

Ineke van Pelt: Jan, Uitgeverij U2Pi BV, Den Haag, 2019, ISBN: 9789087598938 (Psychiatrie, Suicide, Dood, Emoties, Familieverhoudingen, Rouw, PO)

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Op 3 november 2013 beëindigt de dan 39-jarige Jan bewust zijn leven. Een leven dat hem alles, maar ook niets te bieden heeft. Jan had namelijk het geluk op te groeien in een warm en liefdevol gezin en in een door hem geliefde omgeving. Ook materieel had Jan alles wat hij zich wensen kon. En toch bekwam hem steeds meer een gevoel van leegte en zinloosheid, van niets bij te kunnen dragen aan de wereld, waarin voor hem wel veel gevoel van "altijd alles maar moeten" speelde.

Het achtste boek van schrijfster Ineke van Pelt gaat over hem en heet dan ook "Jan". Samen met de ouders en broer van Jan deelt ze zijn levensverhaal. Een openhartig verhaal over zijn onbezorgde jeugd, zijn pogingen om een zelfstandig leven op te bouwen, zijn worstelingen met zichzelf en het leven.

Over de auteurs:

Ineke van Pelt stelt zich voor op haar eigen site <https://www.inekevanpelt.nl/biografie.html>: Ik ben Ineke van Pelt en studeerde filosofie aan Tilburg University. Vervolgens een certificaat VFP (Vereniging Filosofische Praktijken) behaald. Ik heb steeds de drang gevoeld om filosofie uit de ivoren toren te halen en meer toe te passen aan de alledaagse praktijk.

Korte bespreking

Het boek is afwisselend geschreven vanuit het perspectief van Jan (op basis van gesprekken met zijn ouders en broer) en vanuit het perspectief van zijn broer René. Dit maakt zowel de impact van de situatie op de persoon met de doodswens zelf (hoewel gebaseerd op de inzichten van anderen) als de impact op zijn of haar directe omgeving duidelijk. Het verhaal van Jan begint bij zijn jeugd, waarin hij vanaf basisschool leeftijd al worstelt met zijn leven en het idee heeft dat hij er eigenlijk niet wil zijn. Dit ondanks het liefdevolle gezin waarin hij opgroeit. Het boek beschrijft verder de worsteling die Jan ervaart gedurende zijn leven, met name in de laatste jaren daarvan en de zoektocht om rust te vinden.

Wat viel op

De worsteling van Jan en van zijn ouders en broer. Er komt een beeld van Jan naar voren als hele lieve, sociale man die altijd aan anderen denkt en voor iedereen klaar staat. Dit staat in groot contrast met hoe hij over zichzelf denkt en zijn levensworsteling. De onvoorwaardelijke liefde van zijn familie wordt mooi beschreven. Deze liefde komt ook tot uiting in hun acceptatie van zijn laatste stap en het feit dat ze daar open met Jan over hebben kunnen spreken. Het feit dat als er geen stempel op je valt te plakken (geen medische diagnose) er geen hulp mogelijk is bij je wens tot zelfdoding, of 'zelfverlossing' zoals het in het boek wordt genoemd, maakt ook indruk. Met het boek wil zijn familie anderen helpen die zich in een soortgelijke situatie bevinden door zelfmoordgedachten en hoe daar mee om te gaan bespreekbaar te maken en uit de taboesfeer te halen.

Citaten

Dat waren uitspraken, oprecht goed gemeend wellicht, van mensen die zelfhelpboeken hadden gelezen, maar niet wisten hoe het voelde als alle grond onder je voeten verdwenen was en je niet wist waar je het zoeken moest omdat elke dag een nieuwe kwelling was. p.62

“Het is zijn leven. Het is zijn keuze.” Ze voelde al heel lang dat hij zijn weg in het leven niet kon vinden. Een moeder kon dat heel goed aanvoelen. P.84

“Volgens de DSM-V classificaties (...) is er geen diagnose te stellen. We kunnen dus geen ‘stempeltje’ op Jan plakken. Er is geen sprake van depressie of een persoonlijkheidsstoornis. Om in aanmerking te komen voor euthanasie moet er sprake zijn van ondraaglijk en uitzichtloos lijden. Maar als er geen sprake is van een ziekte, kun je er volgens de maatstaven ook niet aan lijden.” p.99

Het bleek steeds meer onvermijdelijk. Jan heeft zijn rust gevonden. Naast een intens verdriet voelen wij die rust ook. Daarnaast voelen we een enorme dankbaarheid; dankbaarheid voor hoe hij heeft doorgezet en ons de afgelopen tweeënhalve maand ons op een kwetsbare openhartige manier heeft meegenomen. Uit die combinatie van gevoelens putten wij kracht. p. 153

Inzien:

<https://www.bol.com/nl/rnwy/productPage/preview/pdf.html?productId=9200000123181187>

Extra/Recensies:

Tussen tientallen verschenen boeken over zelfdoding is dit boek het tweede waarin een mens vanaf zijn kindertijd niet wil leven. De hoofdpersoon Jan is ongelukkig vanaf het moment dat hij naar de basisschool moet. Hij houdt alleen van zijn moeder. Al heel jong verlangt hij naar de dood en op een gegeven moment praat hij daarover openlijk met zijn oudere broer René en zelfs met zijn ouders. Zolang hij leefde, probeerde deze man gewillig wat zijn ouders van hem verlangden: hij liet zich onder andere opnemen in een psychiatrische afdeling, zocht ook werk, maar zijn obsessie blééf. Hij besloot zelfdoding te plegen en deed dat ook op 39-jarige leeftijd. Zoals hij had beloofd: niet op een enge manier door bijvoorbeeld voor de trein te springen en niet in de nabijheid van zijn ouders. Zij en broer René ervoeren het gebeuren als een bevrijding. Het boek is jaren later in opdracht van de familie geschreven en aan de hand van hun leven met Jan. Het eerste hoofdstuk is zogenaamd door de zelfdoder zelf en dat doet vreemd aan.

*Een opmerkelijk boek, vooral geschikt voor hulpverleners. -T.
van Oirschot-Sparla (via bol.com)*