

Van mishandeld kind tot sterke vrouw

'IK HEB MEZELF VERGEVEN'

De Pakistaans-Nederlandse Hameeda Lakho (51) werd in haar jeugd ernstig mishandeld en leefde jarenlang in de veronderstelling dat haar moeder dood was. Tot ze ontdekte dat haar vader haar had voorgelogen. Ze schreef meerdere autobiografische boeken over haar traumatische jeugd en de mislukte hereniging met haar moeder. Ook richtte ze stichting Geheim Geweld op voor lotgenoten. "Kindermishandeling houdt niet op als je je leven weer op orde hebt."

Tekst: Miranda Birney
Fotografie: Yvonne Palsgraaf

In het kader van gezinshereniging kwam je op vierjarige leeftijd samen met je moeder en drie zussen vanuit Pakistan aan in Nederland. Hoe was dat?

Ik ervoer het als een enorme cultuurshock. We droegen dunne traditionele kleding, maar hier was het volop herfst. Het regende en waaide en mijn moeder zei: "Dit is je vader." Maar ik had hem al vier jaar niet gezien. Er waren mensen van de pers en er werden foto's gemaakt. Dat snapten wij niet. Jaren later vond ik krantenknipsels waaruit bleek dat mijn vader een zielig verhaal had opgehangen op zijn werk. Hij had verteld dat zijn vrouw en kinderen in Pakistan verbleven en dat hij daarom dringend een permanente werk- en verblijfsvergunning nodig had. Zijn collega's hadden uit medelijden een actiecomité opgericht, met als gevolg dat dertienhonderd Hagenaars het geld bijeengebracht hadden voor onze tickets en een volledig ingerichte portiekwoning. In de pers werd breed uitgemeten hoe geweldig deze gezinshereniging was. Maar wat niemand wist, was dat mijn vader allang een Nederlandse vriendin had en een zoontje van zes maanden, net zo oud als mijn jongste zusje. En ineens stonden wij voor z'n neus. Daar was hij niet blij mee.

Wat gebeurde er daarna?

Mijn vader was er meer niet dan wel, maar binnen de kortste keren was ik doodsbang voor hem. We mochten



'Het eten werd bij me naar binnen gepropt en als ik overgaf, moest ik mijn eigen braaksel opeten'

onze taal niet meer spreken, geen Pakistaanse kleding dragen en mijn moeder moest Nederlands eten koken. We moesten respect tonen. "Hoe durf je me aan te kijken!" schreeuwde hij tegen ons. "Kijk naar de grond!" We werden in elkaars bijzijn tot bloedens toe geslagen, ook mijn moeder. Bij haar vonden we steun, maar ook dat nam hij ons af. Want niet lang daarna moesten mijn twee oudere zussen en ik in de weekends naar mijn vaders vriendin en ons halfbroertje, zogenaamd om sneller te integreren in de Hollandse cultuur. In werkelijkheid werden we daar overdag afzonderlijk van elkaar opgesloten of moesten we allerlei schoonmaakklusjes voor haar doen. We mochten niet gezellig met elkaar praten of lachen en elke twee weken werden onze haren gekortwiekt, want volgens onze stiefmoeder waren we vies en zaten we onder de luizen. Ze liet ons vooral merken dat we niet gewenst waren en het was verschrikkelijk om toe te moeten kijken als een van mijn zussen in elkaar werd geslagen. Al die plukken haar overal en die bloedspatten... Het eten was ook een drama. Ik zat stijf van de spanning en kreeg geen hap door mijn keel, dus werd het eten bij me naar binnen gepropt en als ik dan overgaf, moest ik mijn eigen braaksel opeten. Drie maanden na onze aankomst vertelde mijn vader dat mijn moeder en zusje waren verongelukt tijdens een bezoek aan mijn oma in Pakistan. Vanaf dat moment mochten we niet meer over onze moeder praten en moesten we onze stiefmoeder 'mama' noemen.

