

## De moedermonologen



Marleen Janssen

# De moedermonologen

Dochters over hun moeders

Artemis & co



Deze verhalen verschenen eerder in *Libelle*

ISBN 978 90 472 0258 5

© 2012 Marleen Janssen

Omslagontwerp Roald Triebels, Amsterdam

Illustratie binnenzijde omslag © Astrid Oudheusden

Foto auteur © Brenda van Leeuwen

Verspreiding voor België:

Veen Bosch & Keuning uitgevers n.v., Antwerpen

## Voorwoord

De afgelopen jaren interviewde ik voor *Libelle* bijna honderd dochters over hun moeder. Elke week schreef ik een aflevering van *De moedermonologen*. Een halve pagina in het blad, vierhonderd woorden. In het begin dacht ik: zo'n klein stukje, wat kan ik daar nou helemaal in kwijt? Nu houd ik van dat gecomprimeerde verhaal. Juist omdat ik geen complete geschiedenis kan optekenen, maar steeds moet kiezen voor een of twee aspecten. Het dwingt me om kleine vragen te stellen. Zo ontstaan geschreven foto's. Momentopnamen.

Vaak was mijn eerste vraag tijdens het interview: 'Als je aan je moeder denkt, welk beeld komt er dan bij je boven?' Het is opmerkelijk hoe vaak de keuken werd genoemd. Of de moeder in een huishoudelijke situatie. 'Mijn moeder die blazend proeft of de soep wel zout genoeg is.' 'De blote armen van mijn moeder terwijl ze neuriënd staat te strijken.' Daar begonnen de verhalen.

Als je dochters vraagt de relatie met hun moeder te ty-

peren, krijg je heel verschillende antwoorden.

‘Ze is mijn beste vriendin.’

‘Ik heb geen enkel gevoel meer voor mijn moeder.’

‘Ze keurt alles af.’

‘We kunnen ontzettend hard lachen.’

Dat van die moeder als ‘beste vriendin’ geloof ik trouwens niet helemaal. Ik geloof wel dat moeders en dochters een vriendinachtige band met elkaar kunnen hebben. Maar beste vriendinnen? Nee. Beste vriendinnen bestaan bij de gratie van het feit dat ze ook weer beste vriendin af kunnen worden. Je moeder heb je voor altijd. Ook als je haar niet meer ziet en ook als ze niet meer leeft. Perfecte moeders bestaan niet. Tenminste, ik ben ze niet tegengekomen in al die verhalen. Moeders zijn mensen en dochters zijn mensen. Hun relatie is per definitie complex. Met je moeder is het nooit makkelijk. Er zijn altijd ruwe randjes en dat is maar goed ook. Hoe kun je anders loskomen?

Tijdens het schrijven van *De moedermonologen* ontdekte ik de twee uitersten aan moeder-dochterrelaties. Er is de topmoeder en er is de moeder met wie de relatie veel minder rooskleurig is; soms kunnen moeder en dochter elkaar niet meer luchten of zien. Plus alles wat zich tussen deze twee uitersten bevindt. Ongeacht hoe de relatie is, alle dochters hebben de behoefte om te vertellen over hun moeder. Ofwel omdat ze haar een medaille willen opspelden, ofwel om zichzelf en hun moeder beter te kunnen begrijpen.

## Een ingewikkelde verbintenis

Ik wilde weten hoe dat zat en sprak met psychotherapeut Iki Freud, die al heel wat verwarde dochters en moeders in therapie heeft gehad. Ze schreef er een boek over: *Electra, het drama van de moeder-dochterrelatie*. Toen ik haar mijn bevindingen vertelde, veerde ze op en zei: ‘Het klopt wat je signaleert, moeder-dochterrelaties zijn per definitie ambivalent. Alle meisjes hebben gemengde gevoelens ten aanzien van hun moeder. Het is een ingewikkelde verbintenis: moeders zijn vaak steun en toeverlaat, maar dochters zijn tegelijkertijd ook afhankelijk van hun moeder. Dat wringt. Het trekt aan en stoot af. Er zijn warme gevoelens, maar ook gevoelens van verwijt en rancune.

