

Van je moeder moet je het hebben, van je dochter kun je het krijgen.

50 jaar was ik toen ik me realiseerde dat ik nog steeds niet echt tegen mijn vader gezegd had wat ik op mijn hart had ten aanzien van onze band en onze relatie (mijn moeder was al lang geleden gestorven). Hij had er nota bene zelf om gevraagd.

Ter gelegenheid van zijn 75^e verjaardag had hij ons, zijn drie kinderen, uitgenodigd om hem vooral ook te zeggen wat ons nog dwars zat en ik durfde het toen niet. Maar een jaar later wel, ik reisde naar Spanje waar hij toen woonde en in één weekend heb ik alles wat ik hem wilde zeggen, geuit. Het was heftig voor ons beiden, zijn vrouw was erbij en met tussenpozen belde ik met een vriendin die stand-by was en me moed insprak.

Op zondagavond namen we liefdevol afscheid.

Na dat weekend had ik even het gevoel: nu durf ik voortaan elke confrontatie aan te gaan. Ik voelde me vrij, mijzelf met mijn eigen gedachten, gevoelens, mijn eigen fouten, mijn eigen wil.

Deze herinnering kwam bij me boven toen ik jullie mooie boek las.

Het betreft een paradox die moeilijk is om uit te leggen en die ik mijn werk als psychotherapeut vaak tegenkom. De paradox namelijk dat door echt oprecht contact met onze ouders en in jullie geval met elkaar aan te gaan, door open vragen te stellen en openlijk te delen wat mij dwars zit en ook wat er wel goed gaat en dit met elkaar door te praten zodat je elkaar begrijpt, verstaat en mogelijk ook kunt vergeven... dat dat hele proces mij gaat helpen om te begrijpen wie ik zelf ten diepste ben. Dat ik daardoor me lossier maak van mijn ouders (in mijn geval van mijn vader) wat niet betekent afstandelijker of koeler.

Mensen emigreren naar Australië, willen hun ouders nooit meer zien, zetten zich af door precies het tegengestelde te doen van hoe hun ouders zijn en blijven op die manier altijd vast zitten aan elkaar door de onzichtbare, onuitgesproken in hun geval knellende banden der loyaliteit.

Niet beseffend dat als zij het proces wel zouden durven aangaan, door elkaar juist niet te vermijden, niet te sparen en te ontwijken maar dat contact wel aangaan dat dat zal maken dat zij lossier van elkaar komen te staan. Dat je dan onafhankelijk van elkaar wordt, dat de verschillen er mogen zijn, en dat ieder op zich een eigen individu is.

Met veel durf en openheid beschrijven jullie dit proces in dit mooie boek, geduldig, respectvol en met veel precisie.

Johan Cruijff zegt ergens: "je ziet het pas als je het door hebt"; zo was dat voor mij toen na dat weekend met mijn vader. Ik meen te lezen in jullie mooie boek dat dat voor jullie ook het geval is, door dit open contact met elkaar aan te durven en er zelfs mee naar buiten te treden.

Door het te doen ga je ervaren hoe je daarmee juist je eigen individualiteit en je eigen authenticiteit versterkt en bevestigt.

Ik hoop dat jullie boek: Van je moeder moet je het hebben, van je dochter kun je het krijgen, de lezer zal inspireren om de eigen ouder-kind band verder te onderzoeken, en mogelijk knellende banden om te zetten in steunende en liefde volle relaties. Jullie geven een prachtig voorbeeld.

Wij ouders en kinderen hebben het met elkaar te doen, het is niet anders.

Marijke Arendsen Hein

Amsterdam, 30 Maart 2019