Wat doet mishandeling met een kind?

Die klappen voel je, maar die bloedneuzen en blauwe plekken gaan over. De geestelijke mishandeling is vele malen erger en dat is ook wat volwassen slachtoffers nog steeds ervaren na zo veel jaar. Als er continu over je wordt gezegd dat je een hoer bent en vies en smerig, dan is dat hetgeen wat in je hoofd zit en wat je niet kunt wissen. Mijn vader noemde me altijd Murree en later hoorde ik dat het 'dood' betekent. Waar kwam al die haat vandaan? Als kind denk je dat het je eigen schuld is, want je begrijpt niet waarom het gebeurt. Ik

deed steeds beter mijn best, omdat ik zo graag die liefde wilde ontvangen die ik niet kreeg.

Je zussen waren respectievelijk drie en zeven jaar ouder dan jij. Toch was jij de eerste die van huis weg durfde te lopen. Hoe kwam dat?

Dat heeft denk ik toch te maken met mijn strijdlustige karakter. Daarbij was ik ook heel jong en onbevangen. Ik flapte er van alles uit. Als een leerkracht me vroeg waarom ik dagenlang niet op school was geweest, antwoordde ik eerlijk dat ik niet mocht komen omdat ik blauwe plekken had van de stokslagen. Ik realiseerde me niet dat zij dan ontsteld mijn ouders optrommelden voor een gesprek, die op hun beurt natuurlijk alles ontken- den en mij bij thuiskomst alle hoeken van de kamer lieten zien. Mijn openheid had totaal geen effect. Alles ging gewoon door. Ik ben meerdere keren van huis weggelopen en op mijn dertiende werd ik dankzij tussenkomst van een politierechercheur in een kindertehuis geplaatst.

Toen was je eindelijk vrij?

Ik ging inderdaad van een heel streng regime naar meer vrijheid. Ik had nooit zelf mijn kleren mogen uitkiezen en plotseling kreeg ik kleedgeld. Bij ons thuis kwamen nooit leeftijdgenootjes, dus ik had niet geleerd hoe ik vriendschappen moest opbouwen. Dat was wel een zoektocht. Daarbij had ik een heel laag zelfbeeld en voelde ik me minderwaardig. Alles was me afgenomen: mijn zelfrespect, mijn waardigheid, mijn identiteit, mijn cultuur en mijn familie. Voor mijn vader was ik dood. Ik heb tot mijn negentiende in kindertehuizen gewoond en dat was de eenzaamste periode van mijn leven.

Voelde je je een kind van twee culturen?

Ik ontkende mijn afkomst en wilde geen Pakistaanse zijn of ook maar iets met dat land te maken hebben. Ik voelde me wel een buitenbeentje. Ik rookte en dronk niet. Ik was heel streng voor mezelf, alsof ik wilde bewijzen dat ik niet in de goot zou belanden, zoals mijn vader altijd had voorspeld: "Je bent niks en je zult nooit wat worden!" Uiteindelijk putte ik juist kracht uit die woorden en kreeg ik mijn leven op de rails.

Op je negentiende kreeg je een relatie met je huidige partner en acht jaar later werd je eerste dochter geboren. Wat deed het moederschap met je?



BOEKENACTIE



5x
Mijn Geheim mag 5 exemplaren weggeven van 'Help jezelf', geschreven door Hameeda Lakho en uitgegeven door Xander Uitgevers. Wil je kans maken op dit boek? Ga dan naar <http://aanmelden.mijngeheim.nl/tussenderegels> en laat je gegevens achter. Meedoen kan tot dinsdag 5 april 2016.

Vanaf het moment dat ik dat onschuldige wezentje in mijn armen hield, begon ik steeds beter te beseffen wat mij was ontnomen en wat ik had gemist. Vanwege complicaties bij de bevalling kon ik een tijdje niet werken en de bedrijfsarts stelde me een simpele vraag: "Heb je hulp van je moeder?" Toen brak ik. Alles kwam er met horten en stoten uit. Ik had er nog nooit met iemand over gesproken. Mensen kenden de grote lijnen van mijn leven wel, maar niemand kende de details. Ook mijn vriend niet. Ik was altijd de sterke vrouw en de stoere meid. Toen ben ik op het Riagg gaan praten met een psycholoog.