Volwassen worden en je losmaken van je moeder is noodzakelijk en moeizaam. Alle dochters hebben er klachten over. Ook als de relatie ogenschijnlijk goed is. Het is een universeel probleem. En het is van alle tijden.’

‘Maar zijn we dan met de jaren niet wat wijzer geworden?’ vroeg ik Iki Freud. ‘Nee,’ zei ze, ‘mensen worden niet veel wijzer. Bij elke nieuwe generatie komt alles weer terug. Ook die moeder-dochterthema’s. En dat is logisch, want het ligt voor een deel biologisch vast. Moeders reproduceren zichzelf in hun dochters. En dochters doen het leven van hun moeder in zekere zin na.’

O help, dacht ik, laten de dochters het niet horen. Geen enkele dochter wil het leven van haar moeder leiden. Allemaal willen ze het ‘beter’ doen. En in ieder geval ‘anders’. En nee, ze willen nooit op haar lijken. Iki Freud: ‘Soms zit hier een vrouw met een grimas te vertellen dat ze haar

moeder ziet wanneer ze in de spiegel kijkt.’ “Ja, en?” vraag ik dan. “Ik vind dat afschuwelijk, ik wil niet op haar lijken!” Dan zeg ik dat zij de enige is die het ziet. En dat je er bovendien niet aan ontkomt: we lijken allemaal op onze ouders, maar we zijn echt andere mensen.’

## **Slechte moeders bestaan niet**

Spiegels zijn het en rolmodellen, onze moeders. Als je mazzel hebt, heb je een moeder die een goed voorbeeld gaf. Maar moeders maken fouten. Ze trouwen met verkeerde mannen. Ze belanden in een leven dat ze eigenlijk niet willen. En dan worden ze minder goede moeders – in de ogen van de dochters. Want je kunt niet generaliseren, zegt Iki Freud. ‘De beleving van de dochter is niet gelijk aan de slechtheid of goedheid van de moeder. Een dochter kan woedend zijn, terwijl er met de moeder feitelijk niets mis is. Wel bestaan er moeders die het af laten weten, aan de drank of de drugs zijn en niet in staat zijn hun kinderen te geven wat ze nodig hebben. Soms resulteert dat in de beslissing van een dochter te breken met haar moeder.’

Vanuit woede besluiten je moeder niet meer te willen zien, vindt Iki Freud meestal geen goede oplossing. ‘Werkelijk breken met je moeder is namelijk onmogelijk. Je moeder zit in je hoofd. Door haar niet meer te zien ban je haar niet uit, maar bewerkstellig je vaak het tegenovergestelde. De woede voedt de fantasie en dat maakt het moeilijker in plaats van makkelijker.’



Verschillende vrouwen vertelden me dat ze in de loop der jaren milder zijn geworden of een vorm vonden om met hun moeder om te gaan. Ze noemen dat ‘groeï’ en dat is het waarschijnlijk ook. Therapeut Roefke Carmiggelt is het daarmee eens. Zij ziet in haar praktijk veel boze en overspannen dochters die niets meer willen weten van hun moeder. Maar uiteindelijk brengt ze ze bij elkaar, laat ze moeders en dochters weer met elkaar praten. Hoe pakt ze dat aan?

Roefke Carmiggelt: ‘Dochters hebben de neiging met een kwaai kop te kijken en louter de dingen van hun moeder te zien die niet fraai zijn. Om dat te doorbreken vraag ik: “En stel nou dat ze sterft, wat zou je dan van haar willen bewaren?” “NIKS,” zeggen die dochters boos, “er is niks leuks aan haar!” Dan vraag ik: “En wat doe jij net als je moeder dat wel leuk is?” Er blijkt altijd iets moois te zijn. De manier waarop je een appeltaart bakt. Het feit dat je net zulke fantastische sinterklaasgedichten schrijft als zij. Haar goede kledingsmaak.’

