

Strijdster

Het verhaal
van Rafaella



Strijdster

Het verhaal van Rafaella
2024

Voorwoord

Dit is het bewijs. Mensen denken dat ik slaap, maar ik blijf maar doorgaan. Omdat ik niet opgeef en blijf strijden voor mezelf en mijn kids. En ik zal zorgen dat ik alles voor elkaar krijg. Niet omdat het moet, maar omdat het zo moet zijn.

Niemand is perfect, maar toch willen ze mij perfect zien. Dat gaat niet. Ik hou mijn balans. Ik doe dat zelf. Niemand kan me dat geven. Ik geef de hoop niet op. Mijn boek zal nooit afsluiten of een happy end hebben. Maar ik zal altijd doorgaan.

Niemand gaat je helpen om jezelf te zijn. Ik heb zo veel meegemaakt... Veel moeite moeten doen en veel moeten uitgeven om te zijn waar ik nu ben. En ik ben er nog steeds niet. Jezelf hoog houden en in balans houden. Ik ben een bikkelaar in het leven.

Ik ben altijd alleen geweest en heb me altijd alleen gevoeld. Nu voel ik me één team met mezelf, waardoor ik de balans heb. Het is vallen en opstaan en maar doorgaan. Omdat je dat kan en opgeven is geen optie.

Leren kijken naar jezelf en niet iemand anders de schuld geven. Verschil moet er zijn. Mensen dansen. Ze doen heilig maar dan verdwijnen ze. Ze willen zuiver met je omgaan, maar ze zijn je alleen maar aan het testen. Wanneer zijn we safe?

Je moet echt in jezelf geloven en niet uit je balans gaan omdat mensen jou in een negatief daglicht willen zien. Ik hou niet van drama. Ik hou van m'n rust. Ik ben nu op m'n best. We houden de stress achterover. De muren worden hoog. We gaan klimmen tot we eroverheen zijn.

Ik heb altijd het gevoel gehad dat ik een mislukking was, omdat ik veel dingen wilde behalen en het mij niet lukte door heel veel dingen. Onzekerheid, privé-omstandigheden... waardoor ik het opgaf en niet meer in mezelf geloofde en alles maar liet zitten.

Mijn doorzettingsvermogen was heel laag. Alles kan zo simpel zijn, maar veel maakt het moeilijker dan het is.

Daarom heb ik gekozen voor mezelf en dat ik mijn gevoel moet volgen. Ook al zijn de keuzes vaak moeilijk of pijnlijk. Veel gezien, veel kwijtgeraakt, maar ik sta er nog steeds. Iets in mij zegt: vecht door totdat je bij dat punt bent. Daarom ben ik ook gaan schrijven. Zo kom ik mezelf tegen. Schrijven maakt mij een rustig persoon, waardoor ik mijn emoties kan tonen.

Maar ook door hulp. Ik heb liefde voor de mensen die mij kansen hebben gegeven, waardoor ik mezelf niet heb opgegeven. Ik ben iedereen dankbaar die mij gesteund heeft.

Rafaella

Keuzes

In 2018 stond ik er alleen voor met mijn kinderen. Ik had na 11 jaar een punt gezet achter mijn relatie. Het was zeker niet de makkelijkste beslissing van mijn leven, maar ik had geen keus. Ik was superbang dat ik hierdoor alles kwijt zou raken. En dat is uiteindelijk ook gebeurd. Maar laat ik vertellen waarom ik de keuze heb gemaakt om alleen verder te gaan met mijn kinderen.

Alles perfect

In die tijd moest alles perfect zijn voor mijzelf en voor de buitenwereld. Maar dat houdt nooit stand natuurlijk. Ik verloor mezelf in mijn relatie en wist totaal niet meer wie ik was. Ja, ik wilde een goede moeder zijn voor mijn drie kinderen en een goede vrouw voor mijn partner. Ik weet niet of ik wel echt gelukkig kon zijn, omdat ik alleen maar met anderen bezig was en niet met mezelf. Ik dacht altijd dat ik niet goed genoeg was en voelde me superonzeker.

Buiten Amsterdam

Ik woonde in Amsterdam, de leukste stad natuurlijk: ik ben er opgegroeid. Ik woonde ook nog in de leukste buurt, vlakbij de Albert Cuypmarkt. Ik had alles in de buurt: vrienden, familie. Ik was er thuis. Toen mij dochtertje werd geboren was het huis erg klein. We hadden maar twee slaapkamers en met drie kinderen is dat best krap. Ik ging dus op zoek naar een grotere woning, maar in Amsterdam is dat heel lastig, dus ging ik buiten Amsterdam zoeken.

