



SOPHIE VOND NA **39 JAAR**
HAAR MOEDER TERUG

‘Ik hoef
niet alles te
begrijpen
om haar te
kunnen
vergeven’

Alle ouders vinden hun kinderen speciaal, maar soms valt er iets extra bijzonders te vertellen. Deze keer is het bijzondere kind zélf aan het woord. De moeder van Sophie (51) verliet haar gezin toen Sophie vijf jaar was, Sophie radeloos achterlatend. Na een lang helingsproces was Sophie in staat haar moeder te vergeven en 39 jaar later sloten ze elkaar weer in de armen.

“Toen ik na al die jaren mijn moeder eindelijk weer ging zien, was ik 44 jaar en inmiddels zelf moeder van twee prachtige dochters. Het was dan ook niet gek dat de zenuwen door mijn lijf gierden. Mijn moeder woonde tweeënhalf uur rijden bij me vandaan. Toch heb ik ruim vier uur over die rit gedaan. Eerst omdat ik bij zo’n beetje elk tankstation stopte voor koffie. Vervolgens reed ik verkeerd. Vlak bij haar huis heb ik de auto nog langs de kant van de weg gezet. Om rustig te worden en mezelf moed in te spreken. Toen ik aan kwam rijden, stond mijn moeder voor het huis te wachten, in een paarse jurk, met bloemen in haar hand. Onze omhelzing had eerst iets ongemakkelijks, maar al snel was het fijn en vertrouwd. Het voelde als thuiskomen. Deze vrouw was in mijn jeugd mijn álles geweest. In haar dagboek had ze geschreven dat ik een ‘intens lief koppetje’ had. Steeds wanneer ze naar me keek, ging er een schok van blijdschap door haar heen. En, zo stond er, ze zou er alles aan doen om mij een fijn leven te geven. Afgaande op verhalen en foto’s uit die tijd, is dat aardig gelukt. Tot ik vijf jaar oud was. Toen veranderde alles.”

Zeven nachtjes

“In oktober 1979 vertrok mijn moeder naar Denemarken voor een ‘persoonlijke ontwikkelingsweek’. Ze beloofde dat de zeven nachtjes slapen zo voorbij zouden zijn. Die middag lunchten we samen in de keuken, waar we vaak brood en koekjes bakten. Daarna mocht ik haar helpen haar tas in te pakken. Aan het eind van de middag kookte ze en aten we met zijn vieren aan de grote eettafel. Toen het buiten al donker was, reden we naar het station, mijn broer en ik op de achterbank van onze grote, gele Volvo. Daar nam ze de nachttrein. Na een dikke knuffel en een berg

‘BOOS EN
VERDRIETIG
BONKTE IK MET
MIJN VUISTJES
TEGEN
HET RAAM,
ROEPEND OM
MIJN MOEDER’

kusjes verdween mijn moeder uit het zicht en reden wij met z’n drieën terug naar huis. Maar na de beloofde zeven nachtjes was ze er niet. Ze kwam nooit meer terug. We zaten op de drempel van de keuken naar de tuin, toen mijn vader dat vertelde. Ik zat links en mijn broertje rechts van hem. Dat bericht sloeg in als een bom. Mijn vader benadrukte nog dat wij het samen wel zouden redden. Of hij ook heeft gezegd waarom ze wegbleef, daar staat me niets van bij. Blijkbaar ben ik naar de voorkamer gerend en heb ik, boos en verdrietig, roepend om mijn moeder, keihard met mijn vuistjes tegen het raam gebonkt. Vanaf toen groeide ik op zonder mijn moeder. De eerste weken kwam mijn tante ons helpen. Ik was blijkbaar zo overstuurd dat mijn vader zich machteloos voelde. Ik wilde mijn moeder en niemand anders. Al snel kreeg mijn vader een nieuwe relatie. Die duurde drie jaar. In die tijd woonden we samen met haar en haar twee kinderen. Daarna waren we weer op elkaar aangewezen. Eigenlijk weet ik er nog maar weinig van. Ik denk dat je het verdringt. Dat je gevoel wordt uitgeschakeld, omdat de pijn ondraaglijk is.