In veel gevallen waarbij het kind schade heeft opgelopen in de relatie met de ouders, blijkt dat de vader of moeder zelf een miskend kind is geweest, vertelt Roefke Carmiggelt. Zo worden narigheid en ellende van generatie op generatie doorgegeven. Daar horen verdriet en rouw bij. ‘Maar als je de pijn hebt weten te doorvoelen, kun je met een lantaarntje gaan zoeken naar wat je moeder wél beter heeft gedaan dan háár moeder. Als je die pareltjes wilt zien, kun je groeien. En kun je de generatieladder doorbreken. Mét het erfgoed in je portefeuille. Als je je erfgoed ontkent, heb je een ernstig probleem. Dan moet je het le-

ven in je eentje opnieuw uitvinden. Dat zijn de ongelukkige en boze dochters die hun moeder de schuld geven van hun leed.’

Ook Iki Freud heeft wijze raad. Zij zegt dat het belangrijk is de betrekkelijkheid van je moeder in te zien als je wat wilt met je moeder, als je de relatie wilt verbeteren of normaliseren. ‘Je moeder begrijpen helpt om je los te maken en niet eeuwig kwaad te blijven. Sommige moeders kunnen niet tegen emoties, andere kunnen niet goed luisteren en weer andere zijn egocentrisch ingesteld. Elke moeder schiet wel op enig gebied tekort. Als je die beperking accepteert, is dat winst. Toch blijven veel vrouwen hopen op erkenning. Ik zeg dan altijd: van een kikker kun je geen veren plukken. Het is zinloos om op je vijftigste nog steeds te hopen op bevestiging. Aanvaard liever dat dit verlangen nooit vervuld zal worden. Je zult – tot je verdriet – niet krijgen waar je op hoopt. Je moet proberen te rouwen om dat wat je gemist hebt, waarop je gehoopt had, wat je niet hebt gekregen.’

## **Liefdesbrieven, jubelzangen**

Onder aan de afleveringen in *Libelle* plaatste ik een oproepje: *Ook meedoen? Stuur een mail*. Dat resulteerde in een gestage stroom reacties in mijn brievenbus. Ook plaatste ik regelmatig een oproepje op Twitter. Dat leverde direct een ontplofte mailbox op. Ik ontving jubelzangen, scheldkanonnades, gedichten, foto’s en liefdesbrieven aan moe-

ders. Verhalen van dochters met makkelijke en met moeilijke moeders. Ook brieven van dochters die een moeizame relatie met hun moeder wisten om te buigen tot iets positiefs. Die gaf ik voorrang: daar konden andere vrouwen misschien weer iets van leren.

Steeds, in elk gesprek met al die dochters, heb ik gezocht naar een positieve draai. Niet om de waarheid geweld aan te doen en zeker niet om een aantrekkelijker of rooskleuriger plaatje neer te zetten, maar omdat ik niet anders kan. Hoe dramatisch en negatief de relatie ook leek, ik zocht naar het goede en naar het waarom. Waarom denk je dat je moeder niet naar je omkeek? Hield ze van je? Waar merkte je dat aan? Begrijp je waarom je moeder dit deed? Heb je daar begrip voor of ben je nog steeds boos? Ik heb bij ieder verhaal gezocht naar het leermoment. Dat klinkt domineeachtig, maar dat ben ik niet. Ik ben een peuteraar. Ik wilde horen hoe het echt zit.

Misschien is dat gepeuter van mij de reden waarom bijna alle dochters die ik sprak niet met hun eigen naam in het blad wilden. Therapeut Roefke Carmiggelt snapt de keuze voor anonimiteit wel. 'Het is schuldgevoel. Dochters durven hun moeder niet makkelijk te zeggen wat hen dwarszit en wat pijn doet. Een oordeel hebben wordt vaak gezien als een afwijzing. Kinderen zijn als de dood dat iemand denkt: wat een rot dochter. Een van de moeilijkste dingen in het leven is een ander kritiek geven vanuit verbinding. Daar zijn we niet in geschoold.'

