

Week 47

WAT WE NIET VERTELLEN

Over de geheimen van het leven

*Jij hebt natuurlijk ook je geheimen
zei hij. Wat kon ik zeggen, ieder
antwoord was waar en onwaar. Ik had
toch net geprobeerd geheimen met hem
te delen. Wat ik niet zeggen kon
was voelbaar.*

Rutger Kopland¹

1

Geheimen.

Iedereen heeft geheimen. Tussen de 58% en 99% van ons heeft een of meer geheimen, las ik in de *Libelle*, en ruim de helft van onze geheimen delen we met tenminste één persoon. Soms zijn geheimen schokkend en groot en zijn ze een last. Het kunnen familiegeheimen zijn. Maar het kunnen ook eigenaardigheden zijn of gewoontes waarvoor je je schaamt. Toen een paar jaar geleden een boek verscheen over het onderwerp, kreeg het veel publiciteit en werden er nogal wat artikelen over geschreven.²

De meest voorkomende geheimen gaan over

- onderwerpen die met seksualiteit te maken hebben
- relatieproblemen
- ziektes en vooral psychische ziektes
- financiën: niet eerlijk zijn over je inkomen, schulden en frauduleuze acties
- zelftwijfel, twijfel over jezelf als partner, medewerker, baas

Er zijn natuurlijk ook geheimen die verjaren. Wat je als kind geheim hield voor je vriendinnetjes is later niet meer zo relevant. En er zijn geheimen die niet meer geheim zijn en die toch niet verjaren, zoals oorlogsgeheimen. De gevolgen ervan laten vaak tientallen jaren later nog sporen na in een leven van iemand. Er zijn ook geheimen die nooit verteld worden. Of die je per ongeluk achterhaalt.

Het vertellen van geheimen kan opluchten en nieuwe wegen openen. Uit onderzoek naar geheimen blijkt, dat het vaak beter is je geheimen te delen dan ze voor je te houden.

Geheimen vreten aan je. Je wilt er niet aan denken, maar omdat je het niet wilt, denk je er juist meer over. Geheimen leiden naar stress, verhoogde bloeddruk en een snellere hartslag. Als dat blijft duren is dat natuurlijk niet best voor het lichaam.

¹ Fragment uit het gedicht *I Over de geheimen van het leven* in een cyclus *Gesprekken* van Rutger Kopland. In: *Gedichten*. G.A. van Oorschot, Amsterdam, 1999

² Een paar van de artikelen die ik las en die mij dienst bewezen bij deze oefening:

Renate van der Zee: *Gezonde geheimen*. In: NRC Weekblad, 31 oktober 2009

Mirre Bots: *Geheimen. Soms zijn ze zo zwaar dat vertellen het beste is*. In: *Mind Magazine*, 2009

Marloes Keizer: *Geheimen uit het verleden. Opbiechten of opbergen?* In: *Libelle*, nummer 43, 2009

Ingrid Beckers: *Psychologie van wat we niet vertellen*. In: *Dagblad De Limburger*, 21 november 2009

Alle artikelen bespreken het boek van Andreas Wismeijer en Mirre Bots: *Geheimen. De psychologie van wat we niet vertellen*. Nieuw Amsterdam, Amsterdam, 2009

Kortom, een spannend thema. Geheimen zijn stof voor verhalen.
Deze week gaan we op zoek naar een persoonlijk geheim dat verteld mag worden.

2

Loop eens door je eigen leven heen in gedachten met de volgende vragen:

- Welke geheimen had ik vroeger, welke geheimen heb ik nu?
- Welke geheimen hadden de mensen om mij heen?
- Waren er familiegeheimen? Of dingen die eenvoudigweg niet verteld werden?
- Welke geheimen werden mij toevertrouwd in mijn leven en wat deed ik ermee?
- Welke geheimen achterhaalde ik, per ongeluk, of na lang zoeken?

Zoek naar verhalen in je leven die te maken hebben met geheimen. Het hoeven niet je eigen geheimen te zijn, het kan ook een verhaal zijn over het geheim van een ander. Kijk als je dat behulpzaam vindt op de websites die gaan over geheimen en laat je inspireren door de geheimen van anderen.³

Maak een lijst met geheimen, situaties en verhalen rond geheimen die je je herinnert. Maak een cluster.

Kies vervolgens één geheim uit (dat je wilt vertellen of beschrijven, het hoeft echt niet je grootste geheim te zijn!) en werk dat via de associatieoefeningen verder uit, zodat je genoeg ideeën, beelden, geluiden, kleuren, geuren, smaken, gevoelens en gedachten verzamelt voor je verhaal.