Acht maanden nadat ze was vertrokken, kwam mijn moeder voor het eerst weer terug naar Nederland en zouden we elkaar in Dierenpark Wassenaar ontmoeten. Ik herinner me daar niet veel van, maar ik schijn lauw gereageerd te hebben. Haar haren hadden een andere kleur en ik herkende haar niet direct. In de jaren die volgden, bleef ik haar af en toe zien. Op mijn tiende werd ook dat sporadische contact volledig verbroken na een fikse ruzie tussen mijn ouders. Je zou denken dat je vader dan alles voor je wordt. Maar hoewel hij zijn uiterste best deed, was hij niet altijd bereikbaar. Niet omdat hij dat niet wilde, maar omdat hij zelf ook aan het overleven was. Hij moest, naast een volle werkweek, ineens het hele huishouden runnen én twee kinderen opvoeden.”

Schaamte

“Niet veel mensen wisten van mijn thuissituatie af. Dat wilde ik ook het liefst zo houden, want ik schaamde me dood. In mijn beleving moest er wel iets goed mis zijn met mij, want je laat je kind toch niet zomaar achter? Ik was niets waard. Ik was fout. Raar. Die overtuiging had zich in mijn onderbewustzijn genesteld en daar ben ik naar gaan handelen. Dat betekende dat ik vooral enorm mijn best deed om het ‘goed’ te doen. Om te bewijzen dat ik er wél mocht zijn. Op school was ik een modelleerling en daarna vloog ik in no time door mijn studie. Eenmaal volwassen had ik alles wat ik me maar kon wensen: een goede baan, een mooi huis, een lieve man en twee prachtige dochters. Ik deed mijn uiterste best om op alle vlakken uit te blinken: als moeder, partner, werknemer, collega en vriendin. Altijd met de angst om niet goed genoeg te zijn en bang dat de ander me zou verlaten. Alles pakte ik aan om dat te voorkomen. Daarbij gunde ▶

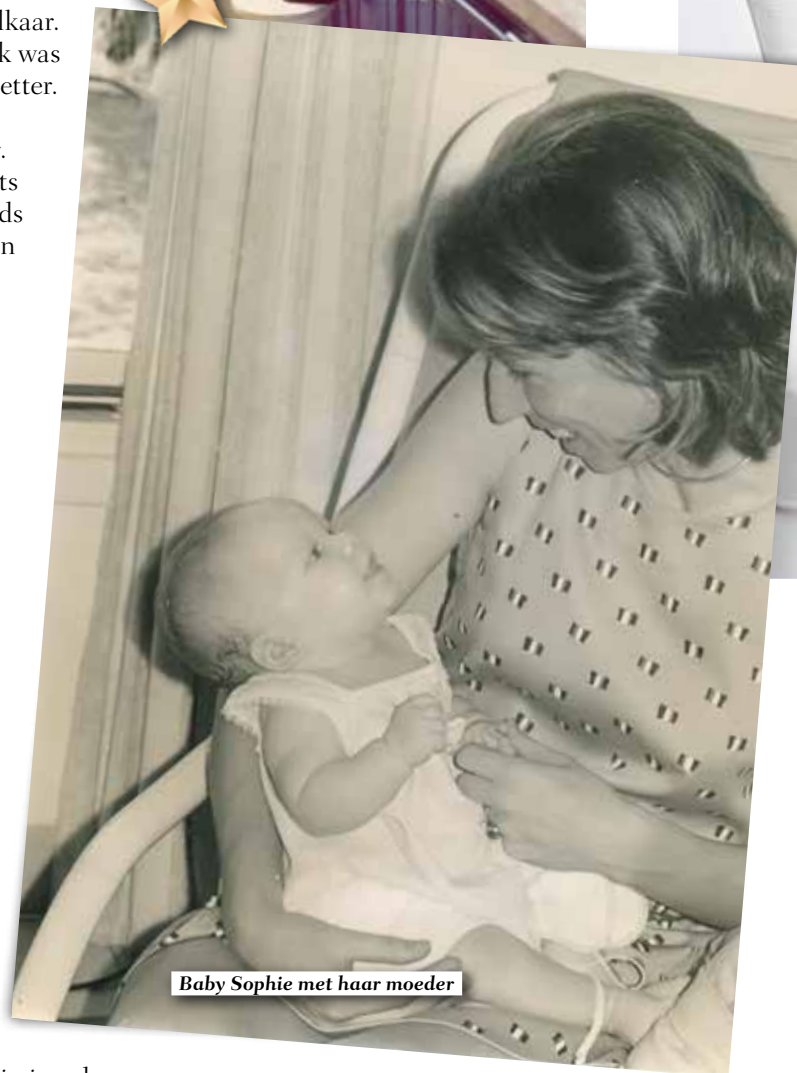
ik mezelf geen moment rust. Ik hield alle ballen in de lucht en probeerde als een gek aan ieders verwachtingen te voldoen. Ik ging altijd maar door. Doorgaan betekende immers dat ik niets hoefde te voelen. Ook toen ik zelf kinderen kreeg, overheerste dat: doorgaan, niet denken, niet voelen. Tijdens de bevalling van onze tweede dochter dreigde mijn zorgvuldig opgetrokken muur echter heel even af te brokkelen. De liefdevolle steun en geruststellende woorden van de gynaecoloog triggerden mij. Het voelde zo warm. Zó moederlijk. Toen drong tot me door hoe erg ik mijn moeder had gemist.

