



In gesprek gaan over wat er in mijn hoofd speelde kon ik niet of nauwelijks, door angst en schaamte die zo overweldigend was, dat ik dat grotendeels vermeed. Vermijding was één van de hoofdkenmerken van mijn problemen naast dissociatie, zoals dat eigenlijk voor veel getraumatiseerden geldt. Ik deed dat niet expres, dat gebeurde zonder dat ik me dat bewust was. Het gevolg was echter wel, dat ik ook schuw werd. Mensenschuw. En dat werkte door in al mijn contacten met mensen.

Omdat taal mij ontviel om uit te drukken hoe ik mij voelde, wat er met mij was gebeurd, begon ik te tekenen en te schilderen. Het moest eruit. Op een totaal onderbewust niveau moesten de emoties zich een weg banen naar

boven. Ik ben daar niet uniek in. Veel mensen die trauma's meemaken, beginnen op enig moment te tekenen, gedichten te schrijven of te schilderen, of zoeken een andere manier van expressie voor hun emoties.

Eigenlijk gaat de expressie uit vóór de taal, het symbool voor het verhaal.

*Het is heel  
moeilijk om  
goed te  
luisteren naar  
overlevenden*

Het is hier als het ware een eerste communicatie naar de wereld. Zo waren de tekeningen en schilderijen voor mij een eerste onbewuste roep om hulp en aandacht, en zijn de schilderijen en tekeningen sinds enkele jaren ook een wezenlijk onderdeel binnen de therapie geworden voor mij.

Maar het is heel moeilijk om goed te luisteren naar overlevenden. Zo heb ik het althans ook zelf moeten onder vinden. Ik begrijp hoe moeilijk het is iemand te horen die zelf nauwelijks taal heeft om de verschrikkingen te vertellen. Ik begrijp hoe moeilijk het is om binnen de setting van taal, die theologie en kerk biedt, iemand aan het woord te laten die zwijgen als taal is opgedrongen.