

# *Liefde & Geluk*

Een collectie persoonlijke reflecties en citaten



**Yasmin Mogahed**

**Eerste druk, december 2021**

ISBN 978-90-830322-3-8

Titel	Liefde & Geluk
Ondertitel	Een collectie persoonlijke reflecties en citaten
Auteur	Yasmin Mogahed
Basis voor vertaling	Love & Happiness, Second Edition, Yasmin Mogahed, 2021/2022
Vertaling	Jeroen Verstaen
Taalkundige redactie	Karlijn Smit
Omslag	Peter Gould

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Op alle uitgaven van Stichting 't Kennishuys gelden strikte auteursrechten. Voor het gebruik van teksten, fragmenten, gedichten, illustraties of alle andere vormen van gebruik uit het werk dat door 't Kennishuys wordt uitgegeven, dient 't Kennishuys schriftelijk om toestemming te worden gevraagd.

#### DISCLAIMER

De vertaling is een getrouwe weergave van de integrale tekst van het boek van de auteur en reflecteert enkel en alleen de mening van de auteur en niet noodzakelijkerwijs die van de uitgever of de vertaler.

Copyright © Stichting 't Kennishuys 2021

Stichting 't Kennishuys | Postbus 82095 | 2508 EB Den Haag

[www.kennishuys.com](http://www.kennishuys.com)

## Introductie



Dingen storten in elkaar. Soms breken ze. Net zoals bij velen van jullie, is mijn reis niet altijd gemakkelijk geweest. Pijn is heel echt. Verlies ook. Soms is het moeilijk om het gewicht van wat wij met ons meedragen – of de herinnering aan wat wij zijn kwijtgeraakt – niet te laten overheersen. Velen van ons kennen de realiteit van strijd en veel mensen lijden in stilte. Het is zwaar. Het is zwaar om niet op te geven als wij geconfronteerd worden met de herhaalde teleurstellingen van het leven.

Net als sommigen van jullie heb ik eenzaamheid gekend. Ik heb verslagenheid gekend. Ik ben vele malen gevallen terwijl ik luchtspiegelingen najoeg, en heb vele botten gebroken terwijl ik kastelen maakte in de vervagende stranden van het leven. Soms kostte het slechts een stevige golf om te verwoesten wat ik jaren had opgebouwd.

Ik besloot het dus een stem te geven. Alles: de tranen,

de pijn en de lessen. De dingen die ik zag, leerde en verkreeg op mijn levenspad, hadden een stem nodig. Ik wilde iets teruggeven, in de hoop mezelf en anderen te helpen overleven. Maar toen ging het niet slechts om overleven. Ik wilde niet dat mensen enkel zouden overleven in hun stormen. Ik wilde dat mensen zouden gedijen in hun stormen.

Aldus schreef ik, terwijl ik door mijn eigen storm liep.

De woorden die ik in dit boek vond, werden mijn stem en mijn brief aan de wereld. Zij werden mijn uiterste poging om niet alleen mijzelf op te rapen, maar onderweg ook anderen op te rapen. Ik schreef omdat net zoals wij vallen in het leven, wij zullen opstaan. Daar draait het om in deze wereld. Het geeft ons nooit slechts één soort pad. Er is pijn. Ja, en verlies. Zelfs duisternis. Maar er is ook licht. Er is hoop. Er is schoonheid.

En er is ook liefde en geluk.

*Yasmin Mogahed*

Er zijn veel stukken die ons leven vormen: Momenten die ons breken. Momenten die ons versterken en vormen. Beslissingen die we maken om door te kunnen gaan. Of om te laten gaan. Mensen die onze levens binnenstappen en ons voor altijd veranderd achterlaten. Degenen van wie we houden, degenen die ons kwetsen, of ons genezen, of ons verlaten. Soms begrijpen we deze stukken niet, of wanhopen we er zelfs over. Alleen wanneer de tijd voorbijgaat en we terugkijken, kunnen we plotseling ons hele leven zien als een perfect bedachte puzzel.

Wees niet bang voor het puzzelstuk waar je je nu in bevindt. Het zal perfect passen, net zoals de rest. Waarom zou dit niet zo zijn?

De Ontwerper is perfect.





Jouw grootste tragedie is dat je daadwerkelijk troost vindt in jouw tragedie. Omdat het bekend aanvoelt. De pijn is veilig.

Liefde, vreugde en kwetsbaarheid zijn niet veilig. Zij kunnen immers verdwijnen.

Je verkiest dus de 'veiligheid' van jouw gevangenis boven het risico van jouw geluk. Je verkiest dit, omdat het alles is wat je ooit hebt gekend. Voor jou is zelfs pijn beter dan verlamming. Dus vind je er veiligheid in. Dit is de definitie van zelfverwonding. Te snijden, gewoon om te voelen. Omdat jij zegt dat iets voelen beter is dan helemaal niets voelen.

Stop met de zelfverwonding. Indien Allah jou een geschenk geeft en je het aanneemt zonder dankjewel te zeggen, noemen we dat ondankbaarheid. Maar als Allah jou een geschenk geeft en jij zelfs weigert dit aan te nemen, is dat de grootste ondankbaarheid.

