

Inleiding

Misschien heb je dit boek opgepakt omdat je jezelf ergens bent kwijtgeraakt.
Misschien ben je jarenlang moeder geweest. Echtgenote, dochter, verzorger, Oma.
Misschien stond jouw leven vooral in het teken van zorgen voor anderen.

En misschien is er nu meer stilte dan je ooit had verwacht.

De kinderen zijn groot. Je partner is overleden, of jullie zijn uit elkaar gegaan.
Misschien ben je met pensioen. Misschien vraag je je af waarom je je zo alleen voelt,
terwijl er toch mensen om je heen zijn.

Of misschien herken je jezelf helemaal niet meer. Als niemand iets van je verwacht...
wie ben je dan?

Dat is geen gemakkelijke vraag.

Voor veel vrouwen is het zelfs een vraag die ze zichzelf nog nooit hebben durven
stellen. Omdat er altijd iets of iemand was die voorging.

Dit verhaal gaat niet over schuld. Niet over goed of fout. Niet over het loslaten van je
geloof, je cultuur of de waarden waarmee je bent opgegroeid.

Het gaat over iets veel mooiers. Het gaat over jou.

Over de vrouw die misschien jarenlang op de achtergrond heeft gestaan. De vrouw die
hield van muziek, van dansen, van lachen, van mooie kleding, van dromen. De vrouw
die ooit nieuwsgierig was naar het leven.

Misschien is ze niet verdwenen. Misschien heeft ze alleen heel lang gewacht tot
iemand haar weer zou uitnodigen.

Zie dit verhaal als een reis. Niet om iemand anders te worden. Maar om opnieuw
kennis te maken met de vrouw die je altijd al was.

Welkom.

Ik ben blij dat je er bent!

En nu ik: Op zoek naar de vrouw achter de rollen!



Ik schrijf dit boek als dochter.

Niet omdat ik alle antwoorden heb, maar omdat ik jarenlang heb gekeken naar een vrouw die zichzelf langzaam uit het oog verloor.

Mijn moeder.

Ze kwam uit een Surinaams stadsgezin met Indiase roots. Ze groeide op met muziek, met dans, met plezier. Ze hield van mooie kleding en van het leven. Ze had dromen, verlangens en een eigen persoonlijkheid.

Toen trouwde ze op zeer jonge leeftijd.

Niet zoals veel mensen tegenwoordig trouwen, vanuit een zoektocht naar een gezamenlijke toekomst, maar vooral vanuit de verwachtingen van die tijd. Trouwen hoorde erbij. Kinderen krijgen hoorde erbij. Zorgen voor het gezin hoorde erbij.

Mijn vader groeide op in een traditioneel hindoegezin. Mijn moeder was katholiek. Hun achtergronden verschilden, maar in de praktijk kwam de verantwoordelijkheid voor het gezin grotendeels op haar schouders terecht. Zij werd echtgenote, moeder, huishoudster en verzorger. Langzaam verdwenen de eigenschappen die haar ooit zo typeerden naar de achtergrond.

Toen het huwelijk eindigde, verloor zij niet alleen haar partner. Ze verloor ook de rol waarin zij jarenlang had geleefd. Als alleenstaande moeder van drie kinderen stond ze voor de enorme taak om haar gezin overeind te houden. Er was nauwelijks tijd om te rouwen, laat staan om zichzelf opnieuw te leren kennen.

Jarenlang draaide haar leven om overleven.

En toen de kinderen volwassen waren, bleef er een vraag over die misschien wel de moeilijkste van allemaal was:

Wie ben ik eigenlijk?

Ik zie die vraag niet alleen bij mijn moeder. Ik hoor haar terug in de verhalen van veel vrouwen van haar generatie. Vrouwen die jarenlang voor anderen hebben gezorgd. Vrouwen die hun eigen wensen opzij hebben gezet. Vrouwen die geleerd hebben dat de mening van anderen belangrijker was dan hun eigen verlangens.

Sommigen voelen zich geremd om opnieuw liefde toe te laten. Anderen durven niet alleen op stap te gaan, uit angst voor wat de omgeving ervan zal vinden. Weer anderen weten simpelweg niet meer wat ze zelf leuk vinden, omdat ze zich die vraag nooit hebben mogen stellen.