'AL DIE JAREN DEED IK MIJN UITERSTE BEST OM TE BEWIJZEN DAT IK ER WÉL MOCHT ZIJN'

Geschrokken van die gedachte en als de dood dat de beerput zou opengaan, heb ik het vervolgens snel weer weggestopt. Ik wilde mijn kinderen geven wat in mijn eigen jeugd had ontbroken: een warm nest. Maar in mijn drang om er altijd voor ze te zijn, was ik té aanwezig. Dat ze daardoor nauwelijks lucht kregen, zag ik niet in. Nee, ik rende maar door. Gezin, werk, opleiding, sociaal leven. En altijd maar pleasen en

alles perfect willen doen. Het putte me volledig uit. Mijn lontje werd steeds korter. Ik werd ongezelliger. Maar door mijn gevoelens weg te drukken, had ik controle over mijn leven. Dus moest ik wel in dat hoge tempo blijven doorgaan. Tot ik op mijn veertigste een fikse burn-out kreeg. Alles waar ik me tot op dat moment aan had vastgehouden, stortte in elkaar. Zo kende ik mezelf niet. Ik was een aanpakker. Een doorzetter. En daar was ik trots op. Nu voelde ik me een loser. Naarmate ik de bedrijfsarts vaker sprak, begon ik steeds meer te beseffen dat er een link bestond tussen mijn toestand en mijn moeders vertrek in 1979.

Als vijfjarige was ik in de overlevingsmodus geknald en er nooit meer uitgekomen. Het idee dat mijn moeder mij gewoon niet meer had gewild, zat nog zo diep. Er was werk aan de winkel. Dat werd me duidelijker dan ooit. De bedrijfsarts had gezegd dat ik moest gaan onderzoeken wat goed voor me was. Maar hoe kon ik daarachter komen als ik niet eens wist wé ik was? Als ik bij mezelf naar binnen keek, zag ik alleen maar leegte. Een angstaanjagend, zwart gat. Het engst vond ik dat ik nauwelijks herinneringen had aan mijn jeugd. Mijn geest had die moederloze jaren zo veel mogelijk geblokkeerd. Blijkbaar was dat mijn manier geweest om te overleven, maar nu keerde dat mechanisme zich tegen me. Als ik ooit wilde herstellen, moest ik terug naar waar het was



Baby Sophie met haar moeder

begonnen. Naar het kind dat ik was geweest. En zo startte ik een zoektocht naar mijn jeugd."

Puzzelstukjes

"Ik sleepte dozen van zolder naar beneden en bekeek foto's van vroeger. Bladerend door een dagboek van mijn moeder, kwam ik een



'MET AL HAAR GEBREKEN EN HAAR VERLEDEN WAS MIJN MOEDER OOK MAAR GEWOON EEN MENS'

ik haar een kaart, naar het laatste adres dat ik van haar kende en waar ik haar als kind had bezocht. Ik vroeg haar om alles voor me op te schrijven. Na het posten kreeg ik een paniekaanval. Nu was er geen weg meer terug.