Slechtste keuze ooit

En ja hoor, ik vond een huis in K. De slechtste keuze in mijn leven ooit. Het was fataal en ook de laatste druppel voor mijn relatie. Ik werd erg ongelukkig, miste Amsterdam heel erg. En om eerlijk te zijn is het mijn eigen schuld geweest. Ik dacht altijd: groter huis, genoeg plek, maar die keuze heeft alles kapot gemaakt. Maar ik denk ook dat als je niet gelukkig bent, dat je dan de verkeerde keuzes maakt, onbewust.

Stoorzender

Ik wilde het beste voor mijn gezin, maar er was een stoorzender. Alles ging beetje bij beetje kapot en ik wilde er ook niet meer voor vechten, als het toch niet in balans bleef. Het werd erger en erger waardoor ik ervoor moest kiezen om alleen verder te gaan met mijn kinderen. Dat leek mij het beste: dan zou iedereen rust hebben. En de kinderen mochten gewoon hun vader blijven zien, met duidelijke afspraken. Ik wilde absoluut niet dat zij de dupe zouden worden van de hele situatie.

Niet meer stilstaan

Ik wilde alles zo snel mogelijk achter me laten. Ging gewoon uit met vriendinnen en zelfs op date. Ik voelde me vrij en nergens meer toe verplicht. Om de veertien dagen gingen de kinderen naar hun vader en ik ging dan lekker weg. Best eng dat ik zo snel doorging. Ik wilde niet meer stilstaan bij wat niet lukte. Wilde aan niks denken dan aan mijn kinderen en mezelf.

Niet begrepen

Maar uiteindelijk werden mijn problemen alleen maar erger. Ik zocht hulp in K, maar geen enkele instantie kon mij helpen met een betere overdracht van de kinderen, met schuldsanering en om mijn weg te vinden in K. Ik kreeg het gevoel dat ik niet begrepen werd. En ik had sowieso al heel weinig vertrouwen in instanties. Dat heeft met mijn verleden te maken, al vanaf dat ik een klein meisje was.

Alles voor mijn kinderen

Ik werd van alle kanten beschuldigd. Mijn ex belde steeds Veilig Thuis. Dat ik mijn kinderen mishandelde, dat ik te veel dronk, noem maar op. Ik werd helemaal gek van mensen. Ze moesten eens weten hoe ik aan het strijden was met mijn kinderen, met een klein inkomen. Ik deed alles voor mijn kinderen: ze zijn alles voor mij. Maar niemand zag dat.

Eindstand: ik raakte helemaal uitgeput van de stress. Ik was terug bij af.

Straten blijven praten

Ze willen me kennen, maar toch doen ze hun best niet om mij echt te leren kennen. En het lijkt soms of mensen niet goed willen zien waar ik vandaan kom. Ik kom van de straat. Ik ben er niet trots op, maar het heeft mij wel gemaakt wie ik ben. Een sterke vrouw die voor zichzelf op kan komen en d'r eigen dingen voor elkaar wil hebben, ondanks wat ik heb meegemaakt. Ik sta er nog steeds. Ik doe meer dan m'n best. En ik blijf trouw aan mezelf.

Van de straat

Het leven is sowieso niet makkelijk en ik ben ook niet de enige die veel heeft meegemaakt of van de straat komt. Straat is een beetje grof gezegd; ik heb gewoon veel meegemaakt, veel gezien. Dat maakt dat ik niet zo snel van alles versted sta. Maar ik ben wel meer op m'n hoede. Je moest eens weten wat ik moest doormaken om zo ver te komen van waar ik vandaan kom.

Zes internaten

Uiteindelijk had ik op mijn achttiende mijn eerste woning. Daarvoor heb op wel zes internaten gezeten en in de jeugdgevangenis. Het was geen leuk leven om vanaf je dertiende te strijden met vreemde mensen. Je ontmoet wel leeftijdgenoten die in dezelfde situatie zitten; meestal nog erger dan de mijne. Soms denk ik: wauw, ik heb nog echt geluk gehad.

Dromen

Ik vind het alleen jammer van m'n tijd dat ik zo veel heb moeten meemaken, terwijl ik dromen had als klein kind. Je hebt altijd andere gedachten dan hoe het meestal loopt. Jammer dat in mijn leven zo veel gebeurt. Ha, het is tenminste niet saai. Maar soms denk ik: oef, mag ik nou een keer geluk hebben in plaats van stressen?

