

Een Leven Lang Sterk

Ik was nooit echt alleen

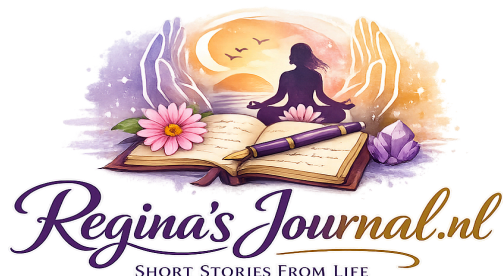
Mijn zelfredzaamheid was niet zomaar een karaktereigenschap. Ze was aangeleerd.

Als kind had ik weinig vrijheid en weinig contacten. Ik werd veel beperkt en mijn wereld was daardoor klein. Tegelijkertijd leerde ik om veel zelf te doen. Ik vroeg niet snel om hulp, omdat ik al vroeg had ervaren dat hulp vragen niet vanzelfsprekend was.

Toen ik uiteindelijk het ouderlijk huis verliet, kwam ik voor het eerst echt los. Maar vrij zijn betekent niet automatisch dat je weet wat je met die vrijheid moet doen.

Ik wist eigenlijk niet goed waar ik het moest zoeken.

Ik had weinig voorbeelden van hoe een gezonde relatie eruitzag. Ik wist vooral hoe ik voor anderen moest zorgen. En misschien zocht ik daarom mijn veiligheid op plekken die achteraf helemaal niet veilig voor mij waren.



In mijn relaties bleef ik degene die droeg.

Dat ging alle kanten op, vanaf mijn eerste relatie tot aan mijn laatste.

Mijn eerste echte partner bleek achteraf een gokverslaving te hebben. Ik droeg de financiële verantwoordelijkheid. Er kwamen schulden, schulden die voor een groot deel door hem ontstonden, maar die uiteindelijk wel betaald moesten worden. Ik trok de riem aan en zorgde dat de rekeningen werden betaald. Ik zocht hulp en leende geld, om vervolgens zelf ook af te betalen.

Ik weet nog heel goed dat ik in een huis woonde waar geen gas en licht was. Er liepen muizen door het huis. Het was een huis, maar het voelde niet als een thuis. Toch bleef ik.

Bij mijn tweede relatie was het opnieuw anders, maar het patroon bleef hetzelfde. Ik zocht iemand bij wie ik iets zag wat mij aantrok. Iemand met andere kanten, andere interesses, dingen waarvan ik dacht: wow.

Maar ook daar kwam ik terecht in een relatie waarin manipulatie en geestelijke mishandeling een rol speelden en waarin ook sprake was van fysiek geweld.

Uiteindelijk maakte ik daar een einde aan.

Ik had daarna mijn eigen huisje. Op papier was ik vrij. Maar ik stond opnieuw op nul. Ik moest mezelf weer opbouwen. Ik had mijn vaste baan en probeerde mijn leven opnieuw vorm te geven.

Toen kwam mijn derde relatie.

Ook daar bleek al snel dat ik opnieuw degene was die droeg. Er was sprake van alcoholverslaving en mishandeling. Ik betaalde de rekeningen. Er was maar één inkomen. En opnieuw nam ik de zorg op me.

Toen kwam mijn kindje.

Ik dacht: *nu breek ik los. Nu ga ik het alleen doen.* Maar alleen doen bleek zwaarder dan ik had gedacht. Ik zat in de schulden. Ik wist niet altijd

hoe het moest. Ik had niet alle antwoorden. Maar ik deed wat ik altijd had gedaan.

Ik overleefde. Ik overleefde telkens weer. God dank.

En toen kwam mijn laatste relatie, de vader van mijn dochter. In het begin leek het alsof hij degene was die mij had gered. Alsof ik eindelijk iemand had gevonden die de dingen voor mij zou dragen. Maar langzaam veranderde dat.

Onder het mom van alles regelen en beheren, kreeg hij steeds meer controle. Ook over mijn geld. Over mijn leven. Uiteindelijk had ik nauwelijks nog controle over mijn eigen bestaan.

Mijn wereld werd steeds kleiner. Ik ging van mijn werk naar huis en van huis naar mijn werk. Een sociaal leven had ik nauwelijks meer. Maar de rekeningen moesten betaald worden. Dus ik kon niet zomaar stoppen met werken.

Ik werkte om te kunnen blijven bestaan. En ergens onderweg liet ik mijn eigen dromen los.

Werk dat ik werkelijk leuk vond. Dingen die ik wilde bereiken. Dingen waarvan ik ooit had gedroomd. Ik liet ze varen en had dat continue gedaan.

Niet omdat ik geen dromen meer had, maar omdat er simpelweg geen ruimte meer voor was.

Er was altijd wel iets dat eerst moest. Een rekening. Een probleem. Een ander mens. Een kind. Een huishouden. Een verantwoordelijkheid. En toch droeg ik uiteindelijk altijd mezelf.

Dat klinkt misschien tegenstrijdig, maar het is precies wat ik heb ervaren. Ik zorgde voor anderen, terwijl er in mij een kind zat dat eigenlijk zelf zo graag verzorgd wilde worden.

Ik gaf aan anderen wat ik zelf nodig had. En misschien is dat wel waarom ik jarenlang niet begreep wat eenzaamheid eigenlijk was.

Eenzaamheid kende ik niet.

Niet omdat ik nooit alleen was. Maar omdat ik altijd alleen had gestaan.

Alleen zijn was voor mij geen leegte. Het was mijn werkelijkheid. Ik had mezelf al jong aangeleerd dat ik moest doorgaan, dat ik mijn eigen problemen moest oplossen en dat ik vooral niemand tot last mocht zijn.

Ik wist niet hoe het voelde om op iemand te leunen. Ik wist alleen hoe het voelde om te dragen. En daarom dacht ik misschien jarenlang dat mijn zelfstandigheid mijn grootste kracht was.

Dat was ze ook. Maar ik begin nu te begrijpen dat ze tegelijkertijd mijn grootste bescherming én mijn grootste valkuil is geweest.

Want zelfstandig zijn betekent niet dat je niemand nodig hebt.

Het betekent dat je weet dat je jezelf kunt dragen,

maar ook dat je mag leren wie je wél naast je kunt laten staan.

wordt vervolgd...

