Lale Gül
IK BEN VRIJ

2024 Prometheus Amsterdam

© 2024 Lale Gül
Omslagontwerp Jan van Zomeren
Foto omslag Annaleen Louwes
Illustraties p. 304 Art Collection 2/Alamy Stock Photo (links)
en Fototeca Gilardi/Bridgeman Images (rechts)
www.uitgeverijprometheus.nl
ISBN 978 90 446 5582 7

Het consult

De psycholoog kijkt me lief aan. Dat is het enige goede woord: lief.

'Zo dan, mevrouw Guul,' zegt meneer Köhler, terwijl hij op zijn beeldscherm kijkt, met zijn nek naar boven gestrekt, kin omhoog en half samengeknepen ogen. Zijn bril ligt op tafel.

'Mevrouw Lalle, zeg ik het zo goed?'

'Laale,' verbeter ik hem.

'O ja, natuurlijk, zoals het er staat,' zegt hij glimlachend. Het is de warmste glimlach die ik in tijden heb gezien. Hij heeft er ook echt het hoofd voor, om zo warm te lachen.

Hij klikt nog wat dingen aan en fronst zijn wenkbrauwen. Ik ga ervan uit dat het niets met mij te maken heeft. Hij lijkt met zijn hoofd ergens anders. Hij ziet er ook een tikkeltje onverzorgd uit; zijn grijze haren steken alle kanten op, zijn witte overhemd is niet goed gestreken en bevat een lichte koffievlek, althans, dat denk ik, en zijn algehele uitstraling is nogal... kleurloos en afwezig. Mijn vermoeden is dat hij in een scheiding zit, dat is gewoon mijn associatie met overrompelde, afwezige mannen. Het zijn vaak toch de vrouwen die de mannen een beetje bij elkaar rapen.

'Zo, nou, goed. Welkom. U heeft via de huisarts een psycholoog aangevraagd, staat hier. Verder zie ik niets staan. Wat is de

reden voor die aanvraag? Kunt u mij dat zo helder mogelijk proberen te vertellen?' zegt hij, terwijl me indringend aankijkt met z'n licht Aziatische ogen. Hij is indo, vermoed ik.

Hij leunt achterover.

Ik heb sterk het idee dat deze man overbelast is en dat ik de zoveelste patiënt ben vandaag, het is immers al vier uur. Dat zou overigens niet gek zijn, want bijna alle psychologen in mijn buurt hebben een aanmeldstop. Daar kwam ik achter toen ik op websites keek en rondbelde, op zoek naar iemand die plek had voor mij.

Ik vind het bijna zielig voor hem dat ik hier nu mijn ellendige verhaal uit de doeken moet doen. Deze man moet gewoon met pensioen en in de tuin zitten met een kop gemberthee, niet ellendige verhalen aanhoren de godganse dag. Ik gun het hem zo. Ik wil bijna weer vertrekken en die man een uur pauze gunnen. Maar goed, het is maar dat ik inmiddels wéét dat altijd mooi weer spelen niet goed voor je is.

'Ik, eh... Ik ga m'n best doen het zo goed mogelijk te vertellen. Ik... Vraagje: kent u mij toevallig? Heeft u me al gegoogeld, of iets over mij gehoord?'

Dat vraag ik niet omdat ik me zo bekend waan, maar omdat ik gewoon even wil weten waar ik moet beginnen. Als hij me niet kent, moet ik het hélemaal vanaf het begin vertellen. Hoewel ik niet weet waar dat is, het begin.

'Nee, nee, dat heb ik niet,' zegt hij.

Ik kan zien dat hij dat echt niet heeft gedaan. Deze man heeft geen idee. Eigenlijk wel beter voor mij zo, het voelt fijner.

'O, oké. Ik eh... Ja, de reden dat ik dat vraag is omdat ik nogal bekend ben, of nou ja... bekend, ja... mijn verhaal, in grote lijnen in ieder geval. Ik heb een boek geschreven waarin ik beschrijf hoe in mijn familie religie allesbepalend is. Al op jonge leeftijd werd ik ondergedompeld in een wereld van strikte regels en voorschriften, ik werd geacht te gehoorzamen aan de religieuze auto-

riteiten en mijn leven te wijden aan het volgen van de islamitische leer. Maar na verloop van tijd begon ik me steeds meer te realiseren dat deze religieuze praktijken me verstikten en mijn persoonlijke groei belemmerden. Daar gaat dat boek dus over,' zeg ik.

Alleen al deze introductie voelt als een bevalling.