Buitengesloten

Ik neem te veel op me, maar dat deed ik vroeger ook al. Ik deed er alles aan om vrienden of vriendinnen te hebben, te zorgen dat ik me nergens buitengesloten voelde. Ik weet niet of dat een goeie

eigenschap is? Misschien ben ik wel bang om alleen te zijn, omdat ik op zo veel internaten heb gezeten. Dan op die plek, dan weer naar huis. En thuis voelde ik me ook buitengesloten, of afgestoten. En naar welke plek ik ook ging: je leert mensen kennen en daarna verlaat je die plek en moet je weer wennen aan een andere plek. Dat voelt zo raar. Je went er wel aan, maar dat is toch niet de bedoeling? Ik heb als kind nooit een stabiele tijd gehad of een plek. Ja, toen ik achttien werd en mijn eerste kind kreeg, toen kreeg ik pas een huis.

Mijn familie

Maar gelukkig heb ik er een paar mooie vriendschappen aan overgehouden. Ook strijders, net als ik. Ook moeten bikkelen in het leven. Het is meer dan vriendschap; het is mijn familie, die nog steeds achter me staat en ik achter hen. Wij komen van de straat en hebben gevochten voor waar we nu zijn.

Ze kennen je niet

Maar iedereen heeft een oordeel over alles wat je doet. Het maakt niet uit of het nou slecht of goed is; ze hebben altijd een oordeel. Of ze zijn jaloers. Daarom zullen straten altijd blijven praten. Omdat ze je niet kennen. Ik ga door tot mijn hart stopt. Ik ben gezegend, ondanks alles...

Mama

27 mei 2022

Een verdrietig moment. Je bent weg en ik en mijn broertjes zullen je missen. Ik zal mijn best doen om ze dicht bij me te houden. Je kent me: ik heb altijd mijn best gedaan, en jouw zonen ook. Soms wisten we niet hoe we je moesten helpen. Je bent best snel gegaan. Geeft niet. Je hebt rust, dat gunnen we je. Maar we houden van je.

De mooiste moeder

Ik vergeet niet dat je ons op de wereld hebt gezet, met pijn en moeite. Wat we soms meemaakten betekent niet dat we niet van elkaar houden. Je was een sterke vrouw met veel pijn, die wij als kind niet hebben kunnen begrijpen. Maar je had er nog moeten zijn. We wisten wat je doormaakte, maar wisten zeker dat je een sterke vrouw bent en de mooiste moeder.

Ik hou van je

Maar je hoeft niet meer te zeggen dat je moe bent en dat je er niet meer wil zijn. Je was zo moe van alles; ik wist niet wat. Misschien wilde je niks zeggen, was het genoeg. Jouw pijn was vermoeiend en ik voel het: je hebt het lang volgehouden. Ik hou van je. Het maakt niks meer uit <3

Ik zal er altijd zijn.
En jij in mijn hart, voor altijd mama.

Kwetsbaar openstellen

Als je verdrietig bent is dat heel menselijk en het is belangrijk dat je er met iemand over kan praten. Want iedereen is weleens verdrietig en je hoeft je niet te schamen. Soms heb je dagen dat je er zo doorheen zit en dan weet je niet hoe je eruit komt. Bespreek je gevoelens met iemand die je begrijpt. Een persoon die luistert naar waar je mee zit. Iemand die jouw verdriet kan begrijpen, zoals je ook je leuke dingen vertelt.

Opluchting

Soms kan het zo zijn dat je verliefd bent of van iemand houdt en dat je dat ook kwijt moet bij een vriendin of een vriend. Dat je je openstelt. Het is soms echt moeilijk, je 'kwetsbaar openstellen' en echt laten zien hoe je je voelt. Maar volgens mij zal het een opluchting zijn dat je met iemand kan praten die te vertrouwen is.

Ik luister

Ik word vaak gebeld door mijn vriendinnen over hoe ze zich voelen. Het verschilt op welke fronten, maar ik luister en ik zal advies geven. Maar ik zal ze nooit zeggen wat ze moeten doen op dat moment. Ik luister en geef antwoord als het nodig is. Ik luister naar hen, waar ze mee zitten.

Mijn ei kwijt

Ik bel mijn vriendinnen genoeg over mijn gezeik, zo veel dat ik er zelfs heel moe van word. Van: oh jee, daar ga ik weer hoor. Ik zeg het zelf, omdat ik weet hoe ik kan zijn als ik me rot voel of verdrietig. Ik moet me op dat moment kwetsbaar openstellen. Ik weet dat ik mijn ei kwijt moet, anders blijf ik er de hele dag mee zitten.