Dit boek gaat niet over schuld. Niet over goed of fout. Ook niet over het afwijzen van cultuur, geloof of traditie.

Dit boek gaat over iets anders. Over de ruimte om jezelf terug te vinden. Over de moed om opnieuw nieuwsgierig te worden naar wie je bent.

Niet vanuit de vraag: "Waar hoor ik bij?"

Maar vanuit de vraag: "Wie ben ik, los van alle rollen die ik mijn hele leven heb vervuld?"

Ik geloof dat het nooit te laat is om die vraag te stellen. En misschien is dat wel het mooiste wat we onszelf kunnen geven: toestemming om opnieuw kennis te maken met de vrouw die er altijd al was.

Hoofdstuk 1 – Het meisje vóór de rollen

Voordat mijn moeder moeder werd...

Voordat ze echtgenote werd.

Voordat ze verantwoordelijk werd voor een gezin.

Ze was gewoon een meisje. Een meisje dat hield van plezier maken. Ze groeide op in een groot gezin. Ze speelde met haar broers en zussen, deed danswedstrijden, stoeide, lachte en was niet bang om vies te worden. Ze kon stoer zijn, maar was ook erg meisjesachtig. Ze hield van mooie kleding, van koken en van gezelligheid. Ze genoot van het leven, juist van de kleine dingen.

Als ik aan haar denk, zie ik niet als eerste de vrouw die jarenlang voor iedereen zorgde.

Ik zie dat meisje. Dat meisje droeg ook verdriet met zich mee. Haar jeugd kende gebeurtenissen die diepe sporen nalieten. Er waren ervaringen die een kind eigenlijk nooit zou moeten meemaken. Verlies, onveiligheid en pijn werden deel van haar verhaal.

Maar zelfs die ervaringen namen haar levenslust niet meteen weg. Die verdween niet in één dag. Ze verdween langzaam.

Laagje voor laagje. Door verantwoordelijkheden. Door verwachtingen. Door het idee dat een goede vrouw zichzelf op de laatste plaats zet.

Toch geloof ik dat het meisje van toen nooit helemaal is verdwenen.

Soms zie ik haar nog. Wanneer mijn moeder spontaan moet lachen. Wanneer ze een mooi jurkje aantrekt. Wanneer ze met plezier staat te koken. Wanneer er muziek klinkt en haar ogen even beginnen te stralen.

Dan zie ik niet alleen mijn moeder. Dan zie ik weer even het meisje dat ze ooit was.

En misschien begint verandering precies daar. Niet door iemand anders te worden. Maar door weer even kennis te maken met dat meisje dat altijd is blijven wachten.



Hoofdstuk 2 – Toen ik leerde wie ik moest zijn

Mijn moeder heeft me ooit verteld dat ze mijn vader ontmoette toen ze dertien jaar oud was.

Als ik haar vraag hoe ze haar toekomst toen voor zich zag, noemt ze geen beroep. Geen verre reizen. Geen grote dromen.

Ze spreekt vooral over één verlangen: een veilige plek. Een plek waar ze kon ademen, waar rust was en waar ze haar eigen leven kon opbouwen.

Als jong meisje groeide ze op in een gezin waarin veel gebeurde. Ze leerde al vroeg verantwoordelijkheid dragen. Overleven kreeg vanzelf meer aandacht dan dromen.

Toen ze trouwde, was ze pas zeventien jaar oud en zwanger van haar eerste kind.

Vanaf dat moment volgden de rollen elkaar snel op. Echtgenote, Moeder, Verzorger.

Ik vroeg haar: "Mam, wanneer had je het gevoel dat je leven niet meer van jou was?" Ze keek me aan en zei eigenlijk iets dat me diep raakte, zonder het letterlijk zo te zeggen.

Ze wist niet beter. Ze had nooit geleerd dat haar leven eerst van háár mocht zijn.

Dat besef veranderde hoe ik naar haar keek. Soms denken we dat iemand zijn dromen is kwijtgeraakt. Maar wat als iemand nooit heeft geleerd dat dromen ook voor haar bedoeld waren?

