

Recensie: Peter Vermeulen

Harry de Bock: **'Als het leven veel pijn doet' Achterblijven na zelfdoding.**

Uitgeverij Free Musketeers, Zoetermeer, 2008. ISBN: 9789048402670 (Suicide/ Dood/Rouw/AG/PO/1)

Zie ook www.verliesenrouwbegeleiding.nl en www.freemusketeers.nl

Soort boek/ziekte/stijl: Een uitnodiging tot het maken van 'een wandeling door verlies en verdriet'. Openhartige verhalen van nabestaanden vormen het fundament van deze uitgave en worden door de auteur aangevuld met zijn ervaringen met mensen 'waarbij het leven pijn doet'. In aparte hoofdstukken aandacht voor 'kinderen en jongeren die achterblijven' en 'jongeren en zelfdoding'. Aantal pgs: 146.

Over de auteur: Harry de Bock (1952) is counselor van beroep. Hij ontmoet mensen die kampen met 'tegenwind'. Mensen die worstelen met zorgen, verdriet, pijn... enz. en gaat samen met hen op weg in het labrynt van rouw. Hij werkt voornamelijk met diegenen die worstelen met een depressie, zij die rouwen om het verlies van een dierbare door de dood, de strijd moeten aangaan met kanker of de balans in het leven kwijt zijn. De Bock geeft (op aanvraag) ook lezingen en organiseert rouwgroepen rond deze thema's.

Beschrijving: Zelfdoding geldt nog steeds als een onderwerp waarover men liever niet meer praat. In onderlinge contacten wordt doorgaans wel gesproken over het verlies, maar weinig of niet over de oorzaak. Nabestaanden worstelen nogal eens met schuldgevoelens, boosheid of schaamte. In de eerste 78 pagina's van dit boek komen zij aan het woord en schrijven of vertellen openhartig over hun dierbare. We lezen over de herinneringen, het verdriet en de pijn, maar we horen ook over de mooie momenten en het leven nú. Het tweede deel bevat een hoofdstuk waarin kinderen en jongeren die achterblijven na een zelfdoding, aandacht krijgen. Dan is er ook een hoofdstuk over jongeren en zelfdoding, waarin tips en adviezen worden aangereikt aan hulpverleners en betrokkenen. Er wordt afgesloten met een selectie brieven en gedichten als afscheid. In het nawoord een verhaal van de auteur zelf, waarin hij meester Pijma opvoert die destijds de jonge Harry in de klas ruimte geeft om het verhaal van zijn pas overleden hond te vertellen. Klasgenootjes kwamen vervolgens met hun eigen verhaal over verlies. Hem werd toen duidelijk te 'laten zijn wat is'.

Wat viel op: De brieven, gedichten en fragmenten van gesprekken die het eerste deel van het boek beslaan zijn prachtig om te lezen. De auteur zelf schrijft op een zachte, terughoudende toon over het rouwen en de gevoelens die er zijn rondom zelfdoding. Hij behandelt veel voorkomende aspecten van het rouwproces en put uit zijn ervaring met praatgroepen of individuele gesprekken. Wat dat betreft waart de geest van meester Pijma op een prettige manier door deze, qua opzet, wat onevenwichtige uitgave. Het hoofdstuk dat gericht is op 'kinderen en jongeren die achterblijven' en jongeren die kozen voor zelfdoding' is zo anders van aanpak en gericht op een andere categorie lezers, dat de stof eigenlijk een zelfstandige uitgave had verdiend. Bovendien had het nawoord ook heel goed het voorwoord kunnen zijn, want het verhaal over meester Pijma geeft inzicht in het motief van de auteur om dit werk te doen en de verhalen op te tekenen.

Citaten:

Pg. 26: 'Het verlies laat littekens achter en littekens blijven. Ze hoeven je echter niet te belemmeren om ooit weer goed in je vel te zitten. Een veelgehoorde uitspraak is 'je moet er mee leren leven' met de nadruk op leren. Dat leren gaat met vallen en opstaan. Dat leren mag je, móet je op eigen tempo doen.'

Pg. 45: 'De confrontatie met de zelfdoding laat je ook inzien dat het leven, dat ons via allerlei reclameboodschappen duidelijk wordt gemaakt, maakbaar is, dat dit schijnbaar niet voor iedereen is weggelegd. We worden geconfronteerd met het feit dat de uitspraak: "controle over ons leven hebben", maar zeer betrekkelijk is.'

Pg. 131: 'In onze wereld waar we met één druk op de computerknop toegang hebben tot om het even welke informatie, we tal van activiteiten kunnen ondernemen, we gebruik maken van tal van ontelbare 'therapieën' die ons van alles en nog wat beloven, moet ik helaas toch vaststellen dat de directe menselijke contacten schijnbaar niet meer zo eenvoudig te vinden zijn.'

Recensies:

Bol.com: 'De auteur is er wonderbaarlijk in geslaagd om mensen die er niet meer zijn en worstelden met hun leven alsook de achterblijvers te raken, zonder daarover een eigen uitspraak te doen.'