

Luister eens écht!

Luister eens écht!
Vicky Van Echelpoel

Redactie: Janine Van Der Hulst
www.schrijvenredactie.nl

Luister eens écht!

Soms vraag ik mij af, wie kent mij echt,
wie ziet mij, die persoon die zo hard vecht.
Wie hoort mijn gedachtes en voelt de pijn,
wie ziet de littekens in mijn hart.

Iedereen die lacht met mij, ik lach met iedereen,
maar eerlijk, voel ik mij alleen.
Niemand die begrijpt, de storm in mijn lijf
en niemand die iets vraagt, naar alles wat ik
verzwijg.

Ik oog relaxt en optimistisch,
ik zie ze denken: wat heeft zij toch een leven vol
geluk.
Zij dragen niet de last op mijn schouders.

Luister eens naar me, luister eens écht.
Luister eens naar wat ik wil, want ik voel me zo
alleen.

Niemand kan de binnenzijde lezen.
Dus luister naar me, luister alsjeblieft eens écht.
Erken mijn gevoel en zie dat ik vecht.

VOORWOORD

‘Luister eens écht!’ is een heftig verhaal met verschillende emoties en stemmingswisselingen, zoals verdriet en rouw, frustratie en jaloezie en liefde en erotiek.

Praten over je gevoelens is belangrijk, je moet jezelf kunnen zijn. Door het vertellen van dit verhaal, hoop ik dat jij ook gaat praten over je gevoelens. Elke emotie die je vanbinnen voelt, zoals blijdschap, verliefdheid, boosheid, frustratie en verdriet, is toegestaan. Als je ziel lijdt, vertel aan iemand die je vertrouwt hoe je je vanbinnen voelt, dan kan de genezing beginnen. Je problemen groeien als je ermee blijft zitten, je komt dan snel in een negatieve spiraal waardoor het moeilijker wordt om eruit te geraken.

De inspiratie voor dit boek vond ik bij mezelf. Al jaren heb ik te maken met een stemmingsstoornis die moeilijk te begrijpen is voor anderen maar ook door mezelf. Psychische problematiek blijft nog altijd een groot taboe in de huidige maatschappij. Het is een onderwerp waar mensen niet open over durven praten met alle gevolgen van dien.

Veel mensen begrijpen niet dat je ziel óók kan lijden, iets wat je aan de buitenkant niet ziet. Je krijgt het niet op een briefje dat er een litteken, een barst of zelfs een scheur in je hart en ziel zit, maar dat wil nog niet zeggen dat je geen pijn voelt! Ook dán verdien je een ‘pleister’ op je ‘wond’.

Bij psychische pijn bestaat die pleister uit proberen te begrijpen hoeveel die persoon lijdt.

Laat diegene met een psychische kwetsbaarheid niet alleen en biedt hulp aan. Door écht te luisteren en te vragen hoe het

met hem of haar gaat, kun je al zo veel pijn wegnemen, dan maak je al een wereld van verschil.

In dit verhaal over Linda, die haar best doet om haar dochter Emma op te voeden, worstelt ze met een manische depressie. De stemmingswisselingen zijn duidelijk merkbaar in haar en later ook Emma's verhaal.

Als ik je vraag om naar mij te luisteren, en je begint mij adviezen te geven, dan doe je niet wat ik vraag.

Als ik je vraag om naar mij te luisteren, en je begint te vertellen, dat ik niet mag voelen wat ik voel, dan neem je mijn gevoelens niet serieus.

Als ik je vraag om naar mij te luisteren, en je denkt dat je iets moet doen om mijn probleem op te lossen, dan laat je me in de steek, hoe raar het ook klinkt.

Dus alsjeblieft, luister naar mij, en probeer me te begrijpen. En als je ook wilt praten, wacht dan even tot ik klaar ben, en dan beloof ik dat ik op mijn beurt ook naar jou zal luisteren.

INLEIDING

*Linda, ik beloof je lief te hebben al de dagen van mijn leven,
zowel in vreugdevolle als pijnlijke momenten.*

*Ik wil je aanvaarden zoals je bent en je laten bloeien als een
bloem die nooit verwelkt.*

Samen met jou wil ik onze dromen waarmaken.

Linda, ik hou van jou en daarom wil ik je man zijn.

*Mag deze ring altijd aan jouw hand sieren als teken van mijn
liefde en trouw?*

*Marc, ik heb jou gekozen vanaf de eerste dag dat we elkaar
ontmoetten.*

*Jij bent mijn beste vriend, en vandaag geef ik mezelf
aan jou in dit huwelijk.*

*Ongeacht de obstakels die we tegen kunnen komen
in het leven.*

*Ik blijf je trouw in goede en slechte tijden,
lach en huil met je mee.*

*Net zoals deze ring, een cirkel zonder einde,
is mijn liefde voor jou eindeloos en voor altijd.*

Ik geef je mijn hand, mijn hart en mijn liefde.

Wie had dat vier jaar geleden ooit gedacht, dat wij vandaag, zaterdag 14 februari 1988, op de dag van de liefde, elkaar het jawoord zouden geven?

‘Weet je nog Marc dat jij elk weekend in de bakkerij van mijn ouders koffiekoeken kwam halen, speciaal om mij te zien. En je durfde nooit een woord te zeggen!’

‘Ja inderdaad, tot jij het in de gaten had en ineens stond er een telefoonnummer op de binnenkant van de doos geschreven met jou naam erbij.’

‘En onze eerste kus... weet je dat nog? De onwetendheid van toen, zo verlegen allebei, bang om elkaar voor de eerste keer aan te raken...’

‘Ja Linda, dat herinner ik me, ons leven samen kan eindelijk beginnen.’

Naar een woning hoeven we niet op zoek; mijn ouders hebben een appartementsblok. Beneden is de bakkerij en de winkel. Mijn ouders wonen er juist boven. Op de achtste verdieping mogen Marc en ik wonen. Van mijn ouders huren we een klein, gezellig appartementje met twee slaapkamers en met uitzicht over de stad Antwerpen. Dat is makkelijk voor mij omdat ik in de winkel sta van de bakkerij, samen met mijn mama.

Onze eerste nacht samen als man en vrouw. Natuurlijk hoop je op een spetterende eerste huwelijksnacht, maar we zijn doodmoe en slapen als een roos.

Het is vroeg in de ochtend. Beiden zijn we opgewonden. We knuffelen en aaien elkaar, vlinders krioelen in mijn buik, het gevoel dat we elkaar nog maar juist kennen. Ik voel me verbonden met Marc. Ik heb er ongelooflijk veel zin in. We zoenen en kijken elkaar aan, we kunnen nog niet geloven dat we man en vrouw zijn. De tijd tikt in slow motion voorbij en ik beleef elke minuut ten volle.

Marc komt boven op mij zitten en vraagt of ik zeker ben om zonder condoom te vrijen. Ik knik volmondig ja en trek hem met zijn nek naar mij toe. Marc duwt zachtjes zijn penis naar binnen en beweegt rustig op en neer. Ik sluit mijn ogen en ben van de aardbol verdwenen. Na enkele stoten komt hij voldaan klaar en ploft neer naast mij op bed