Onbeantwoorde vragen

Ik ben vaak genoeg verdrietig, maar zit ook met veel vragen. Ik zoek graag naar antwoorden die altijd onbeantwoord zijn gebleven. Hoe ouder ik word hoe meer ik snak naar de antwoorden. Toen ik nog jong was, was ik daar niet mee bezig. Omdat ik een heel ander leven had natuurlijk. Nu ben ik meer thuis en dan komt een aantal vragen wel

naar boven. Zeker over de tijd van mijn jeugd, over mijn ouders. Maar ik weet dat ik nooit de waarheid te horen zal krijgen. Dus ik leef er wel mee en laat het voor wat het is...

Niet langer rot

Maar wat ik nu meemaak of hoe kut ik me voel: ik wil gelijk mijn problemen oplossen. Omdat ik me niet langer rot wil voelen. Dus kwetsbaar openstellen en advies vragen aan je vertrouwde mensen. Of mensen die je echt kunnen helpen met hoe je met je gevoel kan omgaan.

Hoe vaak geef je jezelf een complimentje?

Vaak zeggen we: 'Ja, komt goed. Ik heb alles onder controle.' En dan doen we tegen de buitenwereld of alles perfect gaat. Waarom doen mensen dat eigenlijk? Wat willen ze bewijzen? Dat alles koek en ei is en dat je geen fouten mag maken? Of dat je perfect moet zijn, anders word je niet geaccepteerd of niet gewaardeerd? Ik hou van mensen die juist hun gevoelens laten zien, want dan zie je echt hoe een persoon is. Je hoeft niet altijd stoer te zijn of perfect over te komen. Want niemand is perfect.

Niet perfect

Ik geloof dat er een God is of dat er iets bestaat. Als jij denkt dat alles maar perfect gaat of moet gaan is dat totaal niet waar. En je hoeft er ook niet perfect uit te zien. Waarom, voor wie? Wees blij met wie je bent en let niet te veel op andere mensen. Anders ga je helemaal niet lekker in je vel zitten. Dan ben je jezelf niet. Dan wil je iemand anders zijn, die je niet bent.

Een nieuwe dag

Wees open en eerlijk naar jezelf en wees blij met jezelf. Geef jezelf elke dag een complimentje. Verwacht dat niet van anderen. Soms kan je lang wachten, of misschien is het niet echt of niet op het juiste moment. Geef jezelf elke dag een complimentje en zeg: 'Ja, bedankt dat ik weer wakker ben geworden. Bedankt dat er weer een nieuwe dag is, voor nieuwe kansen.' Dat is in je leven niet beloofd.

Hou jezelf hoog

Beloof jezelf dat je blijft staan en dat je jezelf niet naar beneden haalt. Hou jezelf hoog, doe wat je moet doen. Ga niet teveel nadenken over wat anderen van je vinden. Blijf trouw aan jezelf!

Ik verdien het ook

Ik verdien het ook om goed behandeld te worden en liefde te krijgen, want mijn hart zit op de goeie plek. Ik kan soms bot overkomen. Dat is niet mijn bedoeling. Het komt omdat ik toch een stukje beschadigd ben door een hoop dingen die zijn gebeurd. Maar daarvoor word ik naar beneden gehaald door mensen van wie ik dat nooit zou verwachten. Dat is niet erg, want ik kom er altijd wel weer bovenop, maar het is niet leuk om mee te maken. Want zo krijg je wantrouwen en hou je mensen op afstand. Dat is ook niet goed!

Geluk

Ik verdien het om gelukkig te zijn. Ik verdien het om van mezelf te houden, want ik ben een mooi mens. Ik verdien het niet om te stressen om mensen die mij niet waard zijn. Niemand kan mijn geluk bepalen. Ik verdien het om elke dag een glimlach op mijn gezicht te hebben. Ik verdien het om van te houden.

Je verleden

Waarom willen mensen als ze boos zijn altijd je verleden erbij trekken? Dat is zo zwak om te doen. Je weet niet hoe mensen die door een moeilijke tijd heengaan toch verdergaan om wat voor reden ook. Ik heb altijd die pech dat mensen mij kunnen zwartmaken om mijn verleden. Maar helaas voor hen pakken ze me daar niet op. Wat ik wel doe: ik neem afstand. Je zal niks meer van mij horen want dat verdien ik niet.

