

Recensent: Yvonne Vinke

Richard Disco: “In het spoor van mijn leven – *Mijn strijd met de acceptatie van PTSS*”. Uitgeverij Boekscout, maart 2017. ISBN 978-94-0223-481-3 (Burn Out/ Kanker/ Posttraumatische stressstoornis/ Dood/ Emoties/ Medicijngebruik/ Veerkracht/ ED). Zie ook www.boekscout.nl

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Boek van 106 pagina's waarin Richard zijn leven met chronische PTSS beschrijft. Het verhaal wordt ondersteund met zelfgemaakte gedichten.

“*In het spoor van mijn leven* schetst het indrukwekkende levensverhaal van Richard, waarin hij openhartig beschrijft hoe op twaalfjarige leeftijd zijn gezellige gezinssituatie drastisch komt te veranderen. Hij wordt geconfronteerd met het voor hem plotseling overlijden van zijn moeder en het uit elkaar trekken van het gezin. Hij wordt als enige van de jongere kinderen in een pleeggezin geplaatst. Hij valt van de ene traumatische ervaring in de andere en worstelt met het leven. Na een burn-out en de diagnose PTSS vecht hij zich een weg terug in de maatschappij. Hij legt zijn gevoel vast in de talloze gedichten die door zijn verhaal zijn geweven.” - Samenvatting www.boekscout.nl

Over de schrijver:

Richard is sinds 1984 getrouwd met Anke, aan wie hij veel steun heeft gehad. Daarnaast is Richard een echte hondenmens: hij beschouwt zijn honden als zijn kinderen. Zijn voorkeursrassen zijn de newfoundlander en berner sennen.

“Richard is aan de buitenkant een vrolijke man die aan de binnenkant een zware lading meedraagt. Na een zware burn-out op zijn veertigste vecht hij om het leven weer op de rit te krijgen. Samen met de hulp van huisarts, psychiater en psychologen en natuurlijk zijn lieve vrouw en honden. De nodige traumatische ervaringen krijgen een plaatsje. Het boek is een handreiking aan iedereen die met traumatische ervaring worstelt en het belangrijk vindt PTSS uit de taboesfeer te halen.” – www.boekscout.nl

Wat viel op:

Openhartig verhaal over wat Richard in zijn leven zoal heeft meegemaakt en hoe hij er toch steeds weer bovenop weet te komen.

Citaten:

Blz. 10: “*Lopen*

*Ik loop, ben aan de wandel
Loop door de natuur
Loop in de buitenlucht
Loop door mijn leven heen
Ik loop ik loop
Maar waar loop ik heen.”*

Blz. 31: “Zijn handjes kwamen ook wat losser te zitten en ik zat in die tijd dus ook wel regelmatig in elkaar gedoken om geen klappen op mijn kop te krijgen, want dat was zijn mikpunt. Dus bij zijn goede motivatie en opbeurende teksten als: “Je kunt ook nooit iets goed doen”, “Je bent niks en zal ook nooit wat worden” en “Twaalf

ambachten, dertien ongelukken”, kwamen de losse handjes er ook nog bij. Af en toe was ik blij dat ik weg was om te werken, honden uit te laten of om te voetballen.”

Blz. 78: “En weer ligt er op het kerkhof van mijn geboortedorp een familielid begraven. En getrouw lopen we ook nog even langs het graf van mijn ouders. De herinneringen van haar gang naar haar laatste rustplaats komen weer boven, de laatste momenten van mijn vader in het verzorgingstehuis en de uitdrukking in zijn ogen komen in gedachten voorbij.

Komt er een einde aan de gang naar het kerkhof, naar het crematorium, of...?”

Recensies/Extra:

Reviews van www.boekscout.nl:

- 5/5. Ik heb Richard leren kennen als een man vol Brabantse humor. Een schitterend boek ondanks alle miserie lees ik zijn humor tussen de regels door.

- 5/5. Ik had geen idee dat Richard zoveel op zijn bord heeft gekregen. En al is het ‘een diep bord’ zoals hij zelf zegt: Vol=vol en genoeg = meer dan genoeg. Ik vind het fijn dat ik meer over hem te weten ben gekomen via dit boek.

- 5/5. Mooi boek met een lach en een traan. Veel herkenning in en super trots op mijn broer dat hij dit zo heeft gedaan, ik doe het hem niet na.

- 5/5. Ook voor mij is er veel herkenning, maar dan in het tweede deel van het boek. Ik vind het heel knap dat Richard dit boek heeft kunnen schrijven en ik ben dan ook heel trots op hem.

De auteursblog van Richard is te vinden op: <http://richarddisco.auteursblog.nl/>

Richard is ook te vinden op Facebook:

<https://www.facebook.com/Richard.Discodogman>