Mijn moeder hield van muziek. Er werd thuis veel gedanst. Er stonden altijd platen op. Muziek bracht iets in haar naar boven wat woorden niet konden. En toch verdwenen langzaam de dingen die haar plezier gaven. Ze deed steeds minder voor zichzelf. Niet omdat ze dat bewust koos. Maar omdat zorgen voor anderen haar tweede natuur was geworden.

Pas nu, op haar achtenzestigste, zie ik iets veranderen.

Niet groot. Niet spectaculair. Maar  zichtbaar.

Ze probeert nieuwe dingen. Ze denkt minder na over wat anderen ervan vinden. Ze geeft zichzelf stap voor stap toestemming om keuzes te maken die goed voelen. Alsof ze eindelijk ontdekt dat het leven niet alleen uit overleven hoeft te bestaan. Misschien is dat geen laat begin. Misschien is het precies op tijd.

Hoofdstuk 3 - Wat mijn moeder mij gaf

Mijn moeder heeft mij veel gegeven.

Niet alleen eten op tafel. Niet alleen schone kleren. Niet alleen een veilig thuis, ondanks alles wat ze zelf had meegemaakt. Ze gaf mij ook iets wat je niet kunt vastpakken. Ze gaf mij haar manier van leven.

Als kind zie je dat niet. Je kijkt. Je luistert. Je voelt. En zonder dat iemand het uitlegt, leer je wat liefde is.

Ik leerde dat een moeder altijd doorgaat. Dat je sterk moet zijn. Dat je niet snel klaagt. Dat je eerst voor een ander zorgt.

En ergens leerde ik ook dat je eigen behoeften kunnen wachten. Mijn moeder heeft me dat nooit verteld. Ze heeft het me voorgedaan. Pas veel later ontdekte ik dat ik hetzelfde deed. Ook ik werd moeder. Ook ik wilde alles goed doen. Ook ik zette mezelf vaak op de laatste plaats. Tot ik op een dag schrok.

Ik keek naar mijn eigen leven en zag iets wat ik nooit had verwacht. Ik leek steeds meer op mijn moeder. Niet in wie zij was. Maar in hoe zij zichzelf vergat.

Dat besef voelde niet als een afwijzing van haar. Juist niet. Het maakte dat ik haar beter begon te begrijpen. Ze had mij niet geleerd om mezelf weg te cijferen. Ze had mij laten zien hoe zij had geleerd te overleven. En ineens begreep ik dat ik iets mocht veranderen.

Niet omdat mijn moeder iets verkeerd had gedaan. Maar omdat iedere generatie de kans krijgt om iets nieuws door te geven. Ik wil dat mijn dochter later ziet dat liefde ook betekent dat je goed voor jezelf zorgt.



Dat ze mag genieten. Dat ze mag rusten. Dat ze mag kiezen. Dat ze mag dansen als er muziek klinkt. En dat ze nooit toestemming hoeft te vragen om zichzelf te zijn. Misschien is dat wel de mooiste erfenis die ik haar kan nalaten.

Hoofdstuk 4 - De stilte

Ik dacht altijd dat stilte rust betekende. Tot ik ontdekte dat stilte ook confronterend kan zijn. Jarenlang was mijn moeder bezig. Er was altijd iets te doen. Kinderen. Werk. Boodschappen. Wassen. Koken. Zorgen. En ineens...

werd het stil. De kinderen werden volwassen. Het huis veranderde. De dagen kregen meer ruimte.

En juist in die ruimte kwamen de vragen. Wie ben ik als niemand iets van mij nodig heeft? Wat vind ik eigenlijk leuk? Waar word ik blij van?

Voor sommige vrouwen zijn dat eenvoudige vragen.

Voor mijn moeder waren het nieuwe vragen. Ze had haar hele leven geleerd om te kijken naar wat anderen nodig hadden. Niet naar wat zij zelf nodig had.

De stilte maakte dat zichtbaar. En stilte kan eng zijn. Want in stilte hoor je niet alleen wat ontbreekt. Je hoort ook wat je jarenlang niet hebt durven voelen.