'Wacht eens even. Bent u dat? Daar staat me iets van bij, ja,' zegt hij. Hij kijkt ernstig, alerter dan net.

'Ja, in het boek beschrijf ik hoe ik afstand neem van mijn islamitische opvoeding. Dat is me toen niet eh... niet in dank afgenomen,' zeg ik. 'Tenminste, door mijn familie niet, en door de moslimgemeenschap niet. Verder wel. Geloof ik. Ja, verder kreeg ik juist heel veel waardering. Het is maar hoe je het bekijkt,' zeg ik ongemakkelijk.

'God, nu u het zegt...' zegt hij, terwijl hij zijn bril boven op zijn hoofd zet, alsof hij me zonder bril beter ziet. Het is duidelijk dat hij zo veel mogelijk probeert terug te halen van wat hij ooit ergens gehoord of gelezen heeft. Ik zie zijn brein hard werken.

'U bent dat,' zegt hij ineens, wijzend met zijn pen. 'Ik heb uw boek niet gelezen hoor, maar er staat me wel veel van bij, u was een keer op tv, geloof ik.'

'Ja,' zeg ik glimlachend. *Zo'n honderd keer maar*, denk ik. 'Ik zal m'n best doen om het samen te vatten, zodat u een idee hebt.'

Hoe geef ik deze oude, vermoedelijk half witte man uit Bloemendaal een beeld van mijn leven, zonder iets te missen? Moeilijk. Haast onmogelijk dat hij zich er iets bij kan voorstellen, denk ik dan.

Die gedachte werkt verlammend. Niet echt motiverend. Ik moet geen vooroordelen hebben over deze man en zijn inlevingsvermogen, alleen maar omdat hij een prachtig en immens kantoor heeft in een van de rijkste gemeentes van Nederland en waarschijnlijk uit een welvarende en hoogopgeleide familie komt waar dit soort problemen al zo'n vier generaties niet meer

spelen. Ik zal het moeten proberen. Alleen dan kom ik erachter.

'Ik ben dus schrijver en columnist voor *Het Parool*. Ik ben vijfentwintig jaar. Ik woon hier sinds kort. Ik ben eigenlijk Amsterdammer,' zeg ik maar.

Hij knikt en kijkt me verwachtingsvol aan. Hij is kennelijk niet van plan om te sturen of vragen te stellen. Ik zal het verhaal toch echt zelf moeten vormgeven. Ik ga rechtovereind zitten. Dit kan ik.

'Ik woon hier sinds enkele maanden omdat ik in Amsterdam te vaak herkend werd en me niet meer veilig en anoniem kon bewegen. Daar heb ik nu veel minder last van, en het is hier ook een stuk witter natuurlijk, haha,' zeg ik.

Dit klinkt echt ongelofelijk racistisch zonder context, besef ik nu. Maar goed, dat verklaar ik later wel.

'Alhoewel ik nog wel af en toe bedreigingen krijg in mijn e-mail, soms zelfs met mijn huisadres erbij genoemd, maar dat is een ander verhaal,' zeg ik.

'O, vreselijk,' zegt hij, oprecht geschrokken. 'Waarom krijgt u die?'

'Eh, ja, goede vraag. Ik zou het zelf ook niet weten, maar ik denk omdat sommige mensen boos worden omdat ik mijn mening geef over het geloof waar ik mee ben opgegroeid. Als ik vanuit hún denkwijze moet denken, en dat vergt van mij echt buitengewoon veel inlevingsvermogen, dan is het denk ik... frustratie. Omdat ze denken dat ik met mijn mening de publieke opinie beïnvloed, waardoor hun religie door anderen, door mensen als u, die er dus niet in zitten, als minder fijn of mooi gezien wordt. Dat het dan, door mij, slechte reclame is voor die gemeenschap en hun identiteit, die voor sommige mensen kennelijk héél erg belangrijk is; hun identiteit en hoe dat naar buiten toe uitstraalt. Denk ik, hoor. Ik weet het niet zeker, want nogmaals: ik kan me daar zelf niets bij voorstellen, dat ik zo denk, of zo onzeker ben over mijn identiteit of god. Ik denk uit-

eindelijk dat ze een minderwaardigheidscomplex hebben. En met "ze" bedoel ik in dit geval moslims die bereid zijn mij een doodsbedreiging te sturen. Een beetje zoals onzekere mensen, die willen ook niet dat je grapjes maakt over hun uiterlijk of over wat ze niet kunnen. Je herkent een zelfverzekerd persoon aan zelfspot. Bij moslims is er gemiddeld gezien nul zelfspot, is mijn ervaring.'

