

Toos van Seijst-Voorn: 'Mijn leven met een narcist en een sadist' Uitgeverij U2pi, Voorburg 2011. ISBN 9789087592097 (Geestelijke Gezondheidszorg/ Narcisme/Sadisme/Verwaarlozing/ED/1) Zie ook www.jouwboek.nl

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Autobiografische boek van 399 pagina's waarin de schrijfster uitvoerig beschrijft hoe ze geleden heeft onder een jeugd gekenmerkt door mishandeling, misbruik en verwaarlozing. Van deze jeugd heeft ze ook last gedurende een groot deel van haar volwassen leven. Ze zoekt steun bij een spirituele wereld en vindt ook steun bij haar man. Dit boek is ontstaan als onderdeel van haar verwerkingsproces.

Over de schrijfster:

Toos van Seijst-Voorn groeide op in een gezin met meerdere kinderen en ouders, vooral moeder, die haar treiterde en verwaarloosde. Ze werd dwarsgezet op talloze terreinen, gepest en gestraft. Terwijl iedereen benadrukte dat zij geen opleiding zou kunnen volgen, maakte zij de huishoudschool af. Toos heeft het patroon doorbroken, maar dat ging niet zonder slag of stoot. Ze trouwde en kreeg kinderen. De zorg voor de kinderen was zwaar, omdat haar zoons een hersenaandoening hadden. Toen zij uit huis waren liep Toos echt vast. Het is haar gelukt om een nieuw evenwicht te vinden, met steun van haar man en spirituele inzichten.

Korte Beschrijving:

Toos van Seijst-Voorn beschrijft uitgebreid hoe haar jeugd is verlopen. Daarna gaat ze in op de periode dat ze zelfstandig op een flat woonde, ze met haar man John trouwde en drie kinderen kreeg, hoe die opgroeiden en welke problemen zij daarbij tegenkwamen. Al die tijd is Toos van Seijst-Voorn nog bezig met zich losmaken van de invloedssfeer van haar ouders en familie. Tenslotte beschrijft ze hoe ze haar eigen weg vond nadat de kinderen het huis uit waren, zij helemaal vastgelopen was, ziek werd, en steun vond in een spirituele wereld.

Van Seijst-Voorn gaat in op vele voorvallen uit haar jeugd waarin haar vader haar misbruikte en haar moeder haar systematisch treiterde en achterstelde. Haar moeder vernederde haar dochter waar ze kon, strafte haar en verwaarloosde haar. Met vele voorvallen beschrijft Toos hoe dat gebeurde, hoe haar zussen gelijk kregen als er ruzie was, ze gepest en gestraft werd. Ze werd systematisch achtergesteld, mooie stukken speelgoed van Toos gingen naar de anderen, post voor Toos hield haar moeder achter, de huishoudschool zou ze niet halen, haar eerste vriendjes werden aan de deur weggehouden. Ze bleef lang emotioneel afhankelijk van haar familie. Toen ze haar echtgenoot ontmoette veranderde dat enigszins, maar nog niet helemaal; ze bleven haar opzoeken, pesten en treiteren. Toos voelde zich door John gesteund en vond in een spirituele wereld inzichten die haar verder hielpen, doordat zij in contact kwam met haar hogere zelf. Ze ging het gedrag van haar ouders begrijpen, het kwam voort uit traumatische oorlogservaringen, ze kon het loslaten en haar eigen weg gaan.

Wat viel op: In dit boek staan vele ervaringen van Toos van Seijst-Voorn beschreven. Ze gebruikt daarbij koppen als 'Ik wilde graag als een kabouter verkleed gaan', 'Mijn moeder wist me altijd goed te raken', 'Ik begon te beseffen dat mijn ouders mij nog steeds niet serieus namen', 'Ik kreeg spontaan een ingeving dat ballet precies bij mij paste', 'Alle oude gebeurtenissen gaven mij pas in mijn verwerkingen

inzicht', De pijnen kwamen en gingen', 'In contact komen met je hogere zelf'. Uiteindelijk weet ze begrip op te brengen voor het gedrag van haar ouders omdat ze begrijpt dat het door hun oorlogservaringen is gekomen en de spirituele wereld haar nieuwe inzichten verschafte.

Citaten:

Pag. 85: 'Als ik op school een leesbeurt kreeg, klapte ik dicht. Ik ging verkeerde dingen lezen en zag flitslichten en heel veel blinde vlekken en dan zag ik de woorden in mijn boek niet meer, zo nerveus was ik dan geworden. (...) In gedachten hoorde ik dan mijn zus en mijn moeder zeggen: "Dat kan je niet".

Pag.217: 'Na het incident op het strand zag ik wel in dat zij mij wilde vermoorden.(...) De vernederingen van mijn ouders waren zo diep in mijn hart gekomen dat ik toen alleen nog maar dood wilde.'

Pag.314: 'Uiteindelijk waren de tegenslagen in het huwelijk heel leerzaam en kreeg ik veel inzichten en omdat ik veel strijd moest strijden en mezelf moest overwinnen om te kunnen overleven om als één gezin bij elkaar te blijven kreeg ik heel veel zelfvertrouwen.'

Pag.397: 'Bedankt gewetenlozen dat je mensen tegen me opgezet hebt.

Bedankt gewetenlozen omdat je me in de kou hebt laten staan.

(...)

Bedankt gewetenlozen dat ik geen haat en wrok koester.

Bedankt gewetenlozen dat ik nu vreselijk gelukkig en dankbaar ben voor wat ik heb en wie ik uiteindelijk ben geworden.

De kunst van het leven: verhef niet je hart boven mens en dier en aarde.

Respect zit in jezelf en zoek geen waardering bij anderen.

Het leven is geen spel, neem je eigen verantwoording, dat is de gouden regel.'

Pag.399: 'De inzichten die ik kreeg dat het zeker met karma te maken heeft en dat het erg belangrijk is om elkaar te vergeven, en uiteindelijk in jezelf te gaan geloven, in je hogere zelf, wat de weg is voor ieder mens, om ons doel te bereiken in dit leven.'

Recensie/Extra:

www.bol.com: 2011: viss : 'Ik heb het boek in 2 dagen uitgelezen. Het is een dik boek, maar makkelijk leesbaar. (...) Wat ik heel bijzonder vond aan dit boek is dat het echt uit het perspectief is geschreven van de persoon die het is overkomen, het laat je meekijken wat misbruik voor een rode draad door een leven geeft, hoe het alles beïnvloed, de worsteling en de moed die nodig is om de pijn onder ogen te zien en je plekje in de wereld te veroveren.'

2012 | contextueel werkende : 'Een aanrader voor hulpverleners, contextueel werkers,
en gekrenkte mensen. (...)'