

Niek van den Adel en Peter Smolders: 'Crash' Er zijn mensen die pas gaan leven als ze eigenlijk dood had moeten zijn. Uitgeverij Just Publishers, 2015. ISBN 9789089759207 (Ongeluk/ Dwarslaesie/ Revalidatie/ Sarcoïdose/ Syringomyelie/IC/ ED) Zie ook: www.justpublishers.nl en <http://niekvandenadel.nl/crash/>

Soort boek/zieke stijl:

'Het is niet goed voor je lichaam, zo'n ongeluk, maar voor je hoofd kan het wonderen verrichten, geloof ik. Ik ga mijn dromen achterna. Rollend' (Pag.36)

Boek van 255 pagina's waarin Niek van den Adel toelicht hoe hij leeft en leerde omgaan met een dwarslaesie, ontstaan na een motorongeluk, syringomyelie en sarcoïdose. Hij beschrijft kort hoe hij voor het motorongeluk leefde, het motorongeluk kreeg, bijkwam, revalideerde en hoe dit ongeluk zijn leven daarna heeft beïnvloed.

Cover tekst: 'Dit is niet het zoveelste boek van iemand die een ongeluk kreeg en het licht zag. Het verhaal van Niek. Over liefde, pijn, dood zaad, kracht, een puppy, gastvrijheid, doorzettingsvermogen, humor en succes.

Op zijn achtentwintigste gaat Niek van den Adel zwaar onderuit met zijn motor. Het gevolg: een dwarslaesie die hem vanaf zijn borst verlamt. Met daarbij een heel zeldzaam extraatje: een syrinx, een holte in zijn ruggenmerg die ook zijn nog werkende lichaamsfuncties voortdurend bedreigt.

Een dwarslaesie en een syrinx: volgens Niek is het de ideale combinatie voor echte bikkels. Zijn idee: zolang ermee te leven valt, moeten we dat vooral doen. En dan ook goed.

Dus is hij vijf jaar later getrouwd met zijn ergotherapeute, is hij vader van een tweeling, laat hij een huis bouwen, spreekt hij als coach en motivator duizenden mensen toe, leert hij topmanagers wat gastvrijheid is en zijn zijn blogs razend populair. Zijn motto: geluk zit niet in je benen. Geluk is een keuze.

Over de schrijver:

Niek van den Adel (1982) is getrouwd met Kim en heeft twee dochttertjes. Hij groeide op in een groot, warm gezin te Zevenaar, waarvan de ouders beiden fysiotherapeuten waren. Hij leefde een vlot leven als carrière jongen toen hij in 2010 een motorongeluk kreeg, dat zijn leven en levensinstelling volkomen veranderde. Niek van den Adel is nu o trainer en consultant, geeft workshops en is een veelgevraagd spreker in de zorg en in het bedrijfsleven. Zie ook: <http://niekvandenadel.nl/profile/> en <http://niekvandenadel.nl/mystery-employee-visits/>

Peter Smolders (1970) is auteur en programmamaker en heeft ruim twintig jaar ervaring in de media.

Wat viel op:

-Een prettig lezend boek waar de levensenergie vanaf spat. Met de nodige humor geschreven.

-Hoeveel steun Niek krijgt van zijn ouders en familie die bijvoorbeeld controleren of de zorg wel goed gaat en er de hand niet voor omdraaien om een maal te serveren met

toeters en bellen op allerlei plekken.

-Hoeveel geluk hij vindt bij Kim, de ergotherapeute met wie hij eerst gaat samenwonen, daarna trouwen en twee dochters krijgt. Niet dat hij moeilijke dagen niet beschrijft, maar steeds wint het optimisme, de zin in het leven. En ook anderen maken zijn leven meer dan de moeite waard. Want zoals hij zegt: 'Geluk zit niet in je benen.'

-De vele mooie observaties die Niek heeft gemaakt vanaf zijn ziekbed en binnen de zorg gedurende de revalidatie, zonder iemand persoonlijk af te vallen. Die observaties en ervaringen gebruikt hij in zijn werk als trainer, coach, consultant. En dat doet hij op een bijzondere manier. Een voorbeeld: de manier waarop Niek van den Adel mensen laat voelen wat een goede bejegening is voor patiënten, gedurende zijn workshops. Daarvoor zet hij catering en iedereen in. Prachtig om te lezen hoe mensen als ze 's morgens binnenkomen en vragen of ze koffie kunnen krijgen te horen krijgen dat dat niet kan, maar dat ze wel wijn en bitterballen kunnen krijgen. Om 's middags te laten zien hoe het ook kan. Door kussentjes onder knieën te schuiven als iemand moet knielen, een jas om een schouder bij koude et cetera.