Toch geloof ik dat juist daar iets nieuws kan ontstaan. Niet omdat de stilte verdwijnt. Maar omdat je haar niet langer hoeft te vullen met zorgen. Misschien is stilte geen einde. Misschien is stilte de plek waar je jezelf eindelijk weer kunt horen.

Hoofdstuk 5 - De vrouw in de spiegel



Er komt een moment waarop je in de spiegel kijkt.

Je ziet je gezicht. Je ziet de rimpels. Je ziet de jaren.

Maar ineens vraag je je af: Wie kijkt er eigenlijk terug? Ben ik nog dezelfde vrouw als vroeger? Of ben ik onderweg iemand geworden die vooral leeft voor anderen?

Het zijn geen vragen die je jezelf op je dertigste vaak stelt.

Ze komen meestal later. Wanneer het rustiger wordt. Wanneer de rollen veranderen. Wanneer niemand meer bepaalt hoe je dag eruitziet.

Dan ontdek je soms iets pijnlijks. Dat je precies weet wat iedereen om je heen nodig heeft.

Maar niet meer weet waar jij zelf blij van wordt. Misschien is dat geen teken dat je jezelf bent kwijtgeraakt. Misschien is het een uitnodiging.

Een uitnodiging om jezelf opnieuw te leren kennen. Niet zoals je was toen je twintig was.

Maar zoals je nu bent. Met alles wat je hebt meegemaakt. Met alles wat je hebt verloren. En met alles wat er nog in je leeft.

Want achter iedere rol woont nog steeds een vrouw. En die vrouw verdient het om gezien te worden.

Al is het maar eerst door zichzelf.



Hoofdstuk 6 - Leven zonder toestemming

Er zijn vrouwen die nooit geleerd hebben dat ze iets mogen doen zonder reden.

Niet uit onwil. Maar omdat ze het nooit zo hebben gezien. Alles had een doel.

Zorgen voor het gezin. Goed zijn voor anderen. Rust bewaren. Niet opvallen.

En ergens onderweg wordt “wat mag ik?” belangrijker dan “wat wil ik?”

Mijn moeder is zo’n vrouw. Ze is niet gestopt met leven. Ze is gaan leven binnen de grenzen van wat werd geaccepteerd. Niet alles was verboden. Maar veel voelde alsof het beter niet kon.

Vriendschappen met mannen werden al snel gezien als gevaarlijk. Plezier werd snel verkeerd geïnterpreteerd. Zelfstandig iets ondernemen voelde alsof er altijd iemand mee moest kijken.

En toch...

nu ze ouder is, zie ik iets veranderen. Niet in één grote beweging. Maar in kleine momenten. Een gesprek dat langer duurt dan vroeger. Een keuze die niet eerst wordt afgestemd. Een glimlach zonder uitleg.

Alsof ze voorzichtig ontdekt dat toestemming misschien nooit zo absoluut was als ze altijd dacht. Misschien hoef je niet te wachten tot iemand zegt dat het mag.

Misschien mag het gewoon. Omdat je leeft. Er komt een moment in het leven van sommige vrouwen waarop iets verschuift.

Niet plotseling. Maar langzaam.

Alsof er iets in jezelf begint te fluisteren dat al die jaren stil is geweest.

Mijn moeder begon dat te voelen. Niet als een grote openbaring.

Maar als kleine vragen die bleven hangen. Waarom heb ik altijd gewacht op goedkeuring? Waarom voelde plezier alsof het eerst “moest mogen”?

Waarom leek het alsof mijn leven pas ruimte kreeg als anderen dat toestonden?



Ze begon te zien dat veel van wat zij als vanzelfsprekend had ervaren, eigenlijk grenzen waren geweest die nooit echt hardop waren uitgesproken.

Grenzen van traditie. Van geloof. Van verwachtingen. Van wat anderen zouden zeggen.

En misschien nog wel het meest van alles:

grenzen die ze zelf was gaan bewaken, zonder dat iemand dat nog van haar vroeg. Dat besef was niet bitter. Maar wel eerlijk. Soms zelfs pijnlijk eerlijk.

Alsof ze voor het eerst zag dat ze zichzelf niet alleen had beschermd, maar ook had ingeperkt.

Niet omdat ze dat wilde. Maar omdat ze dacht dat het zo hoorde. En precies daar ontstaat iets nieuws.

