

## DAG 67: DE GEBOORTE

Het gebeurde toen ik 8 jaar oud was en op school hardop moest lezen. Het lezen van boeken over de tijd van piraten, verloren schatten en avontuur was bij mij favoriet. Ik kon me urenlang verliezen in die wereld, die piraten en draken tot leven brachten.

"De pppppiraten vvvvvveroverden dddde sssschepen," stotterde ik toen ik op een middag hardop las. Ik vervolgde: "Ssstop schreeuwde de kkkkapitein." Dit was de eerste keer dat ik me herinner dat ik stotterde. Het was niet iets waar ik me zorgen over maakte, maar dat was het moment, herinner ik me nu, als de tijd dat ik rechtstreeks naar de logopedie-gevangenis werd gestuurd.

Ik noem het een gevangenis, omdat mijn leraren me in die tweede klas als een persoon hadden getypeerd die anders was en dat label zou meer dan 30 jaar aan mijn psyche blijven plakken. Twijfel aan mezelf was langzaam maar zeker in mijn gedachten gekropen. Ik wist niet wat het woord betekende, maar dat zou resulteren in een leven van terughoudendheid en niet deelnemen aan het spel van het leven.

Een deel van mij was bang om te spreken. Ik kon heel goed hardop lezen als ik alleen was, maar als ik tegenover andere mensen stond, was het de realiteit dat mijn onderbewustzijn ervoor zorgde dat ik stotterde. Ik had onzekerheid ontwikkeld in mijn vaardigheid om te spreken en dit manifesteerde zich in aarzelingen, herhalingen, het toevoegen van extra woordjes, zoals 'humm' of 'ah', wat leidde tot blokkades en uiteindelijk werd ik bestempeld als een stotteraar. Dat deel van mij was niet goed in staat om mezelf te uiten. Het was beangstigend. Ik had het gevoel dat een slang zich om mijn keel en borst had gewikkeld waardoor ik niet kon praten. Het was vreselijk om te worden veroordeeld, voor de gek gehouden en uitgelachen. Dat deel van mij was nog steeds een kind dat liefde en bescherming nodig had. Het innerlijke kind in ieder van ons moet worden getoond dat we echt deel uitmaken van het goddelijke en er niets is om bang voor te zijn.

Het leven, zoals ik nu besef, is een drama, zoals 'Eastenders', een Britse tv-serie, waar je elke dag een kans hebt om echt te leven met vreugde en geluk; of in het geval van "Eastenders" schreeuwen en schelden op het leven. Vanaf het eerste moment dat ik "The Matrix" in 1999 keek, was ik van mijn stuk gebracht. De speciale effecten en mindset-veranderende plot werden film-geschiedenis. Pas later in mijn leven kwam ik erachter wat de onderliggende boodschap van de Matrix was. Is het mogelijk dat de werkelijkheid niet is wat we denken dat het is? Nu zeggen kwantumfysici dat er niets solide aan het universum is. We leven in feite in een hologram. Er komt meer over de Matrix in boek 3 van The Stuttering Mind.

Toen Boeddha zei: 'Het leven is lijden', zag hij de fysieke aspecten van lijden in de honger van de armen. Als een persoon die stottert, was het leed in mijn gedachten. Jaren van aan de zijlijn zitten, vanwege terughoudendheid, betekende dat ik in de gevangenis zat van de zelfopgelegde beperkingen.

Hoe dan ook, ik had een visioen, het was tijdens een onderling gesprek met Matthew, in de tijd dat ik werkte in de Forensic Science Service in Londen. Hij merkte op: "In de kelder van 10 Downing Street is een computerruimte." Dit gesprek vond plaats in oktober 1998. Twee jaar later zou ik op sollicitatiegesprek komen op kantoor van de premier.

Ik stotterde: 'Ik bbbben hhhhier voor een sollicitatiegesprek', toen ik mijn sollicitatiebrief en paspoort aan de politieagent bij de poorten van No10 liet zien.