Ik was dan ook opgelucht toen ze reageerde. Pagina's vol. Ze zei dat ik haar niet gelukkiger had kunnen maken door contact met haar te zoeken. Ze legde uit hoe ze destijds met zichzelf in de knoop had gezeten. Hoewel ze alles had gehad waar ze als kind van had gedroomd, was ze diep ongelukkig geweest. Dat had ze niet begrepen en ze had zich afgevraagd hoe ze dan in vredesnaam een goede moeder kon zijn. Dat herkende ik wel: ook ik had vaak het gevoel gehad dat ik niet goed genoeg was. Ze schreef ook over haar jeugd, die zijn sporen had nagelaten. Het was een eyeopener dat mijn moeder met haar eigen demonen had geworsteld. In Denemarken ontmoette ze toen haar spirituele leermeester. Hij leek de oplossing te hebben voor haar eenzaamheid en verdriet. Omdat ze zich na die ene week nog niet in staat voelde om terug te reizen, belde ze mijn vader om te vertellen dat ze een paar dagen langer bleef. Volgens mijn moeder reageerde hij woedend: 'Als je nu niet terugkomt, ben je nooit meer welkom.' En zo was de situatie volkomen geëscaleerd, schreef ze. Opeens zag ik het: in plaats van de kille vrouw ►

interessant gesprekje tussen ons tegen: *'Ik beloof dat ik goed voor jou ga zorgen, mama. En voor papa. En voor mijn broer.'* Ik was drie jaar oud toen ik dat zei. Op haar beurt beloofde mijn moeder toen dat zij voor mij zou zorgen. *'Nee, ik zorg voor mezelf!'* was mijn reactie daarop. Mijn moeder schreef erbij dat ik dat vol overtuiging had gezegd. Niet wetende dat ik haar nog geen twee jaar later zou moeten gaan missen. Zo las ik ook oude brieven en kaarten. Puzzelstukjes uit mijn verleden vielen op hun plek. Mijn vader belichtte de zaken vanuit zijn perspectief. In mijn herinnering vertelde hij mij dat mijn moeder ons had verlaten voor een andere man. Hij had niet op alle vragen antwoord en sommige dingen vond hij moeilijk

om te bespreken. Daarom zocht ik ook mensen op die mij nog van vroeger kenden en die me iets over mijn kindertijd konden vertellen. Ik sprak onder meer vrienden van mijn ouders uit die tijd, mijn oude kleuterjuf en een uit het oog verloren jeugdvriendin. Ook benaderde ik de ex-vriendin van mijn vader, die nog een tijdje was doorgegaan voor mijn stiefmoeder. Stuk voor stuk waardevolle ontmoetingen. Als een spons zoog ik alle informatie op. Over mezelf. En over mijn moeder, die door iedereen omschreven werd als een mooie, stijlvolle en vooral heel lieve vrouw. De wens om ook mijn moeders kant van het verhaal te horen, groeide. Toch durfde ik het nog niet aan om de confrontatie face to face met haar aan te gaan. In plaats daarvan raapte ik al mijn moed bij elkaar en stuurde



die haar kinderen had verlaten, was mijn moeder met al haar gebreken en haar verleden ook maar gewoon een mens.”

Helende reis

“Drie jaar lang wisselden we brieven uit. Meer dan tachtig in totaal.

Die van haar goed herkenbaar aan de okergele enveloppen. Ze schreef openhartig en stukje bij beetje werd me veel duidelijk. Al blijft het voor mij moeilijk te bevatten dat je je kinderen achterlaat, ze niet meer ziet en dan niet alles op alles zet om dat te herstellen. Tegelijk leerde ik dat zij vanuit haar perspectief haar redenen had en dat het niet aan mij is om daarover te oordelen. Ze heeft schade aangericht, zeker, maar ik kijk er inmiddels met andere ogen naar. Zonder verwijten.

Ook heb ik geaccepteerd dat mijn ouders ieder hun eigen versie van het verhaal hebben en dat dé waarheid niet bestaat. Wat ik wel weet, is dat ze allebei naar eigen vermogen hebben geprobeerd om er het beste van te maken.