3

Schrijf nu het verhaal over het geheim. Stel je voor dat je het verteld aan iemand die jou niet kent en die het geheim zeker niet kent. Vertel zo minutieus mogelijk waarover het gaat, wie er bij betrokken waren, in welke tijd het gebeurde en op welke plaats. Vertel ook hoe jij het beleefde en wat jouw gedachten nu over het hele verhaal zijn. Achteraf denk je er vaak heel anders over dan vroeger, toen het zich afspeelde. Geef het verhaal een titel.

4

In een groep:

Lees aan elkaar de verhalen voor.

5

Wat je nog meer kunt doen:

- ❖ Schrijf het verhaal nog een keer vanuit een ander perspectief. Kruip dan in de huid van een van de betrokken personen. Je vertelt het verhaal vanuit het perspectief van die persoon in de ik-vorm. Die persoon kun je zelf zijn, maar dat kan ook een ander zijn. Als er meer personen betrokken zijn, is het boeiend om het verhaal vanuit het perspectief van elke persoon te herschrijven. Verdiep je daarbij in mogelijke motieven en ideeën van die personen. Waarom reageerden ze zoals ze deden? Probeer die persoon zo nauwkeurig mogelijk te volgen in het verhaal. Elke persoon heeft waarschijnlijk een heel ander verhaal.
- ❖ Beschrijf een klein geheim uit je kindertijd. Of schrijf over je eigen omgaan met geheimen. Ik herinner me bijvoorbeeld dat ik het helemaal niet kon, iets geheim houden: Ik vond het zo spannend om een pakje te maken voor pakjesavond, dat ik mijn moeder al lang had verteld welk een fantastische vogel ik voor haar en mijn vader had gevonden: kurketrekker en flessenopener in één.

³ www.geheimenvan.nl : daarop staan meer dan 2000 geheimen die mensen anoniem instuurden. En er is ook nog www.briefgeheimen.nl

Het gouden schaatje

Ze is nog maar klein, het meisje. Ze vraagt weinig, omdat ze voelt dat haar moeder een te zware last op haar schouders torst. Moeder heeft de zorg voor haar en haar twee zusjes. En omdat het oorlog is, zijn er acht extra gasten, de onderduikers! Ze moeten schuilen, ze zijn Joods en worden vervolgd, alleen daarom! Moeder en 'heit', de vader, besluiten als de oorlog begint zich niet zomaar over te geven en gaan bij het verzet. Zo gebeurt het dat er in het huis van het kleine meisje geen vijf, maar dertien mensen wonen. Het moeilijke eraan is, dat niemand, maar dan ook niemand, weten mag dat er acht en soms wel meer onderduikers zijn.

Ook het kleine meisje en haar twee zusjes mogen het niet weten. Alle deuren hebben sloten en haakjes, zodat elke deur aan de binnenkant en aan de buitenkant afgesloten kan worden. En zo wordt haar huis een huis vol geheimzinnigheid. De vader en moeder bepalen of zij en haar zusjes ergens in of uit mogen gaan, naar de wc of de tuin of naar buiten. Eigenlijk wordt het kleine meisje een beetje gevangen gehouden. Ze begrijpt er helemaal niets van. Soms, als ze langs de deur van de achterkamer loopt, hoort ze vreemde geluidjes en wordt ze heel bang. De moeder merkt het en stelt haar gerust: 'Ach, daar ligt rommel van heit... Verder is er niets bijzonders.' Het meisje knikt en zegt niets meer. Moeder ziet er moe en zorgelijk uit, ze wil het haar niet moeilijk maken. Dan brengt moeder haar haastig naar de voorkamer, draait de deur op slot en gaat voor het eten zorgen in de keuken.

Het meisje trekt zich terug, ze pakt haar popje, drukt het tegen zich aan en fluistert: 'Je hoeft niet bang te zijn hoor. Ik blijf bij je.' Na een tijdje pakt ze haar mandje met oude lapjes en restjes wol. Met haar handjes tussen de mooie stoffes en kleurige bolletjes, droomt ze langzaam weg. Ze droomt van heerlijk warme wollen vestjes en mooie jurkjes voor de pop en vergeet zo de kou in de onverwarmde kamer. In haar droom heeft ze een piepklein schaatje, waarmee ze de lapjes knipt en een heel fijn jurkje maakt voor haar pop. Als de deur open gaat, schrikt ze op, wég is de verrukking. Als haar moeder vraagt wat er is, vertelt ze van het schaatje en hoe graag ze er een zou willen hebben. Moeder glimlacht lief. 'Kom kind, we gaan zo eten.' Samen met haar zusjes, heit en moeder eet ze het karige maal, dat het hongergevoel nooit helemaal doet verdwijnen.