Hadden jullie als zussen onderling steun aan elkaar?

Toen ik eenmaal uit huis was, waren mijn zussen daar ook binnen een jaar weg. Toch had ik de eerste paar jaar geen contact met hen. Ik had de politie indertijd - in het bijzijn van onze vader - alles verteld wat ons werd aangedaan, maar mijn zussen hadden de waarheid toen glashard ontkend. Dat was zo'n klap in mijn gezicht. Ik was woedend op ze. Later begreep ik dat hun reactie

was voortgekomen uit angst. We moesten ieder voor zich knokken om te overleven en daarbij was alles geoorloofd. Toen we jaren later weer contact kregen, was dat heel confronterend. In het begin wisten we ons niet zo goed een houding te geven tegenover elkaar. Naarmate we ouder werden, kregen we meer behoefte om over het verleden te praten en kwamen de vragen. Als onze moeder dood was, waar lag ze dan begraven?

Jullie ontdekten dat jullie moeder en jongste zusje nog leefden en haalden hen voor drie maanden naar Nederland. Wat waren je verwachtingen?

Ik had mijn moeder dertig jaar niet gezien en al mijn dromen om haar heen gesponnen. Zij was de fantastische moeder die ik zo gemist had en

'Toen ik zelf moeder werd, begon ik steeds beter te beseffen wat mij was ontnomen'

als zij eenmaal hier zou zijn, dan konden we eindelijk alle verloren tijd inhalen. De eerste hereniging was prachtig. Mijn moeder was indertijd zwanger toen ze door mijn vader naar Pakistan was teruggestuurd, dus ik ontmoette toen ook voor het eerst mijn jongste broertje. Het was spannend en we wilden elkaar leren kennen. In het begin wil je bepaalde dingen niet zien en geloof je dat de bloedband de vele jaren zonder contact en alle verschillen kan overbruggen.

Je doelt op verschillen in cultuur?

Mijn moeder was inderdaad streng gelovig en werd boos toen ze ontdekte dat wij geen moslims waren. Zo kwamen er steeds meer culturele verschillen aan het licht. Ondanks dat gaf ze aan dat ze voorgoed naar Nederland wilde komen, samen met mijn broertje en mijn jongste zusje en zwager. Ik ben jarenlang bezig geweest om dat voor elkaar te krijgen. Maar toen ze hier eenmaal waren, stelde mijn moeder allerlei materiële

'Hij heeft ons gezin kapotgemaakt en zo veel levens verwoest. Dat zal ik hem nooit vergeven'

eisen en uitte ze kritiek op mijn levenswijze. Ik moest mijn kinderen gelovig opvoeden en mijn man - die van Surinaamse afkomst is - moest besneden worden. Het stapelde zich op. Er waren zo veel spanningen en ook mijn zussen en ik kregen onderling veel ruzie, omdat we tegen elkaar werden uitgespeeld. Er ontstond steeds meer verwijdering tussen ons en mijn moeder belde me eigenlijk alleen nog maar als ze iets van me nodig had. Daar voelde ik me zo rot over. Toen ik haar op een keer vroeg waarom ze eigenlijk naar Nederland was gekomen, antwoordde ze: "Ik ben gekomen om mijn zoon en dochter een goed leven te geven." Ik stond helemaal perplex. Ik dacht dat ze was gekomen voor een hereniging met haar drie dochters en haar kleinkinderen...