Geen miljoenen

Het enige wat ik graag wil is het beste ervan maken en bepaalde dingen loslaten en verdergaan. Proberen om toch wat te maken van wat ik heb... Ik hoef geen miljoenen te hebben. Ik wil een gezonde mindset hebben en liefde geven aan mijn mensen die mijn liefde verdienen. En goed voor mezelf blijven zorgen, want ik verdien dat ook. Dat ik sterk blijf, dat ik niet de goeie mensen afstoot, maar dicht bij mezelf leef.

Een prachtige vrouw

Geloof me: het is niet fijn om bang te zijn dat je alles kan verliezen. Het ergste is jezelf verliezen, dat je in je pijn en verdriet blijft. Bang om niemand te kunnen zijn, bang dat je alleen blijft. Wat er ook gebeurt: ik blijf strijden. Niemand pakt mij die moed af, want ik verdien het om gelukkig te zijn. Ik verdien het dat ik ben wie ik ben: een prachtige vrouw die haar best doet om een goeie moeder en een goeie vriendin te zijn.

Schulden

Ik ben geboren in 1987, een waterman. Ik heb het niet verdiend dat ik jaren met huiselijk geweld ben opgegroeid. Ik heb het niet verdiend dat ik pijn moest ervaren en dat ik mijn hart heb laten breken in relaties en vriendschappen. Ik heb het niet verdiend dat ik in de schulden kwam te zitten, omdat ik het meeste voor anderen deed om het leventje goed te houden. En eindstand: dan zit je met een probleem. Ik heb dat niet verdiend.

Ik heb het niet verdiend

Ik heb het niet verdiend om me onzeker te voelen en dat ik aan mezelf begin te twijfelen. Ik ben niet perfect, zal ik ook nooit zijn. Ik kan soms best fel reageren naar iemand van wie ik hou. Maar dan is er wat voorgevallen wat ik ook niet heb verdiend. Soms kan ik gemeen zijn, maar dat is niet mijn bedoeling. Omdat ik zo boos ben en me onbegrepen voel. En dat verdien ik ook niet, om me dan schuldig te voelen.

Schuldvrij

Ik werd gebeld dat ik schuldvrij ben. God zij dank kan ik opnieuw beginnen na vier jaar schulden en tien jaar bewindvoering. Met tranen in mijn ogen. En ik kan het niet geloven. Er bestaat toch een wonder en ik heb me, ondanks alles, rustig gehouden. Met veel moeite natuurlijk. Ik kon bijna altijd niks leuks met de kinderen doen en soms niet eens een normale avond eten. Altijd met strijd. En kleren kopen... laten we daar niet over praten.

Ruimte in mijn hoofd, last van mijn schouders

Maar ik heb het altijd gered en ik kreeg soms ook wel hulp van mijn familie of vrienden. Je voelt je toch afhankelijk en je schaamt je heel erg natuurlijk, jarenlang. Mensen gaan ook heel anders naar je kijken. Wat logisch is. Je voelt je gewoon geen mens meer. En je wilt van alles doen; werken. Maar dat ging ook niet. Maar nu kan ik het wel. Nu kan ik werken, zonder te denken dat ik het voor niks doe. En niet meer denken dat ik niks kan. Het geeft zo veel ruimte in mijn hoofd, zo veel last is van mijn schouders af.

Rijk van rust

Maar er moet nog veel gebeuren om te zijn waar ik wil zijn. En ik doe alles voor mijn kinderen. Ik kan ze meer bieden. Niet dat ik nu rijk ben, maar ik ben rijk van rust en een nieuw begin. En weten in mijn achterhoofd dat ik geen fouten meer ga maken en veel beter met dingen moet omgaan. En mijn rust eindelijk vinden en mezelf op de eerste plek zetten om alles rustig, zo goed mogelijk de kans te geven. En dat ik de juiste keuzes moet gaan maken. Zo veel geluk krijg ik nooit meer.

Goeie dingen

Op naar goeie dingen. Een rijbewijs halen, dat is mijn volgende doel. De theorie heb ik al behaald. Ook met zweeten en tranen, maar het is me gelukt, dus ik ben een doorzetter. Gelukkig probeer ik elke dag een beetje geluk te vinden. En te bidden omdat ik God dankbaar ben voor alles. En wat er ook op mijn pad komt, dat ik verstandig blijf nadenken.