Dan is het tijd om naar bed te gaan. Het meisje slaapt met haar twee zusjes op een kamer. Elke avond prompt om zes uur draait moeder hun deur aan de buitenkant op slot en roept dan nog: 'Welterusten lieve kindertjes...' De drie meisjes praten nog even, diep onder de wollen dekentjes gedoken, en vallen warm en rozig in slaap. De volgende morgen schijnt, door een kier van de gordijnen, voorzichtig een straaltje licht op het kastje naast het bed van het meisje. Als door een toverstokje aangeraakt opent ze haar ogen en dan ziet ze op het marmeren blad iets glanzen - het lijkt wel goud! Ze kijkt en kijkt, wrijft nog eens in haar ogen en ontdekt een piepklein schaatje. Aarzelend pakt ze het kleine wonderding. Het is geknipt uit goudkarton. Voorzichtig houdt ze het vast, aait er zachtjes over en voelt zich zo blij, zo gelukkig... Met het kleine gouden schaatje kun je niet knippen, maar toch is dit het allermooiste geschenk van haar leven. Het liefste dat iemand het meisje kon geven.

Rietje de Haan-Kooistra⁴

⁴ In: José Franssen: *In mijn koffer op zolder. Levensverhalen van ouderen voor ouderen*. Bohn Stafleu van Loghum, Houten, 2008

Ik ben helemaal alleen, er is buiten dit gebouw niemand op de wereld die me kent, al mijn eigen familie, dat handjevol dat er ooit was, mijn winterkoninkje van een moeder waarschijnlijk voorop, ze zijn nu allemaal overleden. Mijn kwellers zijn volgens mij ook voor het merendeel overleden, en dat komt allemaal omdat ik nu een stokoude vrouw ben, ik ben misschien wel honderd, hoewel ik dat niet weet, niemand weet het. (...) Niemand weet zelfs maar dat ik een verhaal heb. Volgend jaar, volgende week, morgen, zal ik vast en zeker zijn overleden, en er zal voor mij maar een kleine kist nodig zijn en een nietig gat. Er zal nooit een steen bij mijn hoofd staan, en wat maakt het ook uit.

Maar misschien zijn alle menselijke dingen klein en nietig.

Overall om me heen heerst stilte. Mijn hand is goed en ik heb een mooie balpen vol blauwe inkt, gekregen van mijn vriend de dokter, omdat ik zei dat ik de kleur ervan mooi vond – hij is eigenlijk best een geschikte vent, misschien zelfs een filosoof – en ik heb een stapel papier gevonden tussen andere overbodige spullen in een voorraadkast; ik verberg deze schatten onder een losgeraakte vloerplank. Ik schrijf mijn leven uit op overbodig papier – overschot van de behoeften. Ik begin met een schone lei, een leeg vel – veel lege vellen. Want ik zou nu dolgraag een verslag achterlaten, een soort wankele en eerlijke geschiedenis van mijzelf, en als God me de kracht geeft zal ik dit verhaal vertellen en het opsluiten onder de vloerplank, en dan zal het me een vreugde zijn naar mijn eigen rustplaats te gaan onder de zoden van Roscommon.

Sebastian Barry⁵

Elise (49): ‘Negen jaar geleden heb ik een affaire gehad. Het heeft een jaar geduurd maar mijn man weet hier niets van. Na al die tijd hangt het nog steeds als een molensteen om mijn nek. Wat nou als het toch een keer uit komt? Waarschijnlijk kan ik het hem dan beter zelf zeggen. Maar ik ben zo bang dat het ons huwelijk kapot maakt.’