-Wat hij schrijft over pijn meten op een schaal van een tot tien. Ook hij kan er niet echt mee uit de voeten, en hij is niet de enige.

Citaten:

Pag.96: 'Al op de IC heb ik er voor gekozen gelukkig door het leven te gaan, ook zonder werkend onderstel.'

Pag.147: 'In de drie dagen na mijn operatie leer ik dat pijn zich niet laat meten op een schaal van één tot tien.

Er is een elf een *hors catégorie*, een gevoel dat ik nog niet kende, zelfs niet in de twee fases van mijn leven waarin de dood een welkome uitweg leek.'

Pag. 200: 'Wat heb je dan wel?'

'Bier' zegt het meisje opgewekt. 'En wijn'

'Bier en wijn. Om halfnegen 's ochtends.'

'En bitterballen,' voegt het meisje glimlachend toe. 'Kan ik u iets brengen?'

De vrouw zucht.

Absurd. Bier en bitterballen om half negen 's ochtends, op een ochtend in juni, bij een training? Zeker. Maar ik ben in de zorg dingen tegengekomen die minstens even gek waren. Ik ben nummer 158 geweest in een totaal lege wachtkamer. Ik heb artsen meegemaakt die mijn dossier niet kenden. (...)

Recensies/Extra:

<http://niekvandenadel.nl/profile/>

<http://www.gastvrijezorg.nl/category/weblog>

<http://www.gelukzitnietinjebenen.nl/>

www.spinalnet.nl

<https://twitter.com/niekvdadel/status/655086905390841856>

<https://image-store.slidesharecdn.com/4e26ed87-7485-4a3d-8a2b-5d1cb712ae73->

[large.jpeg](#)

http://www.uitzendinggemist.net/aflevering/333210/Rtl_Late_Night.html#

Bol.com: Ray1981 23 november 2015 'Geraakt was ik al door het interview bij RTL Late Night, en eindelijk wist ik eens een cadeautje voor mijn verjaardag. Gisteren cadeau gekregen en vandaag in 1 ruk uitgelezen, en vind het jammer dat het uit is! Het boek geeft mij persoonlijk stof tot nadenken over hoe je tegen dingen aan kunt kijken. Als toekomstig homeopathisch therapeut geeft het me inspiratie voor mijn (toekomstige) praktijk. Bedankt voor deze intieme kijk in je leven!'

Tarna 24 november 2015: 'Dit boek is een must niet alleen voor iedereen die in de zorg werkt, maar eigenlijk voor iedereen die met mensen werkt. Het is een gezonde verbazing en verbijstering van schijnbaar normaal geworden omgangsvormen in de gezondheidszorg. Hiernaast een liefdevolle beschrijving van een partner, familie en vrienden. Eerlijk, open, humor en de weg naar acceptatie en verder over bliepmiepen, hydrofiele doekjes, geluk in de file, de magische 20ste bocht en hulpmarocanen. Ik heb het in een ruk uitgelezen met een traan van verdriet en van het lachten.'

<http://niekvandenadel.nl/> 'Dit is niet het zoveelste boek van iemand die een ongeluk kreeg en het licht zag. Dit is het verhaal van Niek, een autobiografie met een recalcitrante kijk op de werkelijkheid. Een verhaal over liefde, pijn, dood zaad, kracht, een puppy, gastvrijheid, doorzettingsvermogen, humor en succes. Over het feit dat 90 % van je lijf niet meer werkt, het restant er elk moment mee op kan houden en je 37 pillen per dag tegen de pijn moet slikken, kun je moeilijk doen. Of niet. Je kunt ook trouwen, vader worden, bloggen en trainer/coach worden. Niek van den Adel koos voor het laatste.

Wat een prachtig boek, heel filmisch geschreven, geweldig. Ontroerend, boeiend, komisch. Lijkt me een bestseller én absoluut filmwaardig! wowie.....'