het leven niet meer uit de weg

Wie ben jij