Deborah (38): ‘maanden was ik al aan het solliciteren naar een administratieve functie, maar keer op keer werd ik afgewezen omdat ik geen diploma heb. Omdat ik zo wanhopig werd van al die afwijzingen én omdat ik wist dat ik het werk goed aan zou kunnen, heb ik op een gegeven moment gelogen op mijn cv. Ik heb erop gezet dat ik de opleiding die ik net niet heb afgemaakt, wél had afgerond. Nu ben ik heel bang dat iemand erachter komt.’⁶

Geheime kamer

Kale bomen langs de gracht verhullen niet langer het bezit van een radiotoestel voor het raam van de eerste verdieping. De NSB-familie aan de overkant mag het zien. Zij kregen een vergunning van de Duitsers en mogen hun radio houden. Mijn vader houdt hem gewoon. ‘Laten ze maar denken dat ik NSB-er ben.’ De potkachel in de kamer snort en stinkt naar hout en slechte kolen. Een pan suikerbieten staat uren te sudderen. Moeder probeert met Joke het huishouden draaiende te houden. Nu Joke en haar jongere zusje moeten onderduiken omdat ze een Joodse moeder hebben, is er voldoende hulp. Behalve de suikerbieten is er ook voldoende brood. Geruild bij de bakker tegen melk en boter van vaders melkfabriek. Echte honger ken ik niet. Er is

⁵ In: Sebastian Barry: *De geheime schrift*. Vertaald uit het Engels door Johannes Jonkers. Querido, Amsterdam, 2010

⁶ In: Marloes Keizer: *Geheimen uit het verleden. Opbiechten of opbergen?* In: *Libelle*, nummer 43, 2009

genoeg te eten en er wordt te veel gekookt. Toch blijft er niets van over. De kinderen vragen niets, maar zijn wel nieuwsgierig.

Die avond dat moeder en vader samen uitgaan en Joke en haar zusje op hun kamer zijn, vindt mijn oudste broer, die veertien jaar is, de lange sleutel van de deur achter de boekenkast. Daar is de studeerkamer met het grote bureau, de luie leren stoelen en een groot wit paard op een schilderij. Deze kamer is al enige tijd verboden voor kinderen. Wij willen wel eens weten wie daar zit. Zachtjes wordt de boekenkast opengeduwde en ik kijk in de verschrikte gezichten van vier mannen die zenuwachtig beginnen te lachen als er alleen maar kinderen binnenkomen.

Ze vertellen hun ontsappingsverhaal. Opgepakkt tijdens een razzia in Rotterdam. Mijn vader gaf hen heimelijk armbanden van de Organisatie Voedselvoorziening. Daarmee liepen ze langs de Duitse militairen en vader nam hen mee naar huis. Hier zitten ze al enige tijd opgesloten en zijn blij met kinderen die naar hun verhaal willen luisteren en meedoen met een spelletje mens-erger-je-niet. Als ze horen dat er nog een radio in huis is, lopen we voorzichtig naar de goed verduisterde voorkamer. De onderduikers draaien aan de knoppen van het donkerbruine radiotoestel. Het witte smalle lijntje loopt langs Moskou, Rome, Hilversum, Berlijn, Parijs en Londen. We horen Nederlands, veel Duits en dan Engels. Mijn eerste Engelse woorden.

Als vader en moeder thuiskomen, lig ik in bed. Het huis is stil en de boekenkastdeur dicht. Toch vraagt moeder mij de volgende dag: 'Breng jij even het eten naar de studeerkamer?'

Klari Boer⁷

De man die als student een sociale eetfobie ontwikkelde en daar vervolgens zijn leven zo omheen bouwde dat hij alle gezamenlijke eetmomenten uit de weg ging. Hij raakte ervan in een isolement, ging steeds meer drinken en verloor tenslotte zijn vriendin. Of de grootvader die in zijn jonge jaren per ongeluk een kind doodschoot. Hij besloot in een split second de waarheid geweld aan te doen en tegen de politie te zeggen dat het kind dat zelf gedaan had, maar hij heeft hier een leven lang wroeging over gehad. Hij sliep slecht, kwam niet goed uit de verf op zijn werk en ook in zijn gezin was hij soms emotioneel afwezig.

Mirre Bots⁸

'Maar vaak gaat het juist om triviale dingen die in het hoofd van de geheimhouder zijn uitgegroot. (...) neem cabaretier Marc Marie Huibregts die jarenlang verzweeg dat hij kaal is. Waar maakt hij zich druk om, zullen veel mensen denken. Maar hij liep al tien jaar in het geheim met een pruik en ervoer dat als een zware last.'

Andreas Wismeijer⁹

José Franssen

www.josefranssen.nl

⁷ In: José Franssen: *In mijn koffer op zolder. Levensverhalen van ouderen voor ouderen*. Bohn Stafleu van Loghum, Houten, 2008

⁸ In: Mirre Bots: *Geheimen. Soms zijn ze zo zwaar dat vertellen het beste is*. In: *Mind Magazine*, 2009

⁹ In: Ingrid Beckers: *Psychologie van wat we niet vertellen*. In: *Dagblad De Limburger*, 21 november 2009