Ze vertelt dat ze dat zelf heeft meegemaakt met haar eigen moeder, lang geleden. 'Ik kwam indertijd veel bij haar en hielp met van alles. Ik was bij haar op bezoek geweest

en wilde net weggaan toen ze tegen me zei: “Wanneer zie ik je weer eens?” Het werd rood voor mijn ogen. Ik was zo gekrenkt. Ik heb me zonder iets te zeggen omgedraaid en ben weggelopen. Stampvoetend ging het door mijn hoofd: de eerste drie maanden niet, mama! Maar vijftig meter verderop dacht ik: ik kan twee dingen doen. Afkoersen op drie maanden geen contact en de zenuwen in mijn lijf en me rot voelen. Of rechtsomkeert maken. Ik heb het laatste gedaan. Ik ben omgekeerd en heb tegen mijn moeder gezegd dat ik het gevoel had dat wat ik gaf nooit genoeg was en niet telde. Ze schrok verschrikkelijk en barstte in huilen uit. Ze zei: “Ik vind dit zo erg. Dit is wat ik vijftig jaar geleden heb besloten mijn dochter nooit aan te doen, want mijn moeder gaf mij nooit erkenning.” Ik heb dit verhaal weer aan mijn kinderen verteld. En ik heb erbij gezegd: als ik dit doe, trek me dan direct aan mijn jasje.’

## **Een punt in je rok**

Hoe meer Iki Freud en Roefke Carmiggelt me vertelden, hoe duidelijker ik de complexiteit ging zien. Behalve het thema schuld is ook kritiek een echt moeder-dochterding. Ik sprak een vrouw met een moeder die zo kritisch was dat de dochter in haar adolescentie afstand nam: ‘Het was de enige manier om overeind te blijven en zelf iemand te worden.’

Volgens Roefke Carmiggelt is kritiek leveren eigen aan alle moeders. Roefkes moeder zei vroeger bijvoorbeeld: ‘Niet fietsen met die rok, kind, daar krijg je een punt van

in de stof.' Ze zegt: 'Moeders willen hun kinderen hun hele leven beschermen tegen punten in de rok, verkeerde mannen, te hard werken. En als dochter ben je altijd in verzet. Ik was vierenzestig jaar toen ik mijn moeder verloor en zelfs tot die leeftijd reageerde ik nog als een gebeten puber als ze weer begon over die punt. Maar nu ze dood is, mis ik die speciale moederzorg.'

Iki Freud koppelt het thema kritiek direct aan over grenzen gaan. Moeders hebben er nogal eens een handje van en daar heeft de ergernis van dochters vaak mee te maken. Iki Freud: 'Het is heerlijk als je moeder op je kinderen past. Maar er gaat wat mis als een moeder het leven van haar dochter lijkt binnen te dringen en het roer overneemt. Ik hoor het vrouwen hier weleens vertellen: "Mijn moeder maakt de keukenkastjes schoon, ruimt al mijn kasten op en gooit dingen zomaar weg."

Volgens Iki Freud hebben veel dochters moeite met het stellen van hun grenzen. Ze denken dat HO en STOP zeggen niet mag omdat het niet lief zou zijn. 'Dat is onzin. En erg onverstandig. Door grenzen te stellen kun je beter met de ander omgaan. Ik raad dochters aan het initiatief te nemen en zelf te bepalen hoe vaak ze hun moeder willen zien. Het brengt rust als een dochter zegt: "Mam, ik ga je iedere week bellen, op maandagochtend." Zo weet iedereen waar ze aan toe is. Daarnaast geldt dat kinderen hun ouders moeten opvoeden. Grenzeloze moeders die dag en nacht aan de keukendeur staan te rammelen en mee-eten met het gezin van hun dochter, moet een halt worden toegevoerd. Je kunt tegen je moeder zeggen wat je wel en niet wilt. Bijvoorbeeld dat je liever niet gebeld wordt op je

werk. Of dat ze eerst even vraagt of het uitkomt als ze nu langskomt. Dat is normaal gedrag en ouders accepteren dat.'

Het gekke is: moeders en dochters kunnen eindeloos vitten en strijden, maar uiteindelijk zijn dochters volstrekt loyaal aan hun moeder. Ik hoor het regelmatig van de dochters die ik interview. 'Als iemand zich slecht over haar uitlaat, neem ik het direct voor haar op.' 'Kom niet aan mijn mama. Ik ben als kind liefde tekortgekomen, maar ze blijft mijn moeder.'

