

# TWEESTRIJD

Ik bescherm of vernietig je



*Narancya Ravelli*

*inrijke exemplaar*

*Narancya Ravelli*

# TWEESTRIJD

Ik bescherm of vernietig je

eerste druk 2025  
copyright tekst © Narancya Ravelli

OMSLAG  
vormgeving ProBeeld | Ambilicious  
inspiratie Narancya Ravelli

BINNENWERK  
vormgeving Ambilicious Studio  
redactie Inanna van den Berg | Ambilicious

copyright © 2025 Ambilicious, Waddinxveen

ISBN 978-94-93366-47-3 | NUR 285

[www.ambilicious.nl](http://www.ambilicious.nl)

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm, of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

# TWEESTRIJD

Ik bescherm of vernietig je



Ambilicious



## Voorwoord

Pesten is een onuitwisbaar onderdeel van onze samenleving. Het is een pijnlijke realiteit die helaas veel te vaak voorkomt, zowel op school en werk als online. Het kan ons allemaal treffen: jong of oud, arm of rijk. Het kent geen grenzen en heeft onuitwisbare gevolgen voor de slachtoffers.

Dit boek, genaamd "Tweestrijd", is een fictieve thriller met een lichte associatie met het thema pesten en hoe het je leven kan beïnvloeden. Het verhaal is bedoeld om de lezers te vermaken en tegelijkertijd bewust te maken van het effect dat pesten heeft.

Ook hoop ik hiermee de slachtoffers een hart onder de riem te steken. Ze duidelijk maken dat ze zich niet moeten laten kleineren door wie dan ook.

Je bent perfect, laat je door niemand wat anders vertellen!



# 1

Al van jongs af aan ga ik mee met de stroom van het leven. Ik maakte vrienden, ging naar school, had bijbaantjes. Gewoon, net als iedereen. Op het eerste gezicht is er niets dat doet vermoeden dat ik anders ben. Inderdaad, dat ben ik dus wel. Maak je geen zorgen. Ik ben geen alien en ik heb geen bovennatuurlijke krachten. Laten we zeggen dat mijn leven wat verdeeld is. Daarom ben ik erg op mezelf en teruggetrokken wanneer het op contact met andere mensen aankomt. Er is toch niemand die weet wat er in mijn hoofd omgaat. Zelf weet ik het soms ook niet. Mijn gedachten lopen te vaak door elkaar.

Vroeger gebeurde het zelfs dat ik me delen van mijn dag niet kon herinneren. Dat heeft ervoor gezorgd dat tijd voor mij weinig betekenis heeft. Doordat de dagen niet verlopen zoals ze theoretisch zouden moeten doen. Toen ik jong was, maakte dat me bang. Ik heb me zo lang afgevraagd wat er mis met me is. Ik heb zo vaak op het randje van de afgrond gebalanceerd. Zelfs de psychologen die ik al op jonge leeftijd bezocht, konden niet ontdekken wat er mis met me is. Ik heb geleerd om mijn gevoelens van me af te schrijven in een dagboek. Dat hielp me om aan de goede kant van die lijn te blijven. Zo kan het slot mijn duistere geheim beschermen.

Elke dag voel ik de duisternis in mij meer toenemen. Ik heb geprobeerd om het te negeren, om te doen alsof het niet bestaat, maar het laat me niet met rust. Het wil naar buiten en ik weet niet hoelang ik nog in staat ben het tegen te houden. Niemand weet van mijn slechte kant, want ik weet het goed te verbergen. Dat kan ook

niet anders, ik doe het al zo lang ik me kan herinneren. Het is als een monster dat in mijn schaduw leeft en op de meest onverwachte momenten naar boven komt. Ik ben bang dat het me zal overnemen en dat ik dan nooit meer terug zal keren. Ik moet iemand vinden die begrijpt hoe ik me voel, iemand die me kan helpen om de duisternis te begrijpen en ermee samen te leven. Al die zogenaamde professionals hebben geen idee wat ik doormaak. Er moet toch iemand zijn die me kan helpen? Ik kan dit niet langer alleen. Het constante gevecht met mezelf heeft me uitgeput. Het lijkt wel alsof mijn duisternis dat weet en geduldig afwacht in de leegte.

‘s Nachts ben ik vooral bang. Bang voor de nachtmerrie die zich al nachtenlang herhaalt. Ik zie mezelf, maar ik ben het niet. Ik hoor een stem die op die van mij lijkt. Toch is het anders: duister en bloeddorstig.

Ik schreeuw dat ze weg moet gaan, maar daar trekt mijn duisternis zich niets van aan. Sterker nog, ze komt alsmaar dichterbij me. Mijn hart gaat tekeer, de adrenaline in mijn lichaam stijgt. Ik probeer te vluchten, tevergeefs. Het enige dat ik kan doen is toekijken hoe zij de controle over mij neemt. Opnieuw voelt het alsof de kracht uit mijn lichaam wordt gezogen. En weer laat mijn duisternis zien dat ik nooit in staat zal zijn haar te verslaan. Zij heeft me in haar greep. Een greep waar ik niet aan kan ontsnappen.

De nachten worden steeds zwaarder. Kayra komt meer en meer aan de oppervlakte, ik voel het. In tegenstelling tot de meeste mensen met een dissociatieve identiteitsstoornis weet ik nu al elf jaar van mijn alter ego. Sinds die tijd krijg ik mee wat er gebeurt wanneer ze mijn lichaam overneemt. Alsof ik als buitenstaander naar mezelf kijk. Dat heeft me alleen maar banger gemaakt.

