

Vanuit mijn hart

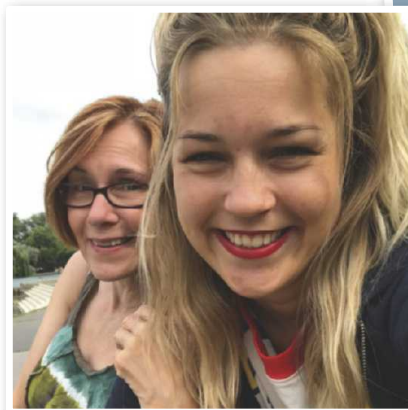
Zeg jij weleens hardop wat iemand voor jou betekent? Vaak nemen we daar de tijd niet voor. Zonde. In deze rubriek laten we een lezeres aan het woord die niet langer wil wachten.

Lieve mam,

Wat ben ik blij met jou als moeder. En wat fijn dat we elkaar door de jaren heen steeds beter hebben leren begrijpen. **Dat was vroeger wel anders. Toen begrepen we elkaar vaak niet en dat leidde regelmatig tot ruzie.** Over het opruimen van mijn spullen, bijvoorbeeld. Als jij zei dat ik dat moest doen, deed ik het wanneer ik daar zin in had. Of ik gaf een grote mond. Het leek of jij Chinees sprak en ik Japans. Door mijn directe en temperamentvolle karakter zei ik precies wat ik dacht en had ik vaak een weerwoord. Ik kan me voorstellen dat dat niet makkelijk moet zijn geweest.

Toch was je er altijd voor mij, ook toen ik op school werd gepest. Als een leeuw beschermde je me. Zo stapte je naar de leraar, praatte je met de ouders van de pestkoppen en hield je me thuis als ik overstuur was. Het pesten stopte op mijn vijftiende, maar helaas zat ik op mijn zeventiende opnieuw niet lekker in mijn vel. Ik vond mezelf niet goed genoeg en kreeg nergens energie van. In een brief schreef ik jou dat het leven voor mij niet meer hoefde. Dat was voor jou heftig om te lezen. **De pijn, het verdriet en de angst in je ogen zal ik nooit vergeten.** Je maakte je grote zorgen, maar zette je eigen emoties opzij en zocht samen met mij hulp. Anderhalf jaar lang ging ik naar een psycholoog en vooral dankzij jou en papa krabbelde ik weer op.

Tien jaar later ging ik op mijn 25ste in mijn eentje op reis naar Australië. Je vond het spannend, maar gunde mij dit mooie avontuur. Opvallend



Stephanie (35) en haar moeder Jeanet (60).

'Als mijn trouwste cheerleader juich je al mijn plannen toe'

genoeg spraken we elkaar tijdens mijn reis vaker dan thuis. **Je kwam zelfs naar Australië om drieënhalve week met me mee te reizen. Het was een fantastische tijd** waarin we veel ontdekten en lachten, en dichter tot elkaar kwamen.

Inmiddels zijn we tien jaar verder en onze band is veel beter dan vroeger. Vooral dankzij een van onze gesprekken een paar jaar geleden. Ik zat midden in mijn coachingsopleiding en wilde graag van jou weten waarom we vaak zo heftig op elkaar reageerden. Wat deed ik waardoor jij je zo getriggerd voelde? **Opeens kwam het hoge woord eruit: ik deed je denken aan het overheersende karakter van je eigen moeder.** Je was de jongste van negen kinderen en oma had vlak na je komst haar man, jouw vader,

verloren. Hierdoor was ze onbewust erg beschermend over jou en hield ze je klein. En door mij voelde je je vaak daarmee geconfronteerd. Toen je dat zei, dacht ik meteen: nu begrijp ik het, hier moet ik iets mee. Sindsdien pak ik onze gesprekken heel anders aan en let ik beter op hoe ik dingen zeg. Doordat we eindelijk eens goed naar elkaar luisterden, kwam er ruimte voor verandering. **Sindsdien praten we veel meer en beter met elkaar.**

Lieve mam, bedankt voor je onvoorwaardelijke liefde en steun. Het maakt niet uit wie ik ben, wat ik doe of waar ik ben, jij bent mijn allergrootste fan. Nu ook weer met het opzetten van mijn eigen bedrijf en mijn komende reis naar Colombia. Als mijn trouwste cheerleader juich je al mijn plannen toe. En daar ben ik je heel erg dankbaar voor.

Liefs, Stephanie