Iki Freud zegt dat vrouwen die loyaliteit allemaal kennen. 'Dochters tonen die vaak zonder na te denken. Het komt voort uit de identificatie met je moeder: mama is je voorbeeld, je spiegelbeeld, je referentiepunt. Als je haar afvalt, laat je een deel van jezelf los.'

## **Geen bevelen**

Wat is een goede moeder? Eigenlijk is dat de onderliggende vraag die ik steeds aan alle vrouwen heb gesteld. Ik denk dat ik het antwoord zo langzamerhand wel weet. Het is me verteld door de drieënzestig dochters die in dit boek hun verhaal doen. Ik denk dat zij de dochters van Nederland representeren. Hun monologen zijn universeel. Soms gaven vrouwen trouwens rechtstreeks het antwoord op die vraag: 'Het geheim van onze goede verstandhouding is dat we kunnen geven en nemen.' Of: 'Mijn moeder heeft me nooit gemanipuleerd of gestuurd in mijn keuzes.' Of: 'Wij doen niet aan plichtplegingen. Ik kan met

Kerstmis op vakantie gaan. Er zijn tussen ons geen verwachtingspatronen en geen regels. Ik ben bij haar als ik écht bij haar wil zijn. Dat is goed moederschap.’

Psycholoog en schrijfster Yvonne Kroonenberg zegt in haar – zeer lezenswaardige – boek *De familieblues* het volgende: ‘Een goede moeder ziet het onderscheid tussen haar eigen leven en dat van haar kinderen en houdt daar rekening mee. Ze is toegankelijk, maar niet grenzeloos beschikbaar. Ze geeft richtlijnen, geen bevelen. Ze volgt de ontwikkeling van haar kinderen met belangstelling. Ze komt voor hen op en maakt ze niet kapot.’

Iki Freud zegt het heel kort: ‘Een goede moeder zorgt voor optimale afstand en optimale nabijheid. De grenzen moeten precies daar lopen waar moeder en dochter tevreden zijn. Dan is er evenwicht.’

Op de volgende bladzijde lees je de eerste van drieënzestig ‘moedermonologen’. Het is het verhaal van Merel, die haar moeder verloor toen ze zes jaar oud was. Merel zegt: ‘Ik zou er goud voor overhebben om nog eens in haar armen te kunnen liggen.’ Dat zinnetje schiet vaak door mijn hoofd. Het is het zinnetje waardoor ik beseft dat ik in mijn handen mag knijpen dat ik een levende moeder heb. Een-tje die misschien soms zeurt en met wie ik weleens gedoe heb, maar ze is er. En als ik wil, kan ik nog steeds als een klein kind snikkend in haar armen liggen.

Marleen Janssen  
Amsterdam 2012

De portretten van moeders, dochters, vriendinnen – en van Astrid zelf – op de binnenkant van het omslag zijn van Astrid Oudheusden. [www.astridoudheusden.nl](http://www.astridoudheusden.nl)



## ‘In mijn fantasie is ze een heldin geworden’

Merel (35): ‘Mijn moeder stierf toen ik zes jaar was. Daarna kreeg ik een stiefmoeder, maar ik heb nooit gezegd: “Dat is mijn moeder.” Nooit, ik kan het gewoon niet maken. Ik zou het niet loyaal vinden naar mijn dode moeder.

Relaxt is het niet. Vooral niet omdat mijn stiefmoeder een hart van goud heeft en zich indertijd totaal heeft overgegeven aan die weduwnaar en zijn twee kleine kinderen. Voor mijn vader is dat goed geweest. Voor mij... is het anders. Haar liefde voor mij lijkt veel onvoorwaardelijker dan andersom. Ze doet zo haar best.

Ik herinner me nauwelijks iets van mijn eigen moeder. Ik weet uit de verhalen dat haar ziekbed eindeloos was. Ze had een hersentumor en is gestorven door euthanasie.

Ik heb een paar vage herinneringen. Dat ik zat te verven en mijn penseel per ongeluk in haar kop koffie doopte in plaats van in het waterglas. En hoe verschrikkelijk ik me daarover voelde. Ook al was ik een kleuter, ik wist hoeveel moeite het mijn moeder kostte om een kop koffie te zet-

ten. Ook herinner ik me dat we met z'n vieren bij elkaar zaten en dat ik zei: "Maar mama, je gaat toch niet dood?" En dat het heel stil werd in de kamer.

