

Recensie: Marja Schouten

Sarah Moussa: 'Mijn leven, mijn littekens' Uitgeverij In-Out Books, 2011.

ISBN 97894537166. Zie ook: www.in-outbooks.nl (Geestelijke gezondheidszorg/Psychose/Automutilatie/Hallucinaties/ Dissociatie/ED/1)

Soort boek/Stijl/Aandoening: Sarah Moussa is 25, en heeft verschrikkelijk veel meegemaakt in haar leven. In haar jeugd wordt ze mishandeld en ontvoerd door haar Egyptische vader. Op haar 22^{ste} wordt ze verkracht. Ze krijgt last van dissociatie en psychoses. De schrijfster heeft een dagboek bijgehouden, waarvan dit boek een weerslag is. Het is eenvoudig geschreven, een *cri de coeur* van een vrouw die de ellende die haar ten deel valt, het hoofd probeert te bieden. Desondanks weet ze zich manmoedig uit de misère te vechten. Het boek eindigt optimistisch. Het blijft vechten, maar ze is ervan overtuigd dat het haar gaat lukken weer een normaal leven te leiden.

Korte samenvatting: Sarah Moussa heeft een Egyptische vader en een Nederlandse moeder. Zowel haar moeder als haar zusje en Sarah werden zwaar mishandeld. Haar moeder vlucht naar een 'blijf van mijn lijf huis' en vraagt echtscheiding aan. Bij de eerste omgangsregeling worden de kinderen door de vader ontvoerd. Na een lange zoektocht vindt haar moeder de kinderen terug en neemt ze mee naar Nederland.

Aanvankelijk lijkt alles goed te gaan. Dan krijgt Sarah een fout vriendje; hij zit in de drugshandel en is zeer gewelddadig. Hij bedreigt haar regelmatig, en deelt zo nu en dan een forse tik uit. Ze doet aangifte bij de politie, maar trekt die onder dwang weer in. Daarna zwicht ze voor zijn 'charmes'. Als de bedreigingen heviger worden, krijgt ze last van hyperventilatie. Ze durft niet bij hem weg, is niet opgewassen tegen zijn manipulaties. Als hij haar met gebroken ribben het ziekenhuis in mept, doet ze weer aangifte. Na tweeënhalf jaar (!) wordt haar een bedrag van 200 (!) euro schadevergoeding toegekend. De politie wil haar verhaal aanvankelijk niet geloven. Ze heeft immers een eerdere aangifte ingetrokken. Dat maakt haar tot een onbetrouwbare getuige. Dat terwijl de daders bekenden van de politie waren, een klein groepje gewelddadige drugsdealers en de politie op de hoogte moet zijn van de spagaat waarin meisjes in deze omstandigheden zitten.

Dan wordt ze op haar 22^{ste} verkracht, door een viertal gewapende jongens. Ze doet weer aangifte bij de politie, maar omdat geen bruikbaar bewijs voorhanden is, besluit ze de aangifte niet door te zetten. De dag daarna hoort ze stemmen. 'Loop naar de brug.' Op de brug krijgt ze van de stemmen nieuwe instructies: 'Spring er nu vanaf.' De stemmen in haar hoofd beginnen hard te schreeuwen. (pag. 42) Op de rand van de brug wordt ze gered. Ze belandt bij de crisisdienst. De stemmen gaan steeds heviger tekeer en Sarah pakt een mes en begint zich te snijden. Even worden de stemmen minder, maar de aanvallen blijven komen. Haar arm zit onder de littekens. Ze heeft de naam van de daders nooit durven noemen uit angst voor represailles.

Ruim drie jaar lang gaat ze ziekenhuis in, ziekenhuis uit. Inmiddels heeft Sarah het hele arsenaal anti-psychotica geslikt.

Sinds kort slikt ze vrijwel geen medicijnen meer en krijgt ze EMDR therapie. (Eye Movement Desensitization and Reprocessing, een therapeutische interventietechniek die voornamelijk wordt toegepast bij PTSS ten gevolge van een of meerdere trauma's. De werking is wetenschappelijk onderzocht, maar staat niet onomstotelijk vast. Wel is het zo dat deze behandeling in de categorie PTSS de hoogste effectiviteit laat zien. Noot MS)
Voor meer informatie: Zie internet en klik op: [emdr](#).

Wat viel op: Ondanks haar horrorstory, stelt Sarah Moussa dat ze redelijk gelukkig is en ze goede hoop heeft op de toekomst. Inmiddels heeft ze ook regelmatig contact met haar vader. Ze heeft zijn kant van het verhaal gehoord en hem vergeven. Je moet het maar kunnen.

Citaten: '...Ze deden mijn onderbroek ook uit. De leider...begon te lachen en te spugen in mijn gezicht. Hij begon me in mijn buik te trappen en lachte nog harder. Nu deed hij de blinddoek van mijn ogen af. Ik zag zijn felle ogen. En hoeveel plezier hij hierin had...'Nu gaat het gebeuren Sarah!! Deze dag zul je nooit meer van je leven vergeten!! Deze dag is voor jou net als de dood!!' ... En Sarah, ik heb je gezegd dat als je aangifte doet, ik mezelf niet meer onder controle heb... (pag. 32,33)

‘Ik heb veel geleerd in mijn leven. Dat je mensen een tweede kans moet geven. En om te vechten en nooit op te geven. Ik had soms momenten dat ik dacht dat het nooit meer goed zou komen met mij. Nu bijna drie jaar verder ben ik blij dat ik de kracht heb gevonden om te strijden. Ik heb het een en ander meegemaakt en er zullen altijd littekens blijven in mijn hart...Ondanks mijn littekens op mijn arm en nek, ben ik me er nu minder voor gaan schamen. Het hoort er nu eenmaal bij. Het hoort bij mijn verleden. Het maakt mij de Sarah die ik nu ben... (Nawoord, pag. 90)