Ik heb echt geen idee of deze man ook maar iets snapt van wat ik allemaal zeg.

'Dus omdat u negatief bent over uw geloof, vindt men dat ze u kunnen bedreigen?' vraagt hij.

Ja, het is zo krankzinnig dat deze man het ook niet begrijpt.

'Nou ja, ik schrijf en vertel eigenlijk niet meer dan een persoonlijk verhaal. Het zijn mijn persoonlijke ergernissen aan het geloof dat thuis gold, bij mijn familie, waardoor ik veel niet mocht. Maar dat hele geloof maakt me eigenlijk niet zoveel uit, daarbuiten. Ik bedoel... je zult altijd mensen hebben die er wél in geloven en daar gelukkig van worden, en dat is prima. Maar als ik niet eens mijn negatieve ervaringen ermee mag delen, of het geloof openlijk mag verlaten, zonder dat ik mijn leven zeker ben, vind ik het een totalitair en gevaarlijk geloof. Hetzelfde gold voor Ayaan Hirsi Ali: zij uitte haar ongenoegen over de islam, omdat haar clitoris was weggesneden wegens bepaalde teksten van dat geloof, maar toen ze zich daarover uitsprak moest ze het land ontvluchten. Ze wordt nog steeds elke dag beveiligd, met haar gezin. En voor Salman Rushdie, Theo van Gogh, Samuel Paty, Zineb El Rhazoui, enzovoorts geldt – of gold – hetzelfde,' zeg ik.

'Hm, zo ja, aha,' zegt hij. Ik kan zien dat hij niet weet wat hij met mij aan moet. Dat snap ik, je krijgt in Bloemendaal niet elke dag een bedreigde schrijver over de vloer. De kans is aanzienlijk dat ik de eerste ben.

'En wat doet dat met u, die bedreigingen?'

'Naja...'

Ik merk dat ik stilval en niet direct onder woorden weet te brengen wat het met me doet.

'Ik kan niet zeggen dat het mijn leven er veel fijner op maakt,' zeg ik maar. 'Ik accepteer het tegenwoordig als een gegeven en probeer er zo goed mogelijk mee om te gaan. Door het te negeren. Om "normaal" te kunnen functioneren. Maar er is natuurlijk niets normaals meer aan, aan mijn leven. Ik sta inmiddels al bijna drie jaar niet meer onbevangen in het leven. Alleen in het buitenland. Hier houd ik steeds mijn ogen en oren open als ik me op straat begeef. Het kost veel energie, alertheid. En het haalt veel genot en rust weg. Er gaat bijna geen dag voorbij dat ik me niet afvraag of iemand me herkent of een mogelijk gevaar vormt. Het is er, altijd. Ik heb overwogen om te emigreren. Elke keer stond ik op het punt om alles achter me te laten en te gaan, financieel gezien kon het gewoon... Maar het lukte me telkens niet. Ik heb hier mijn vriend, mijn broertje en zusje, mijn vrienden, mijn uitgeverij, de collega-schrijvers en de mensen die daar werken, met wie ik een band heb opgebouwd. Ik kan hier communiceren met mensen, ik ken de finesses van deze taal en cultuur, ik weet hoe alles een beetje gaat, het is mijn thuis. Ik wil helemaal niet weg moeten en opnieuw moeten beginnen in een oord dat ik niet ken. Ik heb dat drie jaar geleden ook al gedaan: opnieuw beginnen. Door het publiceren van mijn boek en afscheid te nemen van mijn oude leven, vrienden en familie; ik heb geen zin om wéér opnieuw te beginnen.'

'O ja, dat las ik volgens mij over u, dat u zou vertrekken. Bent u niet naar het buitenland gegaan?'

'Nee, ik ben gebleven,' zucht ik, want ik heb deze vraag zo vaak moeten beantwoorden. 'Dat is ook zo vervelend, dat de media van alles brengen alsof het al een feit is,' zeg ik. 'Ik heb met de tijd ook geleerd om niet meer impulsief al mijn gedachtekronkels te delen met verslaggevers. Dat was een grote fout, amateurisme. Als ik ergens zeg dat ik overweeg naar het buitenland te verhui-

zen, wordt dat ineens de kop van een artikel en krijg ik berichten van lezers die zeggen: “Succes daar in je nieuwe land” of “Wat jammer dat je weggaat!” Ik overwóóg het, en zo leidt alles een beetje een eigen leven in de media. Als ik niet ga, komt het wispelturig over, of alsof ik het alleen maar zei voor de aandacht. Zelfs dat verwijt heb ik gekregen. Dan was men verontwaardigd dat ik toch niet was gegaan. Ik heb het gevoel dat dat niet mag, dat ik niet mág twijfelen bij zo’n grote beslissing. Ik heb geen zin meer om alles te moeten uitleggen, ik ben uitlegmoe.’

