

Niet aankomen, niet afvegen

‘Weer een boek over incest?’

‘Ja, weer eentje, Henk.’

‘Dat weten ze nu toch allemaal wel, Herman?’

‘Nee, mensen vernemen over het fenomeen, maar weten veelal niet wat er werkelijk gebeurt en al helemaal niet wat de impact op korte én de lange termijn is.’

Op de grond, zittend in de door de geur van paarse lelies bezwangerde voorkamer, dacht ik na over de eerste zin van dit voorwoord. Het zijn er vier geworden.

Dit boek zou nooit geschreven mogen worden, maar het is er. Het is een biografie van een van de vele incestslachtoffers, maar op een onorthodoxe manier. Ik beschrijf in dit boek de feitelikheden van het misbruik. Niet voor de sensatie, maar om onder de loep te leggen wat er echt met kinderen uitgespookt wordt. Niet om de hete brei heen draaien door het gebruik van beeldspraken of vage termen, maar feitelijk vertellen wat er gebeurt. Om de onuitwisbare beelden uit de herinneringen in woorden te vangen. Vertellen wat de impact van die daden op iemand is. Wat de geestelijke effecten zijn van de manipulatie die bijna altijd met misbruik gepaard gaat. En hoe verstrekkend de gevolgen hiervan zijn in iemands verdere leven.

De eerste letter voor dit boek schrijf ik in 1990, het jaar dat ik me door mijn familie dermate in de steek gelaten voel dat ik haar de rug toekeer. De laatste letter is getypt, maar van volledige heling zal waarschijnlijk geen sprake zijn. Incest is als een

gelijmde vaas. Zij is weer heel, misschien gevuld met het prachtigste boeket, maar de scheuren vervagen nimmer.

Er zijn tal van momenten geweest om het erbij te laten zitten. Wat geweest is, is geweest. Het blijft echter knagen. Doorpakken dus en afmaken waar ik aan begonnen ben. Het dient een groter doel dan het op papier zetten, in de hoop dat het bijdraagt aan verwerking.

Ik wil dat incest geen vaag begrip blijft. Erg als er weer een zaak in het nieuws komt, maar morgen weer een nieuwe dag der dagen. Nee, details moeten een fel licht werpen op de verwerpelijkeit ervan. Waar mensen toe in staat zijn om kinderen aan te doen, moet verteld worden. Is het leuk? Nee, maar ik deel mijn intimiteit om een vijftal redenen. Begrijp me goed. In de krant lezen over een aardbeving is schokkend, maar de dag denderd voort. Live beelden die laten zien wat het met mensen doet, zijn afschuwwekkend en doen ons er nadrukkelijker bij stilstaan. Beelden komen harder bij ons binnen. Daarom wil ik mijn ervaringen in detail beschrijven. Dit gebeurt in het echt, dit doen mensen met jullie kinderen. Misschien wel verderop in jouw straat.

Ik wil ook laten zien dat de manipulatieve knechting door de misbruiker misschien wel meer en langduriger schade berokkent dan het lichamelijke misbruik van een kind op zich. Ik beschrijf tevens het veranderend gedrag dat ik vertoon tijdens de periode van misbruik. De vijf redenen waarom ik toch toegang verleen tot het meest intieme deel van mijn bestaan en de koe bij de horens vat zijn: ouders, verzorgers en oppassers wil ik scherpte meegeven om veranderend gedrag van een kind waar te nemen en tot actie over te gaan. Stel een vraag, kijk verder dan de voordeur, wees alert, en zoek hulp.

Tevens wil ik iedereen die, net als ik, getraumatiseerd is, een hart onder de riem steken. Ooit klein, fragiel en nietig, maar ik ben nu wel "gelukt" in het leven. Je kunt voor de trein springen of jezelf in de kraag vatten en jezelf boven het trauma uittillen.

Of zoek iemand die jou in de kraag vat en je helpt om je doelen te bereiken. Draag je trauma niet je gehele verdere leven als een molensteen om je nek mee. Je doet ertoe. Zelfmoord is nooit de oplossing! Nogmaals, zoek hulp, hoe moeilijk dat meestal ook is, doe het. Zoek hulp bij iemand die je vertrouwt. Een leraar, juf, buurvrouw, je voetbalmaatje of wie dan ook én: doe aangifte!

Ongetwijfeld naïef gedacht, maar wellicht dat een misbruiker dit boek leest. Misschien heeft hij of zij nooit nagedacht over welke schade hij of zij aanricht bij een kind. Al is er maar één persoon die de kracht eruit haalt zijn of haar misbruik te staken en zich onder behandeling laat stellen, dan is dat slechts een druppel op een gloeiende plaat; maar wel eentje die heel even sist.

Incest als term benoemen op zich is al een behoorlijke inkijk in iemands privacy. Ik kies ervoor om het daar niet bij te laten. In detail geef ik weer hoe het in de praktijk kan uitwerken. Niet om te shoceren, maar omwille van de gruwelijke werkelijkheid ervan.

Het vijfde doel voor het schrijven van dit lastige boek is: jij bent de uiteindelijke winnaar van de strijd die jou, ongevraagd, is opgelegd. Het is mij gelukt om mijn geluk te zoeken en me voor zover mogelijk onafhankelijk te maken van mijn verleden. Jij kunt hierin ook slagen. *You can survive.*

Als ik al mijn gedachten en hersenspinsels letterlijk aan het papier zou toevertrouwen, wordt dat een enorme brei waar niemand iets mee kan en ik zodoende verre van bereik wat ik beoog. Ik ben niet schizofreen, maar heb wel altijd een soort alter ego bij me, *een imaginary friend*, die soms ook mijn *enemy* is. Hij en ik beschouwen de tweestrijd in mijn leven toen en nu. Vandaar dat ik voor deze stijlform heb gekozen. Een verhaling van de gebeurtenissen, gecombineerd met een dialoog tussen deze twee. Personen die ik niet om toestemming voor publicatie heb gevraagd, zijn in dit boek geanonimiseerd.