

De kooi zonder tralies

Proloog

Sommige gevangenis hebben geen muren. Geen sloten. Geen bewakers.

Toch kunnen ze een mens een leven lang gevangen houden.

Ik weet hoe dat voelt, omdat ik jarenlang in zo'n gevangenis heb geleefd. Niet omdat iemand mij bewust wilde opsluiten, maar omdat ik was opgegroeid met verwachtingen die zo diep in mij waren geworteld dat ik dacht dat ze mijn eigen waarheid waren.

Ik leerde hoe ik anderen tevreden moest houden. Hoe ik respect moest tonen. Hoe ik een goede dochter moest zijn. Hoe ik moest voldoen aan de normen van mijn omgeving. Maar niemand leerde mij hoe ik naar mijn eigen hart moest luisteren.

Pas veel later ontdekte ik dat je alles kunt hebben wat de buitenwereld een goed leven noemt en je toch diep ongelukkig kunt voelen.

Dit is het verhaal van een meisje dat altijd anders was. Van een vrouw die zichzelf verloor in liefde, schuldgevoel en verwachtingen. En uiteindelijk ontdekte dat echte vrijheid niet begint met weglopen van anderen, maar met thuiskomen bij jezelf.



Hoofdstuk 1

Het meisje dat anders was

Ik groeide op tussen twee werelden. Mijn ouders kwamen uit hetzelfde land, maar hadden beiden een andere geloofsovertuiging en opvoeding. Cultuur, geloof en tradities waren een vanzelfsprekend onderdeel van mijn jeugd. Mijn ouders gaven mij mee wat zij zelf hadden geleerd, vanuit liefde en de overtuiging dat dit de juiste weg was.

Toch voelde ik al jong dat ik anders was.
Niet beter. Niet slechter, maar anders!

Waar anderen rust vonden in rituelen, verlangde ik naar een persoonlijk geloof. Ik wilde God niet leren kennen via regels of via mensen die vertelden hoe mijn leven eruit zou moeten zien. Ik wilde Hem van binnen voelen.

Toen mijn ouders scheidden, ik was tien jaar oud, veranderde er iets. De veilige basis onder mijn voeten verdween. Zonder dat ik het wist, begon ik vanaf dat moment te zoeken naar een plek waar ik mezelf thuis zou voelen.

Maar die plek vond ik nergens. Niet thuis. Niet op school. Niet in de verwachtingen van anderen.

In mijn puberteit werd dat gevoel alleen maar sterker. Ik droeg mijn haar zoals ik het mooi vond. Ik koos kleding die bij mij paste. Ik luisterde naar muziek waar mijn hart sneller van ging kloppen. Voor de buitenwereld leek het misschien op puberaal verzet. Voor mij was het een zoektocht naar mezelf.

Ik voelde me vaak het zwarte schaap. Niet omdat ik ruzie zocht. Maar omdat ik weigerde iemand te worden die ik niet was.

Dat maakte me eenzaam. Ik verlangde net als ieder ander naar liefde en acceptatie. Toch koos ik, hoe moeilijk het ook was, uiteindelijk steeds weer voor mezelf. Destijds maakte dat me verdrietig. Nu ben ik er trots op.

Hoofdstuk 2

Op zoek naar liefde

Toen ik volwassen werd, dacht ik dat vrijheid betekende dat niemand mij meer vertelde wat ik moest doen.

Ik ging werken. Ik had relaties. Ik ging uit. Ik danste. Ik koos juist voor de dingen waarvan vroeger werd gezegd dat ze niet bij mij pasten. Misschien wilde ik bewijzen dat mijn leven van mij was.

Maar diep vanbinnen bleef dezelfde vraag knagen.

Wie ben ik eigenlijk?

Ik zocht liefde in de hoop dat iemand anders mij zou laten voelen dat ik goed genoeg was. Ik kreeg twee prachtige kinderen, ieder met een andere vader. Daar heb ik me lang schuldig over gevoeld, omdat ik wist dat sommige mensen daar een oordeel over hadden.