Bedankt God dat ik nog adem

Ondanks dat alles moeilijk gaat, bedank ik God dat ik adem. Ook al vind ik alles moeilijk, ik kan elke dag nog mijn dingen doen en er is altijd iets waar ik blij van word. En dan zeg ik: 'Dank je God, je hebt me nog niet verlaten.' Ik veeg mijn tranen weg en ga verder en bid elke dag voor mijn kinderen dat het goed gaat en dat ze mij vergeven dat ik ze niet elke dag kan zien, ze niet alles kan bieden. Maar de tijd zal zeker komen dat het gaat gebeuren. Ik zal er altijd voor bidden.

Stilte om me heen

Tranen in m'n ogen als ik opsta en de stilte hoor om me heen. En dan denk ik: wat moet ik nou weer gaan doen? Maar dat komt goed. Ik besef dat ik dit echt alleen moet doen. Ik kan er niet altijd over praten omdat ik het niet wil.

Mijn tranen weg

Ik blijf ademen en doorgaan en proberen om door te gaan en positief te blijven en te bidden tot God: 'Help me naar een oplossing.' En ik veeg weer m'n tranen weg en ga door.

Soms moet iedereen mij even laten. En bedankt God dat ik nog adem en blijf strijden tot het eind.

Blijf rennen

Ik zal mezelf moeten remmen om niet meer terug te gaan naar het gezeik van de pijn die ik voel. Ik heb mezelf nodig om door te gaan en liefde voor mezelf om door te gaan. Hou jezelf op slot. Want je kan jezelf dan niet meer verliezen door de pijn of wat je voelt. We moeten blijven rennen om onszelf niet te verliezen. Niemand pakt iets van me af. Ik blijf gewoon rennen. Want ik ben een Strijdster.

Ik ga mijn dromen volgen.

Soms is het te stil. Soms heb ik mijn rust nodig, maar dan voel ik het gemis van mijn moeder. Ik weet dat ik het los moet laten. Maar het lijkt erop dat dat niet lukt. Dan valt er een stilte en zoek ik weer de drukte op, omdat ik geen zin heb om verdrietig te zijn. Ik moet gewoon kunnen rouwen en het kunnen accepteren. Maar ik heb zo veel met mijn moeder meegemaakt en het lijkt of ik niet echt afscheid heb kunnen nemen van haar.

Maar ik waardeer het leven veel meer dan toen en ik wil zo graag dingen ondernemen.

Ik sluit mezelf nu af van iedereen, wat niet mijn bedoeling is. Mijn vriendinnen, ik weet gewoon niet wat ik moet zeggen, waar ik het nog over moet hebben. Ik voel me leeg. Wil lachen, maar durf niet omdat ik niet weet hoe ik met de emoties moet omgaan. Ik voel me soms zo dom. Als ik m'n ogen dichtdoe zie ik m'n moeder voor me.

Geven en nemen?

Al heb ik niks, ik zal het je nog geven. Omdat ik weet hoe het voelt als je niks hebt. Maar andersom zal ik nooit iemand het gevoel geven om dat terug te geven. Want dan heb ik het gedaan om jou bij me te houden. Dan denk je dat ik lief wil doen om te binden. Dat is het niet. Het zit in me. Omdat ik weet dat het heel lastig kan zijn om niks te hebben of niet te weten waar je het zoeken moet. Iedereen heeft een begin nodig om ergens te zijn. Ook als het van iemand komt die ook weinig heeft, maar wil delen. Je begrijpt waar het vandaan komt.

Sterk maken

Ook al praat je slecht over mij of doe je iets wat ik zelf nooit zal doen, ik zal je vergeven. Omdat ik weet hoe het is om beoordeeld te worden. Misschien lijkt ik gek, maar zo kom ik wel verder in het leven. Doorgaan en niet blijven hangen. Want anders kan ik mijn eigen kinderen niet sterk maken voor de wereld die eraan komt. Het wordt alleen maar erger.

Mezelf beschermen

Ik weet dat het leven nooit makkelijk zal zijn, maar ik kan mezelf beschermen en weet wat liefde en eerlijkheid betekent. En trouw en leren delen. Ondanks dat niemand met jou wil delen. Niemand kan als jij zijn. Niemand zal ook in jouw schoenen kunnen staan. Dat betekent dat je moet weten met wie je alles deelt. Die jou hopelijk het gevoel geeft dat jij verdient. Maar het is het beste dat je je er niet in gaat verdiepen. Want dan raak je teleurgesteld.

Alles uit jezelf

Dus verwacht niks wat je zelf doet: dat doe je uit jezelf. Blijf bij de les dat je alles uit jezelf doet en niet om iemand bij je te houden. Want ze zien het niet hoe jij het ziet. Dus geef, en neem aan dat het zo is. Geven en nemen, maar blijf bij de les dat je het niet terugkrijgt, omdat het zo is.

