

Maarten van der Weijden: 'Beter.' Uitgeverij Ambo /Anthos, Amsterdam 2009
ISBN: 9789026322587 (Kanker/Acute lymfatische leukemie, ALL) zie ook:
<http://www.maartenvanderweijden.nl/boek.html>

Over de schrijver: Bij Maarten van der Weijden (1981) werd in 2001 ALL geconstateerd waar hij van genas. Hij ging weer wiskunde studeren aan de Universiteit van Utrecht, waar hij zijn bachelor diploma haalde. En vooral ging hij ook weer wedstrijden zwemmen op de lange afstand. In 2008 won hij op de Olympische spelen in Beijing goud bij de tien kilometer open water zwemmen. In dat jaar werd hij ook sportman van het jaar. Bij die gelegenheid maakte Van der Weijden tijdens zijn speech bekend te stoppen met zwemmen. Maarten blijft zich inzetten voor de strijd tegen kanker en geeft veel presentaties aan het bedrijfsleven. Maarten woont in Eindhoven.

Soort boek/stijl: Autobiografie van Maarten van der Weijden waarin hij ook achtergronden schetst, maar waarin vooral zijn ziekteperiode en zijn zwemcarrière centraal staan. De nadruk ligt op hoe hij tegen die ziekteperiode aankijkt en hoe hij die heeft ervaren. Geschreven zoals Maarten bekend staat: direct, open, onverbloemd.

Korte beschrijving: In *Beter* vertelt Maarten hoe bij hem in 2001 acute lymfatische leukemie werd geconstateerd met overlevingskansen tussen de 30 en 50 procent. Hij beschrijft hoe hij werd behandeld en genas en wat voor impact dat op zijn leven heeft gehad. Daarnaast geeft hij enige visies op het genezingsproces, wat zijn bijdrage daaraan zou kunnen zijn geweest, die van artsen en andere invloeden als levensstijl of positief denken. Na een aantal zware chemokuren en een stamceltransplantatie genas hij en bleef leven als enige van de 5 personen met wie hij tegelijk begon. Hij beschrijft die periode, gaat o.a. in op de ziekenhuissituatie en onderzoeken, artsen en verpleging, medepatiënten, adviezen, steun. In verschillende hoofdstukken gaat hij ook in op perioden uit zijn jeugd en het leven naast het ziekenhuis. Hij schetst ook de moeilijke relatie met zijn vader, hoe hij zijn loopbaan als wedstrijdzwemmer weer oppakt en uiteindelijk ook kiest voor zijn vriendin Daisy. Maar eerst wordt hij Olympisch kampioen en wat hij daar voor moest doen en laten is ook in dit boek te lezen.

Wat viel op: Wat mij het meest aansprak waren zijn opmerkingen over positief denken, en gedachten over waarom iemand ziek is geworden. Met mooie voorbeelden illustreert hij dat adviezen of opmerkingen over positief denken gestoeld zijn op een levensvisie die de patiënten die het niet halen, dood gaan, in de kou laten staan. Omdat ze dan bijvoorbeeld niet voldoende positief hebben gedacht. Of dat ze ziek zijn geworden omdat zij iets verkeerd hebben gedaan, teveel vitaminen geslikt of geen sjaal aangehad, zodat de gezonde persoon zeker weet dat het hem niet hoeft te overkomen. Daarmee zet hij zich af tegen wat Karin Spaink heeft beschreven als 'de Orenmaffia' en 'het kwakdenken': *'Er zijn kennelijk ontelbare factoren die ziekte doen ontstaan. De vraag dringt zich dan ook op hoe verstandig het is telkens maar weer zo'n sterk accent op een oorzaak te leggen. Ziekten en afwijkingen zijn het gevolg van meervoudige oorzaken en kunnen om heel veel verschillende redenen ontstaan. Er is maar heel zelden een simpele verklaring. We zouden gezondheid dan ook beter kunnen opvatten als een permanent gevecht tussen de kracht van de aanval en de stabiliteit van de verdediging. Ziekte is bij orenmaffia verdiend vanwege kwakdenken. Ziek zijn zit tussen je oren, en ziekte kun je het beste*

bestrijden door beter naar jezelf te luisteren. Dan zal genezing vanzelf volgen. Ik ben bezig met het schrijven van een stuk waarin ik kijk naar hoe in ervaringsverhalen van patiënten/cliënten te lezen is in hoeverre zij beter worden van positief denken, dit denken hun manier van 'goed leven' heeft beïnvloed. Maarten moet beslist worden aangehaald, zeker als tegenwicht tegen de 'Lance Armstrong' invloed. Lance Armstrong is een Amerikaanse wielrenner die een agressieve vorm van prostaatanker kreeg en diverse keren de Tour de France won, ook nadat hij prostaatanker had gehad. In zijn boek gaat hij in op positief denken. Maarten kreeg 6 exemplaren van zijn boek.

Hoeveel moeite de behandelend artsen hebben om informatie te geven die duidelijk beschrijft hoe de stand van zaken is, als het gaat om kansen bij leven en dood. En dat een eerlijk antwoord dat moeilijk is niet kan als een arts aan het eind van de dag langskomt als hij/zij op het punt staat om naar huis te gaan. Dat wil wat mij betreft nog niet zeggen dat ze het niet moeten geven als een patiënt er zo direct om vraagt. En zo zijn er meer thema's die hij aankaart die de moeite waard zijn om een discussie over te starten.

Natuurlijk viel ook op de openheid over de relatie met zijn vader, die moeizaam en stroef was: conflicten tussen vader en zoon werden uitgestreden met stevige meningsverschillen en soms ook bot optreden. Dat zal misschien niet iedereen zo doen. Maar ook niet elke vader leest naast het ziekbed van zijn zoon een boek over hoe hij moet omgaan met de dood van zijn kind, omdat hij er anders de tijd niet voor kan vinden, of zet de financiering van zijn studie stop omdat hij, naast het zwemmen, niet genoeg uren aan zijn studie besteedt. Maar in het hele boek lees je ook dat ze elkaar waarderen, van elkaar houden. En op de eerste pagina staat al dat Maarten zijn vader bedankt, voor alles.

Citaten: Pag.33: 'Zowel mijn vader, met zijn opmerking over de sjaal, als die vriend van de HEMA-pillen probeert mij de schuld te geven. Van beide suggesties geloof ik niks. Wel snap ik dat het voor die vriend en mijn vader prettig is om zo te denken. Door mij de schuld te geven zijn ze zelf veilig. Die vriend zal, in zijn idee, geen leukemie krijgen, hij slikt tenslotte de vitaminepillen niet. Mijn vader krijgt ook geen leukemie, die zorgt ervoor dat hij niet verkouden of griepig wordt.'

Pag. 40: 'Mijn stapel Lance Armstrong boeken is niet onopgemerkt gebleven. Rob wil er graag een lezen. (...) Rob verslindt het boek. Als hij een groot gedeelte heeft gelezen, heeft hij een heel slechte nacht. (...) Robs neus heeft de hele nacht gebloed. Tot overmaat van ramp ging er ook nog van alles mis met zijn hart. (...) 'Ik ben een vechter,' zegt hij. 'Armstrong stond er ook beroerd voor en die heeft het gehaald.'

Pag. 129: 'Hoe komt het dat het idee van positief denken en vechten dan zo populair is? Misschien omdat mensen graag willen dat het zo werkt. Het is een fijne gedachte dat je je lot in eigenhand hebt. (...) Het is ook fijner voor de mensen om de patiënt heen. (...) Ook voor de patiënt die het geluk heeft te herstellen. (...) