

De brief van Sarah

# **De brief van Sarah**

**Wat vrijheid precies is?**

*door Marjolijn Veenstra*

© 2023 Marjolijn Veenstra / U2pi BV

Titel: de brief van Sarah  
Auteur: Marjolijn Veenstra  
Omslagafbeelding: Rens Hoekstra  
Illustraties: Henk Wierda

Uitgeverij U2pi, Den Haag  
[www.uitgeveriju2pi.nl](http://www.uitgeveriju2pi.nl)

Druk: JouwBoekdrukkerij.nl

ISBN 978 94 9329 969 6  
NUR 300

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door foto-kopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

## Inhoud

Voorwoord

Hoofdstuk 1	Weggaan
Hoofdstuk 2	Upper Slaughter
Hoofdstuk 3	Dorps-tea en het landhuis
Hoofdstuk 4	Edward
Hoofdstuk 5	De tweeling
Hoofdstuk 6	Molly en Lily
Hoofdstuk 7	Tom
Hoofdstuk 8	Hedwig of het (eind)oordeel
Hoofdstuk 9	Zussenliefde
Hoofdstuk 10	Vrij
Hoofdstuk 11	Kerst
Hoofdstuk 12	Na een jaar
Hoofdstuk 13	Nog bij elkaar
Hoofdstuk 14	Weg
Hoofdstuk 15	Haar eigen waarheid
Hoofdstuk 16	Het naderende afscheid
Hoofdstuk 17	Naar huis

Nawoord

'De emotionele waarheid van mijn jeugd, mijn waarheid.'

*Philip Huff*

'Er is geen andere jij. Dus wees jezelf.'

*Edith Eger*

## Voorwoord

Waarom dit boek? Ik wilde al jaren schrijven, had ook al een paar keer een poging ondernomen en stopte dan weer. Maar mijn droom om ooit een boek te schrijven bleef op de achtergrond aanwezig.

Uiteindelijk werd ik op een dag wakker met enorm veel inspiratie en ben ik gewoon begonnen. Ik ben gaan schrijven voor mijzelf, over de reis van toen ik een klein meisje was tot aan nu: de worsteling, het kronkelpad met alle obstakels en alle zogenaamd verkeerde en juiste afslagen.

Dit boek is ook voor jou, mensen die net als ik moeite hebben met het vinden van het juiste evenwicht, verlangen naar vrijheid maar het zichzelf (nog) niet kunnen geven, het mogen en kunnen leven vanuit je eigen waarheid, zo belangrijk.

Schrijven geeft mij ruimte om mijn eigen waarheid te ontdekken en te formuleren. Er is in het schrijven, in tegenstelling tot gesprekken, geen ruimte voor interrupties en andere meningen die mijn waarheid kunnen vervormen, omdat ik de neiging heb de andere waarheid eerder te geloven dan mijn eigen waarheid.

Ik kan veel gemakkelijker schrijven dan praten en op de een of andere manier voel ik me dan ook meer gehoord (door mijzelf). Schrijven geeft me het cadeau van compassie en empathie. Ik durf meer te zeggen.

Marjolijn Veenstra

*Oktober 2022*

## Hoofdstuk 1 - Weggaan

Vermoeid baant Sarah zich een weg door een drukke winkelstraat in Salisbury. Na een lange en vermoeiende reis is ze dan eindelijk hier, de plek waar ze zo lang naar verlangde. Ze kwam hier voeger vaak met haar ouders. Het voelt een beetje als thuis, ook al moet het inmiddels al meer dan veertig jaar geleden zijn geweest dat ze hier voor het laatst was. Ze loopt tegen de stroom mensen in. De tranen prikken in haar ogen. Kan ze dit wel echt? Weg van huis en haard omdat ze zo nodig op zoek wilde naar zichzelf? Het gevoel dat haar overvalt is zo overweldigend dat ze nauwelijks vooruitkomt. Is het heimwee? Is het iets waar ze gewoon even doorheen moet? Of heeft ze toch het verkeerde besluit genomen?

Sarah voelt paniek opkomen. Ze is toch echt geen avonturier, ook al kan ze sterk naar avontuur verlangen wanneer ze mensen over verre reizen hoort vertellen. Maar ze heeft het simpelweg niet in zich. Ze is iemand die houdt van 'oud en vertrouwd', van haar eigen warme holletje. Met de rug van haar hand veegt Sarah de opkomende tranen weg. Ze recht haar rug. *Head up*, voorwaarts. Met ferme stappen loopt ze richting het hotel dat ze heeft geboekt. In de lobby heerst chaos, het lijkt of iedereen tegelijk wil inchecken. Sarah besluit rustig af te wachten en laat zich naar achteren vallen op een zachte bank in de hoek. Het geroezemoes verstomt en Sarah ontspant. Een stem die van ver lijkt te komen schudt haar opeens wakker, het is de receptioniste die vraagt of ze wil inchecken. De chaos is inmiddels verdwenen, de hotellobby is aangenaam rustig. Ze moet zijn weggedommeld, de laatste tijd kan ze de slaap maar moeilijk vatten en hier te midden van die chaos is ze blijkbaar zomaar in slaap gevallen. Sarah doet een verwoede poging haar verwaarloosde coupe in model te brengen en komt overeind. De receptioniste is vriendelijk en kijkt haar begripvol aan. Sarah verlangt naar de stilte en privacy van een eigen plek.

*Iedere keer kom ik weer op dit punt. Twijfel, verwarring, paniek, tranen en die vreselijke zenuwen die dag en nacht door mijn lijf gieren. Ik lijk die hypertoestand nodig te hebben om eroverheen te kunnen vliegen, ik hou van verandering en ook weer niet, ik hou van sleur en ook weer niet, ik hou van diepe tragiek in de liefde, tot op de bodem en weer opklimmen. Het verdriet, het past bij me. Ik hou van nieuwe beginnetjes, dan ben ik op mijn best. Maar het kan niet langer meer een way of life zijn. Mijn zenuwen breken me simpelweg op.*

De hotelkamer is zo knus als ze had gehoopt en helemaal in de stijl waar ze zo van houdt, warmrood en vooral heel Engels. Sfeer gaat boven alles voor Sarah, die heeft ze nodig om zich veilig te voelen. Ze schopt haar schoenen uit en ploft neer op het grote bed. In de beslotenheid en stilte van haar kamer besluit ze om de rest van de middag te blijven liggen om zo te proberen tot rust te komen. Haar gedachten gaan naar haar jeugd, naar de tijd die ze hier met haar ouders en zusjes doorbracht. Als klein meisje met kort haar, want het mocht niet lang van haar ouders, liepen ze door de straten van deze mooie stad. Opgetogen over de schoolspullen die ze ieder jaar hier kochten in een grote winkel, WHSmith. Sarah had nog steeds moeite met de uitspraak van die naam. De paardrijspullen die ze hier kochten en de etentjes bij een Indiaas restaurant waar vooral haar vader zo gek op was. Ze zijn zelfs een keer gaan zwemmen in het overdekte zwembad, de enige keer dat ze haar vader had zien zwemmen. Morgen zou ze de stad gaan verkennen en overmorgen zou ze dan eindelijk haar intrek kunnen nemen in haar thuis voor het komende jaar, een lieflijk Engels huisje in een pittoresk dorpje in de Cotswolds dat ze via via had kunnen huren.

Jaren geleden was ze al samen met Robert in het dorp geweest, Upper Slaughter om precies te zijn. Een ietwat luguber klinkende naam voor een buitenlander, een groter contrast met de idyllische omgeving daar kon er nauwelijks bestaan. Sarah had Robert er als verrassing mee naartoe genomen. Robert was verrukt geweest, ook



hij hield van Engeland. Bovendien konden ze na een stormachtige periode wel een tripje gebruiken. Toen ze Upper Slaughter binnenreden waren ze allebei stilgevallen van de klassieke schoonheid en rust die het dorpje uitstraalde. Er was bijna niets, enkel een kleine winkel die dienstdeed als supermarkt, bakker en postkantoor. Verder stond er een majestueus vijfsterrenhotel en een prachtig kerkje, perfect in al zijn imperfectie en ouderdom en helemaal af door de bekende heerlijke kerkgeur.

Al sinds die tijd heeft ze het verlangen gehad om daarnaar terug te keren. Van er een vol jaar wonen had ze echter in de verste verte niet durven dromen. En ook: ze is er helemaal niet zeker van of dit nu wel haar droom is. Wat ze wel weet, is dat dit een mooie en gepaste bezegeling lijkt van een moeilijk jaar, waarin ze zo hardgrondig op zoek was naar zichzelf. Een moeilijk leven, eigenlijk. Haar dagboek was getuige van de innerlijke worsteling die had plaatsgevonden en die, op momenten, eigenlijk nog steeds plaatsvond. Maar na een jaar schrijven is ze een stuk wijzer geworden. Pijnlijk en confronterend of niet, zo diep in je eigen ziel wroeten maakt een hoop duidelijk.

*Cortisol wordt in hoog tempo aangemaakt en maakt dat ik vooruitschiet in mijn leven. Haast, geen rust, nooit tijd, uitgeput. En dat maakt mij ook weer angstig omdat te veel cortisol heel ongezond is, het is chronische stress waar je in feite ziek van wordt. Ik denk niet dat iemand dat wil, ik dus ook niet. Ik denk ook dat ik rook omdat het helpt bij de onderdrukking van mijn angst, maar tegelijk houd ik de angst daarmee in stand. Misschien vergroot ik die zelfs wel, want van roken ga je dood. Eigenlijk is het hetzelfde als die man die aan de afgrond staat en wil springen, door angst gedreven, en wil kijken of hij doodgaat als hij springt, Russische roulette. Roken en kijken of ik er ook aan dood zal gaan.*

*De rust wil maar niet komen, ik heb constant het gevoel dat iemand of iets me op de hielen zit. Ik voel gevaar op iedere hoek, in iedere steeg. In de winkelstraat, waar best veel mensen liepen, liep laatst een man achter mij en ik werd bang, heel bang. Ik deed mijn best om nonchalant over te komen, de rust te bewaren. Mijn hoofd bedacht in vliegende vaart de meest bloedige scenario's die mij ten deel konden vallen. Uiteindelijk bleek het gewoon een man die naar zijn auto liep. Mag ik alsjeblieft met iets meer vertrouwen kunnen leven?*

Sarah denkt aan Robert, haar lieve Robert. Wat een dramatisch besluit was dit toch ook. Hij is het geduld zelve en blijft altijd achter haar staan, ondanks dat hij de wanhoop ook moet hebben geroken. Het onbegrepen voelen, haar wisselende stemmingen, de leegte, het zoeken naar iets. Maar wat? Iets wat niet in woorden te vangen is. Ze hadden een woordenwisseling gehad en opeens was het besef daar: ze moest weg. In ieder geval voor een jaar. Een heel jaar in eenzaamheid op een geborgen plek, tijd om de eenzaamheid en leegte in de ogen te kijken en te doorvoelen.

Haar beslissing was onverwacht en zowel Robert als Tom waren verbijsterd. Tom is nu twintig en hoewel haar zoon en jongste kind haar steeds minder nodig heeft, merkt hij nu wellicht hoe belangrijk zijn moeder toch nog is. Maar hoe vaak ze ook probeerde uit te leggen hoezeer ze dit nodig heeft, ze bleef stuiten op boosheid en onbegrip. Ook bij Robert. Zelfs Lisa en Rose konden het maar moeilijk snappen, al draaide Rose redelijk snel bij en zei ze er begrip voor te hebben. Sarahs dochters zijn beiden het huis uit en leiden hun eigen leven. Voor hen verandert er in ieder geval niet zó veel. Hoe dan ook had Sarah het plan doorgezet. In de tijd tussen haar besluit en haar vertrek heerste er een gelaten sfeer in huis, niemand wist zich echt raad met de situatie.

*De laatste tijd is mijn theorie dat ik een 'basis burn-out' heb die sluimert en zodra ik alleen al denk aan een baan of meerdere geplande afspraken heb dan laat hij op, alles in mij begint te wiebelen, de vermoeidheid slaat toe en dan voelt het alsof ik een omhulsel ben met verbrokkelde stukjes in mij, verre van heel. Ik wil zo graag, maar mijn systeem lijkt nee te zeggen.*

*Mijn geest roept voortdurend om actie, om sterk te zijn, om zinvol bezig te zijn, maar het lukt niet. Ik voel me totaal opgebrand en een soort van 'afgekeurd'. Ik heb eigenlijk nooit normaal kunnen functioneren, het was altijd van opleving naar opleving of van dip naar dip. Het is maar hoe je het wilt noemen.*

*Alles wat ik ondernam was aan het begin van het avontuur prachtig, vol enthousiasme en vol vuur. Maar na verloop van tijd was het op en dan ook echt óp, en zo eindigde ieder avontuur in een drama, niet alleen voor mij maar ook voor degene die mij een kans had geboden. Naarmate je ouder wordt gaat de rek eruit. Ik voel me als een vliegtuig dat met een haperende motor probeert op te stijgen, steeds weer opstijgen en weer de grond raken, de duur van de opstijging wordt korter en korter en wat rest is een stuiterend vliegtuig met uiteindelijk stilstand.*

Sarah schrikt op vanuit de middagslaap waarin ze was weggedoezeld. Haar droom was doordrenkt geweest met de gebeurtenissen van de afgelopen dagen, onder meer het afscheid van het thuisfront. Het was misschien wel het moeilijkste wat ze ooit had moeten doen. Bewust erover nadenken kan en wil ze niet, nog niet, dus blijkbaar verschijnt het dan maar in haar dromen. Robert had haar naar het vliegveld gebracht. Je kon merken dat hij niet wist hoe het verder zou gaan, zou ze ooit nog terugkomen? Ze kon er geen antwoord op geven.

Sarah besluit een warme douche te nemen alvorens ze de stad in zal gaan om wat te eten te vinden. Het warme water spoelt de vermoeidheid van de reis en alle emoties weg. Vanaf nu zal ze goed voor zichzelf gaan zorgen en de tijd nemen voor alles, zich geen zorgen meer maken, geen haast meer hebben. Ze had zichzelf op Schiphol achter de douane getrakteerd op een luxe bodylotion. Behoedzaam masseert ze die in, haar droge huid opeens zacht en soepel. Ze kleedt zich aan en gaat naar beneden. Besluiteloos draalt ze even door de lobby van het hotel terwijl ze bedenkt of ze de stad in zal gaan om iets te gaan eten of toch gewoon een eenvoudig broodje haalt om in het park op te peuzelen. Ze kiest voor het laatste.

*Weer opnieuw beginnen, dat is wat ik voel, dat is wat ik wil. Terug naar het meisje voordat ik de 'verkeerde' afslag nam. Stap voor stap, laag voor laag weer opbouwen wie ik werkelijk ben. Ik wil niet meer overleven, dat het allemaal net lukt. Ik wil niet meer dat mijn twijfels en diepe angsten de baas zijn over alles wat ik doe. Maar waar ik wél naartoe wil weet ik ook niet. Ik heb alles, ik leef in een vrij land, ik heb de meest liefhebbende, geduldige en lieve man, fantastische kinderen, een fijn thuis en toch leef ik mijn leven niet zoals ik het zou willen leven.*

*Wat wil ik écht? Waar leef ik voor? Wat is mijn passie? Die vragen stel ik mezelf iedere dag en ik kom er maar niet uit. Ik stel ze al mijn hele leven. Kijk naar mijn zusjes, zij bleven niet hangen in zulke levensvragen. Zij wisten goed wat ze wilden, anders dan deze gevoelige dromer. Iedere keer weer een nieuwe baan, een nieuwe liefde, een nieuw verhaal om de pijn te ontvluchten. Steeds een nieuw begin, met hopelijk deze keer wel een goed einde.*

*De vraag is: 'ben' ik gelukkig of 'doe' ik gelukkig? Mijn zenuwen wijzen naar het laatste.*