

Recensie: Iris Klootwijk

Remko Dijkstra: 'Inspiratie' Over-leven met MS. Uitgeverij Brave New Books, 2^e herziene druk oktober 2014. ISBN: 9789402119848 (Multiple Sclerose/ Acceptatie/ Positief denken / Veerkracht/ ED/AG/1) Zie ook: <http://www.bravenewbooks.nl>

Soort boek/ziekte/stijl:

Autobiografisch boek van 122 bladzijden over het leven met multiple sclerose (MS). Het is geen beschrijving van MS of van enig andere ziekte. Het boek vertelt wat MS met de auteur doet, hoe hij ermee omgaat en waar hij tegenaan loopt. Het boek is bedoeld voor iedereen met een chronische aandoening en voor iedereen die ergens wel iemand kent met een chronische ziekte of met een handicap.

Over de schrijver:

Remko Dijkstra (1974) is productmanager bij de Rabobank. In 2004 hoorde hij dat hij MS heeft. Deze aandoening van het centrale zenuwstelsel heeft invloed op zijn spraak en op de coördinatie van zijn bewegingen. Hij heeft een vriendin en een dochter.

Korte bespreking:

In 21 hoofdstukken worden evenzoveel aspecten van het leven met MS beschreven. Zoals wat het betekent om altijd moe te zijn, hoe het is om te vragen of iemand je even helpt, het accepteren van beperkingen en het gebruik van een rolstoel, wat het betekent om afhankelijk te zijn, over samenleven met een partner, ouderschap, solliciteren met een spierziekte, op vakantie gaan, etc. Remko Dijkstra laat de lezer laten nadenken over zaken waar men normaal niet bij stilstaat.

Wat viel op:

Het boek heeft een positieve uitstraling. De grondgedachte is dat de auteur niet gehandicapt is maar een handicap heeft. Dat iedereen in zijn of haar leven negatieve ervaringen heeft maar dat de impact die dat op je leven heeft vooral te maken heeft met hoe je altijd al in het leven stond. En hoe je gewend was om met tegenslagen om te gaan. Voor de auteur betekent dit dat hij na een lastige periode waarin hij leerde zijn aandoening te "accepteren" zich meer en meer is gaan richten op de dingen die nog wel kunnen en niet alsmaar om te zien naar wat verloren is gegaan, wat niet meer kan.

Citaten:

Blz. 14: 'Als ik afga op wat veel mensen tegen me zeggen, dan maakt de combinatie van een chronische ziekte en een aanstekelijk en relativerend optimisme mij vrij bijzonder. Niet uniek, dat zeg ik niet. En hopelijk wordt de groep van chronisch zieken met een positieve levenshouding ook steeds groter, en is deze combinatie over enige tijd helemaal niet meer bijzonder.'

Blz. 34: 'Mijn eigen leven kan ik wat draaglijker maken, maar op een eventuele genezing heb ik absoluut geen invloed. Dat bedoel ik met de nieuwe werkelijkheid. Je weet dat je onmogelijk op de oude weg kunt doorgaan en dus moet je een nieuwe inslaan. Niet iedereen kan zo'n omslag maken. Hoe meer dingen die je relateerde aan die oude werkelijkheid je moet opgeven, hoe moeilijker zo'n omslag zal zijn. Maar wat is het alternatief? Je kunt blijven mijmeren over vroeger, maar die tijd komt echt

niet meer terug. (...) In plaats van te denken wat je niet meer (zo goed) kan, kan je je ook richten op de dingen die je nog wel kan.'

Blz. 46: 'De beslissing om te gaan voor kinderen, is geen gemakkelijke. Zeker niet voor iemand met een chronische ziekte. Ineens zie je je geconfronteerd met vragen als: is MS erfelijk? En: Zal ik wel voor een kind kunnen (blijven) zorgen, ondanks mijn beperkingen?'

Blz. 56: 'Nou kan ik natuurlijk wel heel stoer blijven zeggen, dat het belangrijk is dat je ambitie houdt en dat je moet blijven solliciteren, maar ook ik sluit niet mijn ogen voor de werkelijkheid. Want, als ik me verplaats in de rol van werkgever, dan zou ik waarschijnlijk bij een gelijke en zelfs bij een iets mindere geschiktheid ook liever kiezen voor een gezond persoon dan voor iemand met een handicap. (...) Ik wil zeker niet propageren om in de slachtofferrol te gaan zitten, om je ambities maar te laten varen en om thuis te gaan zitten, maar een beetje realiteitszin is nooit verkeerd.'

Blz. 66/67: 'Naast vermoeidheid, is een verminderde cognitie één van de zaken die ten gevolge van MS kan optreden. (...) Ik merk bij mezelf dat ik vaak moeite heb met het onthouden van namen van mensen die ik hooguit eens in de zoveel maanden een keer tegenkom. (...) Ik pretendeer over een aardig stel hersens te beschikken. Cognitieve stoornissen zeggen ook zeker niet iets over de mate van intelligentie. Al kan een trager spraakvermogen de indruk van een lager IQ, zeker bij iemand die mijn medische achtergrond niet kent, wel wekken of versterken.'

Blz. 80: 'Er zijn, denk ik, in termen van je relatie, twee momenten te onderscheiden waarop je een chronische ziekte kunt krijgen: jullie kenden elkaar al voordat bij de één een chronische ziekte werd geconstateerd en jullie werden dus als het ware samen met het nieuws geconfronteerd, of je leerde de ander pas kennen toen je al ziek was. Beide hebben zo hun voor- en nadelen.'

Blz. 87: 'Zo bleek er voor bijna alles wel een oplossing of in ieder geval iets om je leven te vergemakkelijken. Maar dan moest of moet je er natuurlijk wel voor open staan. En daar zat 'm nou net de crux. Alles staat of valt met acceptatie. Het is heel gemakkelijk gezegd (of geschreven), maar zo eenvoudig was het helemaal niet. Zeker niet voor iemand die als vrij eigenwijs te boek stond. In mijn beleving zijn er twee vormen van acceptatie: het feit dat je ziek bent en het gegeven dat je hulp nodig hebt.'