

verwondering



verwondering

*Hoe God wil troosten na
seksueel geweld*

MARIANNE VAN WAGENINGEN

 J/groen

Verwondering
Hoe God wil troosten na seksueel geweld
Wageningen van, A.A.

ISBN 9789088972713
NUR 711
C-NUR 035

Omslagontwerp: Flashworks ontwerpers, Kampen
Boekverzorging: Gewoon Geertje

De bijbelteksten in deze uitgave zijn,
tenzij anders aangegeven, ontleend
aan de Herziene Statenvertaling, © 2010 Stichting HSV.

© 2021 UITGEVERIJ GROEN – HEERENVEEN
Alle rechten voorbehouden.

Uitgeverij Groen is onderdeel van
Royal Jongbloed Publishing te Heerenveen.

www.royaljongbloed.com
www.uitgeverijgroen.nl

Aanbevelingen

Het zou wat mij betreft goed zijn als een boek als dit veel en verschillende soorten lezers krijgt. Allereerst vooral de lezers die weten waar Marianne over schrijft. Om uit de eenzaamheid, de schaamte, de vervreemding en soms ook de zelfhaat te komen (die deze desastreuze aantasting van lichaam en ziel veroorzaakt) heb je betrouwbare en kundige gidsen nodig. Marianne is wat mij betreft zo'n gids. Dat is iets om te koesteren.

Maar ik gun het boek ook aan familieleden, vrienden en vriendinnen, professionals en ook: aan ambtsdragers. Hoe essentieel is het dat je iets gaat begrijpen van wat er innerlijk met je gebeurt, wanneer je in pastorale contacten deze vragen aantreft. En hoe goed is het wanneer predikanten taal ontvangen, waardoor in hun publieke gebeden iets hoorbaar is van tact, zorgvuldigheid en openheid. Zo'n gebed kan functioneren als balsem voor de ziel, en soms ook als aanleiding om tot contact te komen. Dit boek kan tot die taal en dat inzicht leiden.

Je voelt in de taal het fysieke, mentale en gelovige gevecht dat Marianne heeft moeten voeren om tot hier te komen: tot deze erkenning, tot dit onder-ogen-zien, tot dit verder-willenkomen. Het boek leest als een verslag van een proces, van een strijd. Maar ook van een, met horten en stoten, bevrijdende beweging. In die zin is dit ook echt een geloofsboek.

Als trainer van predikanten beveel ik het boek van harte aan.

Dr. Kees van Ekris, Programmaleider Areopagus/IZB

Marianne van Wageningen doet in dit boek integer verslag van haar worsteling na een verkrachting. Het hele scala aan emoties verwoordt zij, haar worsteling is invoelbaar. Steeds betreft zij haar geloof daarbij, met inbegrip van de vragen en twijfels die zij ervaart in haar relatie met God.

Op een uitnodigende manier nodigt zij de lezer uit om ook zelf te reflecteren, of je nu zelf beschadigd bent door seksueel geweld, of betrokken bent bij iemand die dat meemaakte. Verwerken verloopt niet in een rechte lijn binnen een bepaalde tijd, het is een intensief proces dat in golven verloopt.

Een zinvolle aanvulling op de boeken die er zijn over dit onderwerp.

Anneke Kaldeway-Jansen, psychotherapeut

Inhoud

Aanbevelingen	5
Inleiding	13
Oneindige afgrond	17
Seks: lijm, slijm of ontkenning van je zijn	23
Het is jouw zonde niet!	31
Ontheiligd, maar ten diepste onaantastbaar	41
Geen antwoord, wel troost	49
Verwondering; een lied dat nog te hoog voor ons is ... maar het is zijn schuld!	57 65
Verlangen naar recht	75
Zuivere boosheid	83
Gebroken schoonheid	89
Gevoelens versus waarheid	95
Zijn liefde is jouw bron van liefde	105
Vragen die blijven	111
Een slinger van gewonde mensen	119
Een volheid in mijn brievenbus	129
Pitbullaanvallen	141
Heerlijkheid	149
Geen grotere liefde	157
De Trooster	167
Vertrouw op Mij	179
Zorgeloos huppelen	189
Nog even dit	195
Dankwoord	197
Bijlage	201
Literatuurlijst	205

*Die ons troost in al onze verdrukking,
zodat wij hen kunnen troosten
die in allerlei verdrukking zijn,
met de vertroosting waarmee wij zelf
door God getroost worden.*

(2 Korinthe 1:4)

Voor wie vluchtig kijkt, fiets ik vrij makkelijk door het leven. Maar al fietsend verschijnt niet alleen het Hollandse landschap met zijn grazende koeien, huppelende lammetjes en bermen vol bloeiende bloemen op mijn netvlies. Geregeld en meestal onverwacht word ik met ondragelijke beelden geconfronteerd die mij volledig overweldigen. Beelden die in mijn geheugen zijn gegrift en me het gevoel geven tegen een muur op te fietsen, als ik al de energie kan vinden om mijn trappers draaiend te houden ... Ook ik ben een van die een op de acht vrouwen¹ die is verkracht.

Toen het net was gebeurd, troostte God Zelf mij met de woorden uit Lukas 22:31 en 32: '(...) zie, de satan heeft u allen opgeëist om te ziften als de tarwe. Maar Ik heb voor u gebeden dat uw geloof niet ophoudt.' In eerste instantie bleef het hierbij en las ik niet verder. Tot God Zelf mijn leven weer volledig overhoop gooide en mij wees op het vervolg van het laatste vers: 'En u, als u eens tot inkeer gekomen bent, versterk dan uw broeders.' Dit boek is mijn poging om door te geven wat God mij heeft geleerd.