Nu niet meer. Het is mijn leven. Mijn verhaal.

Mijn kinderen zijn geen vergissing. Ze zijn het mooiste dat mijn leven mij heeft gegeven.

Toch verloor ik onderweg steeds meer van mezelf. In relaties werd ik kleiner. Ik paste me aan. Ik wilde lief gevonden worden. Ik wilde vrede bewaren. Zonder dat ik het merkte, schoof ik mijn eigen dromen steeds verder naar de achtergrond.

Hoofdstuk 3

Steeds kleiner

Er kwam een moment waarop ik niet meer wist wie ik was. Ik leefde voor mijn partner. Ik leefde voor mijn gezin. Ik leefde voor de verwachtingen van anderen. Maar ik leefde niet meer voor mezelf.

Alles draaide om wat ik moest. Ik moest sterk zijn. Ik moest doorgaan. Ik moest het gezin bij elkaar houden. Ik moest rekening houden met iedereen.

Het enige wat nooit terugkwam, was de vraag wat ik nodig had.

Ik had nooit geleerd dat van jezelf houden geen egoïsme is. Dat grenzen stellen niet betekent dat je anderen afwijst. Dat je jezelf niet hoeft weg te cijferen om liefde waard te zijn.

Rond mijn drieënveertigste kon ik niet meer. Mijn relatie liep stuk. En voor het eerst voelde dat niet alleen als een einde. Het voelde ook als een kans.

Hoofdstuk 4

De deur ging open

Na de scheiding begon de moeilijkste reis van mijn leven. Niet de reis naar een ander.

Maar de reis terug naar mezelf. Ik stelde mezelf één simpele vraag:

Wat wil ik eigenlijk? Het antwoord was doodeng.

Ik wilde dansen. Ik wilde festivals bezoeken. Ik wilde alleen naar de sauna. Ik wilde reizen. Ik wilde praten met onbekenden. Ik wilde leven zonder steeds bang te zijn voor de mening van anderen.

Dus begon ik klein. Ik ging alleen op pad. Ik keek oude foto's terug.

Ik zag een vrouw die jarenlang spanning had gedragen. Een vrouw die zo haar best had gedaan om geliefd te worden, dat ze vergeten was zichzelf lief te hebben.

Langzaam begon ik te veranderen. Niet omdat ik iemand anders werd. Maar omdat ik eindelijk mezelf durfde te zijn. Ik ontdekte dat ik helemaal niet verlegen was.

Ik was voorzichtig geworden. Ik ontdekte dat ik van mensen hield.

Van muziek. Van dansen. Van het leven. En vooral ontdekte ik dat ik zichtbaar mocht zijn. Niet uit arrogantie. Maar omdat ieder mens het verdient om gezien te worden.

Epiloog Thuiskomen

Als ik één ding heb geleerd, dan is het dat vrijheid niet betekent dat je doet waar je zin in hebt.

Vrijheid betekent dat je leeft zonder je voortdurend schuldig te voelen omdat je jezelf bent.

Je hoeft je ouders niet af te wijzen om een eigen weg te kiezen. Je hoeft je verleden niet te haten om een nieuwe toekomst op te bouwen. Je hoeft niemand te overtuigen dat jouw keuzes de juiste zijn. Je hoeft alleen eerlijk te zijn tegenover jezelf.

Misschien begrijpen mensen je niet. Misschien vinden ze je lastig. Misschien noemen ze je eigenwijs.

Dat is hun verhaal. Niet het jouwe.

Ik heb geleerd dat je nooit verantwoordelijk bent voor de manier waarop anderen naar je kijken. Iedereen kijkt door de bril van zijn eigen leven.

De enige vraag die echt belangrijk is, is deze:

Kun jij jezelf recht in de spiegel aankijken en zeggen: ik leef mijn eigen leven?

Ik kan dat vandaag. Niet omdat mijn leven perfect is. Maar omdat ik eindelijk thuis ben gekomen.

Bij mezelf!



Regina's Journal.nl
SHORT STORIES FROM LIFE