

Voorwoord

In de afgelopen paar jaar ben ik, mede door therapie, mij bewust geworden van de gevoelens, emoties en gedachten die ik in mijn leven heb (gehad). Geïnspireerd door de gedichtenbundel *Grenzeloos Gewenst* van Indra Hagelstein ben ik gedichten gaan schrijven om deze gevoelens, emoties en gedachten te kunnen verwoorden. Het idee om de gedichten uit te geven ontstond op een later moment.

Toen ik een aantal gedichten voorlas aan een naaste, gaf ze aan dat het haar raakte en dat de gedichten haar inzicht gaven in mijn gevoelens en ervoor zorgde dat ze beter kon begrijpen waarom ik me zo kan voelen. Door die uitspraak ging ik nadenken en leek het mij een fijn idee dat anderen in mijn naaste omgeving ook meer inzicht zouden krijgen in mijn gevoelens en mij daardoor beter zouden kunnen begrijpen.

Zelf merk ik, dat wanneer ik herkenning vind in een verhaal, tekst, film of documentaire van een ander(e geadopteerde), het mij steun kan bieden. Hoe mooi is het als ik met gedichten die ik heb geschreven, (h)erkenning kan geven en daarmee steun kan bieden aan andere geadopteerden. Dit was voor mij de belangrijkste reden om de gedichten in een bundeltje uit te geven.

Een laatste reden om de gedichtenbundel uit te geven, is om de buitenwereld inzicht te geven in de gevoelens, gedachten en ervaringen die een geadopteerde kán hebben.

Met de nadruk op kan. Want de gevoelens en gedachten die ik als geadopteerde heb, kunnen mogelijk herkenning geven voor andere geadopteerden, maar er zijn ook geadopteerden die geen worstelingen ervaren met zichzelf of het leven. Zij hebben geen negatieve gevoelens bij hun adoptie en zijn gelukkig in hun leven. Uiteindelijk gaat het om een combinatie van en een wisselwerking tussen een genetische kwetsbaarheid van een

individu en omgevingsfactoren, zoals gebeurtenissen die het individu heeft meegemaakt. Of hoe de naaste omgeving van het individu, zoals ouders, broertjes/zussen, vrienden, docenten, et cetera, op het individu reageert en hoe het individu daar vervolgens op reageert. Deze combinatie en wisselwerking kunnen het verschil verklaren tussen mensen die weinig worstelingen ervaren en zij die meer worstelingen ervaren.

Met mijn gedichten wil ik graag anderen inzicht geven in mijn gevoelens, gedachten en ervaringen rondom mijn adoptie, het bijbehorend verlies en mijn weg naar heling en herstel.

Sasa Brüning (2023)

Dialectiek van adoptie (2)

Hier een goed leven
Alle kansen gekregen
Lieve ouders en een zusje
Bescherming en warmte
Een welvarend land
Studies en een baan
Zou niet mogen klagen

Maar adoptie zou niet bestaan
Als er ook niet is verloren
Het gekregen kindje
Ergens anders geboren
Verliest haar ouders
Verliest haar land
Verliest die allersterkste
Moeder-dochterband