¹ Medisch Contact, 1 augustus 2019, blz. 16 ('Een op de acht vrouwen en een op de vijftientig mannen zegt "ja" op de vraag of ze ooit verkracht zijn.')

Inleiding

De hoofdreden voor dit boek ben jij, mijn zuster of broeder, die net als ik op een of andere manier geschonden en daardoor gewond is. Een wond die maar moeizaam geneest, of die misschien veel te groot is. Een wond die misschien nog steeds bloedt of waar pus uit komt vanwege een lelijke infectie die erin is gekomen.

Door wat er met je gebeurd is, zit je misschien in een isolement. Dan kan het moeilijk zijn om iemand te vinden met wie je je ervaring kunt delen. Misschien kan dit boek een opstapje zijn om dit isolement te doorbreken. Je kunt het aan iemand laten zien en zeggen: ‘Zij snapt een beetje waar ik in zit, zou je het willen lezen en mij willen helpen om verder hulp te zoeken?’

Ken je iemand met zo’n grote wond? Ook dan is dit een relevant boek voor jou. Grote kans dat het intense lijden van die ander je het gevoel geeft met lege handen te staan. Of misschien begrijp je niet goed waarom diegene niet sneller over zijn of haar nare ervaring heen probeert te stappen. Zoals ik iemand die seksueel geweld was aangedaan door haar opa ook niet zo goed begreep voordat ik zelf verwond werd. Ik luisterde naar haar, had erg met haar te doen, maar dacht ook: Het is nu voorbij, waarom blijf je er nog bij stilstaan? Waarom ga je niet gewoon verder met je leven? Ik heb aan den lijve ervaren dat dit niet lukt.

Ik vermoed dat veel Nederlanders minimaal één keer in hun leven in de Noordzee gezwommen hebben. Voor iedereen was dat een unieke ervaring, ook al ging het om hetzelfde natte water en dezelfde zilte zeelucht. Toch kan niemand anders tegen je zeggen: 'Ik weet hoe jij je voelde toen je voor het eerst de Noordzee in dook.' Want het is wel degelijk een verschil of het eb of vloed was, of het windkracht 7 vanuit zee of windkracht 2 vanaf land was. Of er veel kwallen in de zee waren, de zon heerlijk scheen of dat de regen met bakken uit de hemel kwam. Zo zegt mijn verhaal wel iets, maar is iedere ervaring met seksueel geweld uniek en gaat ook iedereen er op zijn of haar eigen wijze mee om.

Naast mijn laptop staat een mooi vaasje met verschillende bloemen, gekregen van mijn zusjes. Als ik ernaar kijk, voel ik me geliefd. Heel geliefd, want het zijn niet de enige bloemen die ik heb gekregen. Ook vriendinnen brachten mooie bossen mee. Ze hebben allemaal de pijn in mijn ogen gezien en zijn er niet voor weggelopen. Ze sloegen juist die arm om me heen die ik zo keihard nodig had. Ze luisterden naar mijn verhaal en ze voelden iets van wat mij verlamde: machteloosheid. Ik voelde dat ze graag mijn pijn wilden wegnemen, en hoewel ze dit niet konden, bagatelliseerden ze die gelukkig niet. Ze deden wat ze wél konden: naar me luisteren, voor mij bidden en me bloemen geven. Dit gun ik jou ook, omdat ik uit ervaring weet dat we elkaar nodig hebben. Het tonen van je wond is de eerste stap naar herstel.

Verwondering komt voort uit mijn wens om voor jou als die ene vriendin te zijn die iets van mijn pijn herkende. Terwijl ik naar haar luisterde en hoorde over haar tranen, haar gevoel van onrecht en miskennis, kwam er meer begrip voor mijn eigen pijn en verdriet. Nooit zal ik vergeten (tenzij mijn hersenen worden aangetast) hoe zij er een denkbeeldige liniaal bij pakte. Het feit dat ze haar verdriet 'vijf centimeter' noemde, vergeleken

bij mijn 'meter' aan pijn en onrecht, gaf mij de erkenning die ik zocht.

Het kan goed zijn dat mijn verhaal, vergeleken met het jouwe, ook maar 'vijf centimeter' is. Dat ik slechts een klein tipje van jouw grote verdriet verwoord en af en toe de plank faliekant missla. Als ik las over incest of seksueel geweld binnen kerkelijke gemeenten, drong het tot mij door dat het allemaal nog pijnlijker en ingrijpender had kunnen zijn.

Niemand moet denken dat hij of zij na het lezen van dit boek weet hoe het zit, want je leest geen handboek. Ook is het geen praktische gids over hoe je het beste kunt handelen direct na seksueel geweld. Die praktische tips zijn vrij makkelijk te vinden op internet.² Zoek ze op en maak gebruik van de hulp die er is!

Tijdens (en voor) het schrijven van dit boek heb ik het nodige gelezen, maar ik beschrijf voornamelijk mijn eigen ervaring. Daarbij ga ik niet in op de feitelijke gebeurtenis, maar richt ik me op het universele en herkenbare bij het verwerken van seksueel geweld.

Als ik kon, zou ik al mijn woorden omwikkelen met een heleboel watten en daarover een dikke laag zacht bont leggen. Want ik weet welke kracht woorden hebben en hoe snel ze anderen kunnen verwonden. Het liefst wil ik dat mijn woorden jou geen pijn doen, dat je ze gewoonweg niet herkent, omdat je ze nog nooit eerder bent tegengekomen. Maar als de cijfers een beetje kloppen, is de kans groot dat mijn woorden aan jouw pijn raken. Ik hoop dat mijn woorden troostend mogen zijn en ik bid dat er iets van Gods oneindige liefde in mag meekomen. Hoewel ik schrijf over een pijnlijk onderwerp, heb ik geprobeerd om het toch ook luchtig te houden.

² www.centrumseksueelgeweld.nl