In mijn fantasie is ze een heldin geworden. Natuurlijk kan ze niets fout doen. Het is logisch dat mijn stiefmoeder in haar schaduw staat.

Ik denk dat ik haar verschrikkelijk mis. Maar ik stop het weg. Ik dek het toe met een grap of een grol. Op mijn moeders verjaardag eten we traditioneel samen, maar hebben we het over koetjes en kalfjes. Vroeger droomde ik dat ze nog leefde. Dat was het mooiste. Nu is het vooral kaal. Ik mis de vrouw aan wie ik me kan spiegelen en die een voorbeeld kan zijn.

Ik zou er goud voor overhebben om nog eens in haar armen te kunnen liggen. Ooit was er een vrouw die me omhelsde en toen kreeg ik een flashback. Die vrouw hield me tegen haar borst gedrukt en ik wilde eeuwig zo blijven zitten. Ik durfde het gevoel niet te laten komen, bang als ik was om in te storten.

Ik heb nu bijna de leeftijd bereikt waarop zij stierf. Ik heb geen kinderen. Het houdt me bezig. Ik denk steeds: het is nog niet te laat. Maar toch lijkt het geen reële optie om zelf moeder te worden. Ik zou niet weten hoe het moet.'

## ‘Het is Vietnamees om niet over gevoel te praten’

Tram (37): ‘Mijn moeder is gevlucht uit Vietnam eind 1970. Alleen, met drie kleine kinderen. Dat moet heel heftig geweest zijn. Als ik eraan denk, krijg ik al tranen in mijn ogen. In Nederland kende ze de taal niet en ze is hier begonnen als afwasser in restaurants. Ze heeft mij en mijn twee broers heel liefdevol grootgebracht. Wij leerden al heel jong voor onszelf te zorgen. Hoe ze alles gaande hield, was voor mij een raadsel. Ik heb niet het gevoel gehad dat we veel alleen waren. Wat ik zeker weet, is dat ze het moederschap goed heeft gedaan. Liefdevol, onvoorwaardelijk, streng maar rechtvaardig.

Mijn zelfstandigheid en rechtdoorzee mentaliteit heb ik te danken aan haar. Ze is een sterke vrouw. Ze heeft uit het niets een bloeiend bedrijf opgebouwd. Drie kinderen grootgebracht en haar familie in Vietnam financieel ondersteund toen de grenzen dicht waren. Tussen 1980 en 1990 heeft ze altijd contact gehouden per brief. Ik denk dat ze daar kracht uit haalde om het hier in Nederland alleen te redden.

Hoe ze die jaren heeft ervaren weet ik niet. Ze praat nooit over haar gevoelens. Dat is Vietnamees: we spreken niet over intimiteit. Ik ken haar goed als moeder, maar niet als vrouw. Ze is nu achtenvijftig en hoe ouder ik word, hoe meer ik me afvraag hoe ze haar leven ervaart, wat haar dromen zijn. Ik denk niet dat ik daar ooit achter kom. Zo staat ze in het leven: ik heb zoveel meegemaakt, dit kunnen we ook aan. Ze maakt alles klein. Ook omwille van de lieve vrede. Daarin botsen we. Ik ben verwesterd en wil alles uitpraten, haar neiging is: zand erover. Dat is haar aard en haar cultuur.

Zij op haar beurt heeft moeite met het feit dat ik adrem ben. Ze is trots op wat ik heb bereikt, maar ze vindt ook dat meer zachtheid me zou sieren. In de puberteit zijn er cultuurbotsingen geweest. Mijn moeder vond het not done dat ik als meisje uitging met jongens. Voor haar gold: je ontmoet een man en daar trouw je mee. Toen ik op mijn zeventiende verkering kreeg en een jaar later ging studeren, had ze het erg moeilijk. Gelukkig was ze open minded en begreep ze dat het in dit land allebei kan. Toen gaf ze me de ruimte en het vertrouwen. Ik voel bijzonder veel respect voor haar.'