Ik neem een slok water.

‘Maar ik moet zeggen, ik maak me daar niet meer druk om; wat volgers en lezers van mij denken, wat journalisten en tv-presentatoren van mij vinden, of wat Nederland van mij vindt. Ik heb wel andere dingen aan m’n hoofd.’

‘Wat hebt u dan zoal aan uw hoofd?’ vraagt hij.

Ik zucht diep. ‘Wat niet?’

Ik moet concreter zijn, hier heeft hij natuurlijk niks aan.

‘Ik ben heel somber. Vooral de laatste tijd. Het heeft lang geduurd voor ik dit kon erkennen, maar nu moet ik wel. Ik dacht steeds dat het een tijdelijke dip was. Dat maakte ik mensen om me heen wijs, en vooral mijn partner, die me bijna elke dag ziet, vaker dan anderen, en die daarom meer in de gaten heeft, voor wie ik dus niets kan verbergen. Ik doe wel wat dingen; ik werk, ik praat, ik zie mensen, ik eet, dus ik doe gewoon de dingen die iedereen doet, maar… ja, hoe leg je dat uit? Ik voel een leegte. Alsof er diep binnen in mij een diepe, onpeilbare vallei huist.’

Ik slik even en kijk hem aan.

Hij is nog steeds niet van plan iets te zeggen.

Ik ga maar door dan.

‘Ik wil nooit meer ergens naartoe, ik doe mijn best niet meer voor dingen, ik doe alleen nog het hoogstnoodzakelijke, ik doe het huishouden niet, ik sport niet, ik beweeg niet, ik ga niet naar feestjes, ik heb zelfs nooit zin in vakantie. Ik zorg niet goed voor

mezelf en laat dingen verslonzen. Ik doe m'n boekhouding niet, ik lever geen bonnetjes in bij mijn boekhouder, ik heb elke maand een belastingboete of een verhoging van een of andere rekening. Planten water geven lukt me blijkbaar al niet, want alles gaat dood. Ik voel me een groot gedeelte van de dag een... een... ja, een vaatdoek. Een auto zonder benzine, maar toch blijft iedereen op het gaspedaal drukken. Het voelt alsof ik... in een heel grote ruimte zit, maar dat ik er voor mijn gevoel niet in pas. Alsof ik wel de deur kan openen, maar niet naar buiten kan. Alsof het raam wel openstaat, maar ik het alsnog benauwd heb...'

Ik pauzeer even. Ik kijk naar de grond, en dan weer naar meneer Köhler.

'Totaal leeggezogen voel ik me. Alsof het leven een soep is, en ik een vork. Ik weet niet meer hoe het allemaal moet. Geen ups en downs, geen dingen waar ik naar uitkijk; alles is vlak. Het is alleen overleven, de dag doorkomen. Het liefst met zo veel mogelijk comfort, eten en alcohol. Of met een sigaret in de tuin. Dan zit ik uren aan die dingen te lurken, word ik boos op mezelf dat ik niets nuttigs heb gedaan, gooi ik alles weg, pak ik een boek op, en... geen focus. Geen concentratie. Elke keer weer. Ik ben altijd een boekenwurm geweest, maar nu... mijn gedachten dwalen af, elke pagina weer. Zinnen moet ik veertig keer opnieuw lezen. Dan geef ik weer op en rol ik naar de winkel om sigaretten, junkfood en wijn te kopen.'

Ik neem een slok van mijn water, dat voor me op tafel staat. Nu ik het zo achterelkaar vertel, walg ik opnieuw van mezelf.