Daarna hadden we geen contact meer. Tien jaar later belde mijn broertje me om te vertellen dat mijn moeder was opgenomen op de intensive care. Ik ben naar haar toe gegaan en - niet wetende of ze mij begreep of kon horen - sprak ik tegen haar. Ik vertelde hoe boos ik was geweest, maar zei ook dat ik haar alles vergaf, omdat we er allebei niets aan konden doen. Ik kon voor haar niet die dochter zijn die ze zich wenste, maar zij kon voor mij ook niet die moeder zijn die ik zo had gemist. Daarna knapte ze weer op, maar de verwijdering bleef. Een jaar later stonden we allemaal rondom haar bed toen ze stierf. Ik heb dus keer op keer afscheid van haar moeten nemen.

Je hebt zes jaar tegen je vader geprocedeerd en uiteindelijk heeft hij een schadevergoeding moeten betalen. Gaf dat een gevoel van vergelding of voldoening?

Ik weet nog dat een verslaggever na de uitspraak tegen mij zei: "Jullie hebben gewonnen! Fantastisch toch?" Ik had zoiets van: wat hebben we dan gewonnen? Eigenlijk hebben we alles verloren. Ik ben mijn jeugd kwijt, hij heeft nooit spijt betuigd. Zelfs in de rechtszaal viel hij af en toe terug in zijn patroon door heel denigrerend over ons te praten. Maar het was wel een erkenning om via de rechtbank te horen te krijgen dat er wel degelijk gebrek aan opvoeding was geweest en dat zware kindermishandeling had plaatsgevonden.

Heb je het je vader kunnen vergeven?

Hij heeft ons gezin kapotgemaakt en zo veel levens verwoest. Dat zal ik hem nooit vergeven. Maar ik heb wel mezelf vergeven. Wat mij allemaal is overkomen, is niet mijn schuld.

Komt kindermishandeling veel voor in Nederland?

De cijfers liegen er niet om. Jaarlijks sterven er zestig kinderen aan de gevolgen van kindermishandeling en zijn tweehonderdvijftigduizend kinderen getuige of slachtoffer van huiselijk geweld. Dat is gewoon dramatisch. Mensen lopen vast, belanden in de WAO of staan onder behandeling bij de GGZ. Het kost de overheid drie miljard per jaar om dit op te vangen. Kindermishandeling is een heel groot maatschappelijk probleem en als het niet wordt aangepakt, blijft het doorgaan. Gelukkig staat het hoog op de politieke agenda.

In 2005 richtte je de stichting Geheim Geweld op. Vanwaar die naam?

De stichting is bedoeld voor volwassen slachtoffers die nog steeds kampen met de langetermijngevolgen van kindermishandeling, omdat ze nooit hebben gesproken over het geheim dat ze met zich meedragen. Dat taboe moet doorbroken worden. Kindermishandeling houdt niet op als je je leven weer op orde hebt. Al heeft het nog zo lang geleden plaatsgevonden, het werkt in alle facetten door. In de opvoeding van je eigen kinderen, in je onzekerheid en in relaties. Als trainer en coach help ik lotgenoten bij het onderkennen en accepteren van hun traumatische verleden en bied ik emotionele en praktische ondersteuning. De stichting organiseert lotgenotencontactgroepen en themabijeenkomsten. Praten met lotgenoten helpt om traumatische ervaringen te verwerken.

Je nieuwe boek heet 'Help jezelf. Jezelf helpen, is dat voor iedereen mogelijk?'

Ondanks alle hulpverlening moet je het uiteindelijk toch zelf doen. Je hebt zelf de regie over jouw leven.

Hoe ga je nu om met die nare herinneringen?

Vroeger was ik altijd bezig met het ontkennen van dat pijnlijke deel van mezelf. Ik heb nog steeds weleens momenten waarop die nare beelden bovenkomen. In het verleden was ik bang om dan in een depressie te raken, maar nu ken ik mijn kracht en besef ik dat dat gevoelige stuk er ook mag zijn. Het maakt mij compleet en laat zien wie ik vandaag de dag geworden ben: een krachtige vrouw. ■

De website van stichting Geheim Geweld vind je hier: www.stichtinggeheimgeweld.nl.