Je heartbeat

Waardeer jezelf dat je zo denkt. Waardeer jezelf en geef liefde aan de juiste mensen die dat waarderen. Niemand kent je *heartbeat* die bonkt!

Was het maar zo

Waar ben ik? Ik ben mezelf al heel lang niet, maar ik ben me er bewust van en overtuigd dat ik bijna alles heb geprobeerd. Misschien is het niet genoeg. Mijn zelfvertrouwen en doorzettingsvermogen, ik weet wel zeker dat ze niet doorzetten, maar achteruit gaan. Ik weet waar het vandaan komt. Ik denk dat ik het er niet meer over wil hebben of over praten of zelfs schrijven.

Heel geduldig

Ik wil pas iets van mezelf laten weten als het gaat waar ik naartoe wil. En niet meer wat mensen van mij verwachten of dat ik zelf te veel verwacht. Ik blijf heel geduldig wachten tot ik mijn rust heb gevonden. Dan kan ik misschien verdergaan met mijn verhaal. Ik ben helemaal klaar met de druk die ik mezelf opleg, waardoor ik dus meer ga twijfelen of te veel aandacht aan punten geef.

Eerst helen

Ik ga eerst helen en op mezelf zijn, zonder schuldgevoel en zonder het gevoel dat ik steeds rekening moet houden met iedereen. Ik heb genoeg pijn en verdriet gehad. Het is nu tijd voor mij. Dat is wat ik nu aan het doen ben. Rust en op mezelf zijn. Soms supereenzaam, maar wel de beste therapie. Aandacht geven en toegeven aan wat ik voel, zonder dat ik mensen lastigval. De tijd zal het wel leren of dit me goed doet.

Wanneer ik ready ben

Ik moet dit doen, omdat ik het altijd heel moeilijk vind om alleen te zijn. Ik doe dit al een tijdje en vind het nog steeds heel moeilijk, maar ik wil pas bij mensen zijn wanneer ik ready ben. Dat ik weer positief kan zijn en aan mijn lieve mensen kan laten zien: oké, ik ben er nu, ik ben er voor jullie. Mijn zwakte was dat ik altijd sterk bleef. Voor wie? Niet voor mezelf. Ik ben nu doodmoe om te laten zien wie ik ben, die ik dus totaal niet was. Ik kom er wel.

Een sterker persoon

Nu heb ik toegegeven: het is even tijd voor mezelf. Helen en er een positieve draai aan geven en niet het oude gezeik elke keer opnieuw. Ik ben het helemaal zat. Het komt allemaal goed. Het is aan mezelf werken en toegeven dat ik het even niet zie zitten. Tot jezelf komen. En mensen die van je houden moeten geduld hebben. Want dan hebben ze weer een sterker persoon voor zich, die er ook voor haar mensen weer kan zijn, die er altijd voor haar zijn geweest.

Wie ben ik en wie was ik?

Een vrouw die veel van het leven heeft gezien en ook veel heeft geleerd: te strijden met pijn, soms geluk. Soms lijkt het of ik alleen maar negatief ben, maar ik denk en zeg hoe ik me voel. Geloof me, het is niet makkelijk om te vertellen of schrijven hoe je echt in het leven hebt gestaan en nog steeds natuurlijk. Ik heb leuke dagen en leuke dingen meegemaakt, dat heeft me sterk gehouden. Soms, of altijd, kwam ik mezelf tegen: wie ben ik en wie wil ik zijn?

Mijn levensverhaal

Mijn levensverhaal zal altijd doorgaan, maar gelukkig kan ik zeggen dat ik bepaalde keuzes heb gemaakt en daar heb ik mijn rust in gevonden. En natuurlijk zijn er momenten dat je denkt: nee, ik wil niet in dezelfde draad zitten. Logisch! Maar ik beseft dat ik dat altijd zelf gedaan heb, in de keuzes die ik gemaakt heb in m'n leven. Of de momenten dat ik dacht: ja, is goed. Het komt wel goed. Of wist: ik heb toch zoveel overleefd. Er zijn dagen en momenten dat ik het heel moeilijk heb gehad en nog steeds gaat niks perfect, maar dat zal het ook nooit gaan.