'Zo was ik nooit. Ik ben heel cynisch geworden. Ik geniet niet echt meer. Mijn emoties komen niet meer binnen. Elke dag lijkt een kopie van de vorige en de volgende. Ik heb veel moeite met een gezond slaap- en eetritme. Ik kan tegenwoordig nooit in slaap vallen, en al helemaal niet in stilte, daar word ik gek van, dus slaap ik pas om vijf of zes uur 's ochtends met de tv aan of een podcast op. Dan word ik laat in de middag wakker. Ik ben ook ineens vijf-

tien kilo aangekomen in een jaar, ik zie eruit als een oempaloempa, ik kan beter rollen dan lopen en wil niet meer in de spiegel kijken of op tv komen als ik gevraagd word voor dingen. Ik heb al mijn kleding in vuilniszakken moeten doen. Die staan op zolder, in de hoop dat ik er nog een keer in kom. Het enige wat ik zie als ik mezelf op een scherm zie, zijn mijn zes onderkinnen, dus vermijd ik het. Ik ben vaak ook niet blij met de dingen waar normale mensen wel blij mee zijn. Sociale situaties kosten me veel energie. Ik ben pessimistisch. Mijn vriend heeft lang geprobeerd mij te helpen, maar hij vond het steeds moeilijker worden. Uiteindelijk moest ik hem beloven naar de psycholoog te gaan, anders kregen we daar te vaak ruzie over. Dus hier zit ik dan.'

De kans is groot dat hij me anders zou verlaten, denk ik.

Ik slik. Wat heb ik nu eigenlijk precies gezegd? Kan hij hier wat mee?

'Ik begrijp het, mevrouw Gül.' Hij laat een lange stilte vallen.

'Voordat ik u kan helpen, heb ik zo veel mogelijk informatie nodig. Ik wil dat u me meeneemt in uw levensloop. Van het moment dat u niet somber was tot het moment nu. Wat is er allemaal gebeurd?'

'Ik eh... oké, ik begin bij het begin,' zeg ik. Ik neem een paar grote slokken water.

Was het maar wijn. Waar is Jezus als je hem nodig hebt.

'Ik heb al sinds mijn zestiende ongeveer een lastige thuissituatie gehad. In m'n kindertijd had ik nergens last van, maar in mijn puberteit had ik het idee dat ik heel weinig mocht, en heel veel moest. Als ik iets niet deed, kreeg ik te maken met agressie, verontwaardiging en werd mij een schuldgevoel aangepraat. Mijn ouders zeiden steeds dat ik een slecht mens was, een waardeloos kind, ondankbaar, ongehoorzaam, koppig, eigenwijs. Allemaal onder het mom van het geloof, de cultuur, de traditie of de gemeenschap. Of zoals mijn ouders altijd zeiden: "Maar zo

hoort het! Iedereen doet het zo, elke dochter doet dit!" Ik mocht niet buiten zijn na schooltijd, werktijd of in de avond, ik mocht geen jongensvrienden hebben, niet op stap, niet hangen, niets leuks doen buitenshuis, ik mocht niet logeren bij iemand, ik mocht niet naar verjaardagen of huisfeestjes, niet naar kerstborrels, niet mee op schoolreisjes, niks kopen, geen zakgeld, eigenlijk niets wat leuk is op die leeftijd. Ik mocht naar school, een bijbaan in de supermarkt, waar ik het niet al te laat mocht maken en maar heel weinig kon werken, want ik moest verplicht naar de Koranschool in het weekend. Dat was het allerergste van alles, die verdomde Koranschool. Het was echt vréselijk. Als ik denk aan alle dagen en uren die ik daar heb moeten verspillen, dan word ik zo, zo boos, dus ik probeer er niet aan te denken.'

Ik moet rustiger worden.

'Weet u, ik heb een keer uitgerekend hoeveel tijd ik daar heb gespendeerd, van mijn zesde tot mijn zeventiende, élk weekend, zaterdag en zondag, van tien tot vier. En als ik dat zo optel, ontwaakt er een agressief monster in mij, wetende hoe erg ik het daar haatte. Als ik die tijd had gestopt in het leren bespelen van een instrument, of een sport, of het opdoen van kennis waar ik nu iets aan zou hebben, zou ik er zo veel meer nut uit gehaald hebben. Maar het uit je hoofd leren van Arabische teksten, het bidden en het leren van regeltjes van een geloof dat ik op dit moment als niets anders beschouw dan een sprookje, voelt zó ontiegelijk nutteloos, en dat idee tergt me. Omdat ik weet hoe waardevol je jeugd en je kinderjaren zijn voor het leren van dingen, of het nou een taal is of een sport of een instrument. Misschien zou ik wel de beste pianospeler van het land zijn geworden als ik iets nuttigs had gedaan met al die tijd, maar daar komen we nooit achter. En het erge is dat ik elke dag moet aanzien hoe duizenden, miljoenen kinderen wereldwijd, maar ook in Nederland, hetzelfde overkomt. Inclusief m'n zusje van twaalf.'

Hij kijkt me ernstig aan, maar zegt niks.