Wetende wat zij kan doen wanneer ik een zwak moment heb. Ik houd me rustig en vermijd conflicten, om haar geen aanleiding te geven om op te treden.

Zo leef ik al jaren mijn leven, als een kluizenaar. In een dorpje dat Eemdijk heet, een klein uurtje verwijderd van mijn geboorteplaats Zwolle. Ik ben hier gaan wonen omdat ik opnieuw wilde beginnen. Zonder de geesten uit het verleden. Wat was het naïef om te denken dat dat zou lukken. Ja, tot zover heb ik Kayra kunnen bedwingen, maar ten koste van wat?

Ik word bijna dertig, huur een klein appartement en heb geen relatie of sociaal leven. Allemaal omdat ik bang ben. Dit moet toch anders kunnen? Hoe zal het zijn om eens een avond uit te gaan? Om weer vrienden te maken en misschien iemand te vinden met wie ik mijn leven kan delen?

Aan de ene kant vind ik het spannend om nieuwe mensen te ontmoeten, aan de andere kant wil ik ook niet meer als een kluizenaar leven.

Nadat mijn werkdag erop zit, neem ik de moedige beslissing om eens buiten de deur te gaan dineren. Mijn hart bonst in mijn keel van de zenuwen, maar ergens diep vanbinnen voel ik een vastberadenheid om deze kleine, maar belangrijke stap te zetten. Om weer deel uit te maken van de wereld om me heen.

Mijn huis is slechts een korte tien minuten fietsen van het centrum, toch voelt het als een hele reis vanwege mijn gebruikelijke afzondering.

Voor ik vertrek, speur ik het internet af op zoek naar een knus eetcafé waar ik mezelf hopelijk een paar uur kan vermaken. Gedachten en gevoelens van opwinding en angst vechten een innerlijke strijd in mij, maar ik weet dat ik dit moet doen, voor mijn eigen groei en welzijn.

Ik stap het kleine en sfeervolle café binnen. De warme kleur van de lampen past goed bij het rustieke interieur. Op de tafels branden kaarsen en er klinkt zachte muziek. De foto's aan de muur intrigeren me. Ze lijken een verhaal te vertellen. Dat van een familiecafé, wat van generatie op generatie wordt doorgegeven. Langzaam loop ik verder.

Het is niet druk, maar het is dan ook een doordeweekse dag. De man achter de bar begroet me vriendelijk. Ik glimlach en zoek een plek in de zaak waar ik me comfortabel voel. Achter in het café zie ik een rustig plekje aan de bar. Vanaf hier heb ik goed overzicht op de hele zaak.

De man die me begroette komt naar me toe. 'Hé, kan ik alvast wat voor je inschenken?' Hij vraagt het met een charmante glimlach.

'Een ijsthee zonder prik alsjeblieft.' Ik kijk hoe hij mijn drankje maakt. Hij maakt er een hele show van. Ik schud lachend mijn hoofd en pak de menukaart voor me. Ik heb al een idee wat ik wil eten, maar ik moet mijn blik even van de barman afhalen.

'Heb je al een keuze kunnen maken?' vraagt hij, terwijl hij de ijsthee op de bar zet.

'Spaghetti Bolognese graag.'

Terwijl ik op het eten wacht, observeer ik het gedrag van de andere gasten. Ik kijk hoe ze lachen om grappjes, gebaren maken terwijl ze praten en af en toe serieus knikken. Het lijkt zo moeiteloos, alsof ze elkaar al jaren kennen. De sfeer is warm en uitnodigend. Ik voel me bijna alsof ik deel uitmaak van hun gesprekken, ondanks dat ik hier alleen zit. Zou ik ook zo kunnen zijn?

Terwijl de avond vordert, zijn er een paar gasten die proberen een praatje met me te maken. Mijn hart bonst

in mijn keel bij elke poging tot interactie. Ik voel de goedbedoelde blikken op mij gericht, maar ik weet diep vanbinnen dat ik er nog niet klaar voor ben. De sociale druk weegt zwaar en mijn ongemak is als een verstikkende deken om me heen.

Na mijn maaltijd te hebben genuttigd, neem ik de beslissing om terug naar huis te keren. De stap die ik zojuist heb gezet voelt als een enorme overwinning, ondanks de spanning in mijn lijf die me geen seconde met rust heeft gelaten.

Dit is nog maar het begin, bedenk ik terwijl ik mijn weg naar huis vervolg. Vanaf hier kan ik het langzaam opbouwen. Met elke stap als een overwinning op mijn innerlijke demonen.

Het is vrijdagavond. Ik zit op mijn vaste plek in het café. De barkeeper herkent me ondertussen. Dat merk ik omdat hij uit het niets een moccachino mijn kant opschuift. Ik kijk hem aan.

Hij glimlacht, maar zegt verder niets.

Ligt er nu een briefje onder het koekje? Nieuwsgierig pak ik het papiertje en vouw het open.

*Hé, mysterieuze dame,*

*Je komt hier nu al twee weken regelmatig langs en ik weet nog niet eens hoe je heet. Dat is vrij uniek voor mijn doen en het maakt me onrustig. Wil je me vertellen wie je bent?*

*Groetjes je vaste barman, Ferdy.*

Een smalle glimlach verschijnt op mijn gezicht na het lezen van de tekst. Ik wist niet dat mijn afstandelijkheid mensen zo op hun zenuwen kon werken. Ik stop het briefje in mijn zak.