Ik klopte op de beroemde zwarte deur en ging naar binnen. De woorden "First Lord of The Treasury" zouden voor altijd in mijn geheugen gegrift staan. Ik liep naar binnen en verwonderde me over de grandeur van de lobby. De kroonluchters die aan het plafond hingen maakten het nog indrukwekkender. Ik liet mijn mobiele telefoon in een kluisje achter en werd naar de wachtruimte geleid. De verwarming was aan en de kamer was aangenaam en warm. Ik probeerde kalm te blijven, terwijl ik enkele aantekeningen las die ik had gemaakt ter voorbereiding op mijn sollicitatie. Ik vond sollicitatiegesprekken altijd een van mijn meest stressvolle situaties en realiseerde me dat

voorbereiding de sleutel tot succes was. Ik was goed gekwalificeerd voor de baan, dus ik wist dat ik het gemakkelijk zou kunnen doen. Ik had elke avond vier uur gestudeerd om mijn Microsoft IT-examens af te leggen, binnen zes maanden. Nu moest ik mijn spreken het volgende uur beheersen om mijn droombaan te bemachtigen.

Eindelijk kwam een van de stafleden me begeleiden naar een van de Pillared Room, waarvan de gigantische witte pilaren het belangrijkste kenmerk waren. Onbetaalbare schilderijen hingen aan de muur. Ik keek rond en verwonderde me over de inrichting van de kamer. Ik had het geluk dat mijn gesprek daar plaatsvond. In de verste hoek, bij het raam, tegenover de Parade van Horse Guard zaten drie mensen: Philip, Wendell en Rosie. Ik was bloednerveus. Ik wilde deze baan. Gewoon binnenlopen in deze historische omgeving maakte me blij en enthousiast. Ik vond het geweldig om daar te zijn. Ik opende mijn mond en sprak. Ja, ik stotterde hier en daar, maar ik deed het goed in het gesprek. Ik was gedrenkt in de sfeer en historie van de plaats vóór het verlaten van No10. Ik wist niet of ik terug zou komen.

Wat hebben Mozes, Aristoteles, Charles Darwin, King George, Julia Roberts, Nicole Kidman en Ed Sheeran gemeen? Ze hadden allemaal gestotterd. Al vanaf mijn tienerjaren vroeg ik me altijd af en vroeg mijn ouders waarom ik stotterde en wat ik deed om deze pijn te verdienen. Dat was meer dan 30 jaar geleden. Ik weet nu het antwoord. Ik heb nooit gedacht dat ik echt dankbaar zou zijn dat ik stotterde. In al die jaren leed ik aan hartzeer, teleurstelling, schaamte, angst en eenzaamheid. Dit zijn niet de enige woorden die ik zou kunnen gebruiken; de lijst zou dit hele hoofdstuk kunnen vullen, dus stop met de vijf die ik tot nu toe heb genoemd.

Het stotteren had een grote invloed op de manier waarop ik de wereld zag. Dit betekende geen echte vrienden hebben, socializen of meisjes achter de fietsenstalling meenemen. Mijn tienerjaren waren gevuld met dagdromen en niet deelnemen aan het leven. Ik zakte voor mijn schoolexamen. Ik had amper colleges bezocht. Ik was depressief en wist het niet. Ik kon aan het eind van de tunnel geen licht zien. Het was mijn overtuiging dat ik zou blijven stotteren, tot het einde van mijn leven. Het stotteren regeerde volledig mijn leven. Ik werd elke ochtend wakker en herinnerde me dat ik stotterde en zo begon de dag. Ik ging op sollicitatiegesprek bij lokale supermarkten en werd beleefd afgewezen. Ik kwam op een punt, in mijn zoekproces naar werk, dat ik op het formulier het invaliditeitshokje aanvinkte en schreef dat ik stotterde. Maar het mocht niet baten. Ik kon nog steeds geen vaste baan vinden. Ik stotterde en het ging financieel slecht. Geen geweldige combinatie als het op dating aankomt.

Gelukkig ging ik op mijn 18e naar een intensieve logopedie-cursus van twee weken in het plaatselijke ziekenhuis, voordat ik ging studeren. Anders had ik misschien het leven opgegeven. School was een hel. Ik had vrienden op school, maar voelde me nooit echt deel van de school. Ik vond het leven op school niet leuk. Veel mensen zeggen dat hun schooltijd de beste was, maar voor mij waren ze de ergste. Kinderen kunnen zo wreed zijn. Ik was blij dat ik mijn schooljaren achter me had gelaten.