Niet verzet. Niet breuk. Maar bewustzijn.

De zachte erkenning dat er meer mogelijk was geweest dan ze zichzelf had toegestaan.

En misschien nog belangrijker:

dat er nog steeds meer mogelijk is dan ze altijd heeft geloofd.

Hoofdstuk 7 - De terugkeer van levensvreugde

Als een vrouw begint te zien dat ze zichzelf heeft ingeperkt, ontstaat er geen explosie.

Er ontstaat beweging. Klein. Voorzichtig.

Soms bijna onzichtbaar voor de buitenwereld. Maar van binnen verandert alles.

Mijn moeder begon opnieuw te kijken naar dingen die ooit vanzelfsprekend deel van haar waren geweest. Muziek. Kleding.

Kleine momenten van plezier zonder uitleg. Niet omdat iemand haar vertelde dat het mocht. Maar omdat ze langzaam begon te voelen dat ze het zichzelf ook nooit echt had verboden. Ze had alleen geleerd dat het niet belangrijk was.

En dat is een verschil. Groot genoeg om een leven te bepalen. En klein genoeg om jarenlang niet op te merken.

Nu begint ze opnieuw te ontdekken dat levensvreugde niet iets is wat je verdient. Maar iets wat je mag ervaren. Zonder toestemming. Zonder schuld. Zonder uitleg.

Soms is het een lied dat aanstaat terwijl niemand iets van haar vraagt. Soms is het een keuze die ze maakt zonder eerst aan iemand anders te denken.

Soms is het gewoon even lachen om iets kleins, zonder dat het meteen een functie moet hebben.

En misschien is dat wel de grootste verandering: dat ze niet meer wacht op het juiste moment om te leven. Maar het leven weer begint toe te laten terwijl het er al is.

Hoofdstuk 8 - De moed om opnieuw te kiezen

Er is een moment in het leven waarop een vrouw niet meer alleen leeft volgens wat hoort. Maar begint te voelen wat klopt. Dat is geen plotseling besluit. Het is langzaam ontwaken.

Mijn moeder begint dat voorzichtig te ervaren. Niet als verzet. Maar als een andere manier van kijken.

Ze merkt dat veel keuzes die vroeger vanzelfsprekend leken, eigenlijk altijd beïnvloed waren door iets anders dan haarzelf. Door traditie. Door geloof. Door familie. Door de angst voor wat anderen zouden zeggen.

En misschien nog wel het meest:

door een diep ingesleten gevoel dat zij zichzelf moest inhouden om geen oordeel uit te lokken.

Nu ontstaat er iets nieuws. Niet de behoefte om alles anders te doen. Maar de mogelijkheid om te kiezen. En dat is een groot verschil. Want kiezen betekent niet dat alles moet veranderen.

Kiezen betekent dat je voor het eerst jezelf mag meenemen in je beslissing.

De mening van anderen

Er is iets wat vrouwen van haar generatie vaak diep hebben geleerd:

Dat de blik van anderen gewicht heeft. Soms zelfs meer gewicht dan hun eigen gevoel.

De vraag "Wat zullen mensen zeggen?" kan jarenlang een leven sturen.

Niet omdat die mensen altijd echt iets zeggen. Maar omdat de gedachte eraan genoeg is om jezelf te begrenzen.

Mijn moeder begint te zien dat die stem niet altijd van buiten komt.

Soms is het een stem die van binnen is gaan wonen.

Een stem die ooit bedoeld was om te beschermen.

Maar die langzaam is veranderd in iets dat haar klein hield.

Schaamte en loslaten

Schaamte is geen gevoel dat zomaar verdwijnt.

Het is iets wat je moet leren herkennen. En daarna leren verdragen.

Mijn moeder begint voorzichtig te ontdekken dat schaamte niet altijd betekent dat iets verkeerd is.

Soms betekent het alleen dat iets nieuw voelt. Of onbekend. Of anders dan wat ze gewend is.

En dat verschil is belangrijk. Want niet alles wat vreemd voelt, is fout.



Vriendschap, verbinding en liefde

Er is ook een ander thema dat langzaam terugkomt in haar leven.