Zware tijden

Ik heb echt zware tijden meegemaakt. Mijn kinderen, mijn moeder die is overleden, ik zat in een relatie waarin ik mezelf helemaal kwijt was. Ik voelde me altijd onzeker en was altijd verdrietig. Voelde me vaak machteloos waardoor ik zomaar woede-uitbarstingen had.

Geef niet op

Om die stap te maken om ermee te stoppen was voor mij heel moeilijk. Ik voelde me totaal verloren, ik wist er niet mee om te gaan. Ik haat het zo om pijn te hebben of om verdrietig te zijn. Slapeloze nachten en toch door blijven gaan. En denken: kom op, geef niet op.

Nawoord

Ik ben begonnen met schrijven omdat ik geen geheimen heb in mijn leven. Daarom ben ik ook eerlijk in waarom mijn leven soms anders loopt dan iemand anders' leven. Mijn leven zal nooit perfect verlopen en er zal altijd wat zijn waardoor ik weer teleurgesteld ben. Maar misschien weet ik nu hoe ik ermee om moet gaan, omdat ik zo veel pijn heb gehad en zo veel moest slikken in hoe alles is gegaan. Daarom schrijf ik.

Ik zal altijd mijn eigen weg kiezen en niet het pad kiezen dat mij niet naar die weg brengt. Ik weet wat ik heel graag wil en wilde, daarom zal ik altijd mezelf zijn. Soms geef ik gas en af en toe neem ik gas terug, omdat het leven niet altijd makkelijk is. Je zal mensen kwijtraken of mensen zullen je verlaten met versnelling zes. Bepaalde mensen kunnen je in het leven verderbrengen, wat je eigenlijk niet wil, omdat ze niet op jouw level zijn. Waardoor je andere dingen gaat doen of andere beslissingen neemt, waardoor je aan jezelf gaat twijfelen.

Ik ben zo veel gaan schrijven dat ik nu aan het einde ben gekomen.

Ik moet voor mezelf kiezen. Mensen van wie ik echt hou zijn weg, omdat ik mezelf niet was. Maar ik blijf hopen en in mezelf geloven. De angst om mensen te verliezen heb ik niet meer. Mezelf verliezen is mijn angst. Dat wil ik niet. Pijn, onzekerheid en angst. Ik wil dansen in mijn gedachten, in de pijn die ik heb gevoeld. Er is nog steeds leven dichtbij. Ik voel, ik blijf hopen op geluk, maar ook dat de angst voorbij gaat.

Ik blijf doorgaan, omdat ik zo ben. Ik ben niet meer bang voor het pad dat ik moet bewandelen. Ik zal altijd een weg vinden waarheen ik moet gaan. Elke weg die ik zal nemen zal mijn woorden of mijn schrijven veranderen. Ik zal altijd verdergaan met angst en onzekerheid, maar ik zal altijd liefde blijven houden voor wat ik heb geleerd en dit koesteren. Ik zal altijd blijven leren en veel meer meemaken.

Maar dat is het leven.

Ik ben blij dat ik een schrijfster ben en dat ik eerlijk kan uiten dat het leven niet altijd makkelijk zal zijn. Maar dit geeft je wel een kans om vooruit te komen door de pijn. Geef nooit de hoop op. Soms kan je het gevoel hebben, maar dat is angst. Blijf doorgaan, geloof me, ga met alles door, blijf met jezelf praten.



Mijn kinderen, mijn excuses. Mama heeft veel fouten gemaakt, dat spijt me. Ik ben niet perfect. Mijn liefde voor jullie is zo groot dat ik niet eens weet hoe ik ermee om moet gaan. Het spijt me voor mijn fouten. Ik dacht dat ik het goed deed, maar dat is niet zo. Ik wil heel graag dat jullie mij vergeven, omdat ik God mag bedanken dat ik jullie heb. Ik huil soms omdat ik zo veel wil zeggen, maar het is beter dat ik mijn mond hou, omdat ik van jullie hou!

Hopelijk zien jullie het anders, maar geloof me: ik slaap niet omdat ik jullie niet hoor. Ik weet dat het goed met jullie gaat. Ik bid elke dag tot God. Mijn kinderen zijn mijn huis. God zal zorgen dat het goed komt. Want ik heb het als moeder niet altijd goed gedaan. Ik ben niet perfect, maar ik vecht voor jullie. Na regen komt zonneschijn. Elke traan over mijn wang is voor jullie. A, G en Y, jullie zijn mijn leven. Door jullie leef ik en geef ik nooit op. Ik smeed God dat ik en mijn kinderen op één lijn zijn.

We zijn er, hopelijk vergeven jullie mij.

Rafaella