De eerste dag op Oaklands College was gevuld met zenuwen. Ik zat stilletjes achter in de klas en er kwam een kalende man van middelbare leeftijd het lokaal binnen. Hij stelde zichzelf voor als "C C C o l l i n n." Hij stotterde meer dan ik. Hij zou mijn mentor worden voor de komende negen maanden. Ik oefende hardop sprekend om het verhaal te herhalen van: "De goudvis en de gerbil", waar ik naar luisterde op de cd-speler, terwijl ik elke dag naar de universiteit reed. Deze oefening hielp me om dat kleine beetje controle en vertrouwen te behouden in mijn vermogen om te spreken. Ik weet niet of het lot of toeval was, maar het hebben van Colin als mijn leraar hielp me om me te vestigen. Ik deed het goed dat jaar op de universiteit en kreeg een plek op de universiteit. Ik heb nooit Colin bedankt voor het feit dat hij een leraar was ondanks dat hij stotterde. Ik kan me niet de moed voorstellen die hij nodig had, vooral lesgeven aan rumoerige tieners.

Op de universiteit ontmoette ik een meisje met wie ik vriendschap sloot. Haar naam was Donna. Omdat ik mijn A-niveaus niet had gehaald, moest ik naar het college in Welwyn Garden City om het volgende jaar naar de universiteit te gaan. Alle studenten van de cursus Business and Computing Foundation waren ook niet geslaagd voor hun examens. Dus ze hadden duidelijk allemaal problemen

in hun leven. Als stotteraar dacht ik dat ik de enige was met een probleem. Donna was een alleenstaande moeder. Ze was aardig voor me en we waren goede vrienden, samen met Andy P.

Toen ik tijd doorbracht met Andy Yo, Joseph die James genoemd wilde worden, Asif, Vishal en een andere vriend, die echt James heette, was mijn tijd op het college plezierig. Snooker spelen met Andy Yo en Vishal was een wekelijkse hobby. Ik heb genoten van hun gezelschap. Ik was echter nog steeds gereserveerd. Ik vond het op een of andere manier gemakkelijker om met Donna te praten. Ik vertelde haar over het stotteren en hoe ik een cursus logopedie had gevolgd, voordat ik naar de universiteit ging. Het was interessant voor mij om op te merken dat ik ondanks het stotteren een vriendin had. Ik had mezelf altijd voorgesteld als iemand die altijd eenzaam zou blijven en met afgunst zou kijken terwijl de wereld voorbijging. Ik vond het jammer om erachter te komen dat Donna na Kerstmis was gestopt met studeren. Ik ging verder met de andere jongens, maar ik was een vriendin kwijt. Achteraf heb ik het altijd makkelijker gevonden om met meisjes te praten dan met jongens. Ik voelde me meer op mijn gemak, maar als het ging om vriendinnen was het een ander verhaal. Het was alsof ik een mentale blokkade had die me ervan weerhield een risico te nemen en mijn ware gevoelens te delen.

In elke klas is wel een clown en we hadden er een paar op het Oaklands College. Een stoutmoedige klasclown keek in de koffer van Colin en vond een kopie van een aankomende toets. Onnodig te zeggen dat ze het allemaal heel goed deden op dat specifieke examen. Colin was erg tevreden, omdat hij dacht dat zijn leer een aantal mislukkingen had omgezet naar Oxford-geleerden. Bij de volgende examens haalden de clowns hun gebruikelijke cijfers.

Het kopen van een treinkaartje, toen mijn auto uit bedrijf was, was het hoogtepunt van mijn stotterleven tijdens mijn collegejaar. Uiteindelijk nam ik mijn toevlucht tot het schrijven van de bestemming op een stuk papier en liet het aan de medewerker aan het loket zien. Ondanks dat ik een cursus logopedie van twee weken volgde, had ik de stotternoot nog steeds niet gekraakt. Ik zou 23 jaar moeten wachten om bevrijd te zijn van de stottergeest, terwijl ik deze boekenreeks schrijf.

Gedachte voor de dag: "We veranderen door wat we doen, niet door wat we denken of waarover we lezen, maar door wat we feitelijk doen." Winston Churchill

Punt om over na te denken: Roep de eerste keer op dat je je bewust werd dat je anders sprak. Was je met je familie of vrienden? Of was je op school? Wat herinner je je van die dag?

Oefening: sluit je ogen en probeer te ontspannen. Adem diep in. Probeer je voor te stellen dat je weer in die situatie bent. Hoe oud ben je? Wat kun je om je heen zien? Wat zijn je gevoelens op dat moment? Heb je een gevoel van paniek? Ben je nerveus? Of ben je zo opgewonden dat de woorden gewoon lijken te struikelen terwijl je praat? Schrijf dit nu allemaal op.