De vraag of verbinding opnieuw mag bestaan. Vriendschap. Gezelschap. En misschien, heel voorzichtig, zelfs liefde. Niet als verplichting. Niet als verwachting. Maar als mogelijkheid.

Ze merkt dat ze bepaalde dingen altijd heeft uitgesloten zonder ze echt te onderzoeken.

Omdat ze dacht dat ze niet meer bij haar leven pasten.

Maar misschien pasten ze alleen niet bij het beeld dat ze over zichzelf had gevormd.

Een nieuw soort vrijheid

Vrijheid blijkt niet te zitten in “alles mogen”.

Vrijheid zit in:

- jezelf niet meer automatisch wegcijferen
- je eigen stem serieus nemen
- en leren dat je mening ook waarde heeft

Zelfs als anderen die niet begrijpen.

Zelfs als niet iedereen dat goedkeurt.

Want uiteindelijk is er maar één leven dat geleefd kan worden.

En dat is het eigen leven.

Hoofdstuk 9 - En nu ik

Er komt een moment in het leven waarop een vrouw niet meer alleen terugkijkt.

Maar zichzelf begint af te vragen: Wat heb ik eigenlijk allemaal niet gedaan omdat ik dacht dat het niet meer kon?

Mijn moeder draagt die vraag in stilte met zich mee. Niet als spijt die luid is.

Maar als iets zachts dat af en toe opkomt wanneer het stil wordt. Ze houdt nog steeds van muziek. Dat is nooit verdwenen. Het zit niet in haar verleden. Het zit in haar. Maar ergens onderweg is er iets verschoven.

Het idee dat sommige dingen niet meer oor haar bedoeld zijn. Omdat ze ouder is geworden. Omdat het leven verder is gegaan. Omdat ze denkt dat bepaalde hoofdstukken gesloten zijn. En precies daar begint iets wat veel vrouwen herkennen.

Niet een gebrek aan verlangen. Maar een geloof dat verlangen niet meer geldig is.

Leeftijd als grens

We hebben geleerd om leeftijd te zien als een grens.

Een onzichtbare lijn waar je op een dag “overheen gaat”.

Alsof er een moment is waarop het leven verandert in terugkijken in plaats van beleven.



Maar wat als dat niet waar is? Wat als leeftijd geen einde betekent, maar alleen verandering? Mijn moeder begint dat voorzichtig te voelen.

Dat het idee “ik ben te oud” niet altijd een waarheid is. Maar een gedachte die ooit is ontstaan en nooit is bevraagd.

Wat als je het nog wel doet?

Er is een eenvoudige vraag die alles kan veranderen:

Wat als je het nog wel doet? Niet perfect. Niet op tijd volgens anderen. Niet zoals je het vroeger had bedacht.

Maar gewoon nu. Een avond uit. Een dans. Een reis. Een gesprek. Een nieuwe vriendschap. Misschien zelfs liefde.

Niet omdat het moet. Maar omdat het nog kan en mag!

De spiegel van later

Want uiteindelijk komt er nog een andere vraag.

Niet alleen:

Wat wil ik nu?

Maar ook:

Als ik later terugkijk, heb ik dan geleefd of gewacht? Heb ik mezelf toegestaan om te ervaren? Of heb ik mezelf uitgelegd waarom het niet meer kon?

En dat is misschien wel de belangrijkste spiegel van allemaal. Niet de spiegel van hoe je eruitziet. Maar de spiegel van hoe je hebt geleefd.

Vrijheid zonder leeftijd

Vrijheid heeft geen leeftijd. Levensvreugde ook niet. Je bent niet te oud om te genieten. Je bent niet te oud om opnieuw te beginnen. Je bent niet te oud om te kiezen. Zolang je leeft, ben je niet “te laat”.

Je bent er.

En dat is genoeg.

En nu ik

Misschien is dit wel waar het altijd om heeft gedraaid. Niet om los te breken van alles wat was. Maar om te erkennen dat het leven nog steeds doorgaat. En dat jij daar nog steeds deel van bent. Niet als iemand die achterloopt. Maar als iemand die leeft. Hier. Nu.

“Leven moet niet worden uitgesteld tot het te laat is.”