Mijn moeder schreef hoeveel het haar speet dat het zo was gelopen. En dat ze alles wilde doen om mij te helpen om met het verleden in het reine te komen. Het was fijn om te schrijven. Om zo in alle rust met elkaar in gesprek te kunnen zijn. Die papieren afstand voelde veilig. Het was een helende reis die we met z'n tweeën hebben gemaakt. Na drie jaar schrijven durfde ik het eindelijk aan om haar weer te gaan zien. Al was dat ontzettend spannend. Want we zaten tijdens dat schrijfproces in zo'n heerlijke bubbel en ik was zo bang om dat te verliezen. Maar na onze hereniging in 2018 zijn we actief contact blijven houden. Het is zo vertrouwd. Zo lief.

De eerste keer dat we weer samen Moederdag vierden, gaf ze me een stekje van het moederkruid dat in haar tuin groeide en dat ooit in de tuin van háár moeder had gegroeid.



‘IK LAAT HET
VERLEDEN
RUSTEN EN
BEN DANKBAAR
VOOR WAT WE
NU SAMEN
HEBBEN’

Het ontroerde me dat in onze tuin nu hetzelfde plantje zou groeien. Dat onze levens weer verstrengeld waren. Al ben ik nog één keer echt boos op haar geweest. Na een vakantie reden we samen van Italië terug naar Nederland, toen mijn moeder een opmerking maakte die me triggerde. Ineens was ik weer dat kleine meisje van vijf. Ik kon me niet meer beheersen en tierde maar door. Alles wat me nog dwarszat, werd zo voor eens en voor altijd uitgesproken. Al had ik dat misschien wel wat vriendelijker kunnen brengen. De weg die ik heb afgelegd, was allesbehalve vanzelfsprekend of makkelijk. Maar het heeft me veel gebracht. Niet alleen heb ik mijn moeder weer in mijn leven, ik heb ook voor een ander carrièrepad gekozen. Ik volgde een nieuwe opleiding en stopte als advocaat en beleidsadviseur bij de overheid, om als coach en (relatie)therapeut aan de slag te gaan. Het is mijn missie om vrouwen te helpen begrijpen hoe

hun verleden doorwerkt in hun relatie van nu. Zodat ze vanuit zelfinzicht weer rust, liefde en verbinding in hun relatie en in hun gezin kunnen ervaren. Want ik weet als geen ander hoeveel impact het gebrek daaraan levenslang op een kind kan hebben. Momenteel schrijf ik een boek over hoe je de dynamiek in je relatie kunt veranderen door bij jezelf te beginnen. De eerste jaren van je jeugd zijn bepalend voor de rest van je leven. Dat is geen baanbrekend psychologisch inzicht, maar het duurde tot mijn veertigste voordat ik écht begreep wat dat voor mij betekende. Ik weet nu: mijn verleden is mij overkomen. Daar had ik geen invloed op. Maar ik ben wel verantwoordelijk voor hoe ik er als volwassene mee omga.”

Groot geschenk

“De inzichten die ik tijdens mijn puzzeltocht heb opgedaan, zijn van onschatbare waarde. Al zal ik de keuze van mijn moeder misschien nooit helemaal begrijpen, het zit me niet meer in de weg. Ik weet nu dat eindeloos praten over wat er misging ons niet verder helpt. Niet meer boos zijn is het grootste geschenk dat ik mezelf heb kunnen geven. Daardoor kon ik haar uiteindelijk vergeven. En wat ben ik blij dat het ons is gelukt om weer een goede band op te bouwen. Ik laat het verleden rusten en geniet van wat er nu is. Vroeger heb ik weleens gedacht dat het misschien makkelijker was geweest als mijn moeder was overleden. Dan had ze er in ieder geval niet zélf voor gekozen om weg te gaan. Misschien had ik daar beter mee kunnen omgaan. Dat ik zoiets heb kunnen denken, zeg. Ik schiet nog vol bij die gedachte. Want wat ben ik dankbaar dat ze er nog is!” ■

Moederziel door Sophie Zeestraten,
Uitgeverij Ambo | Anthos (€ 22,99)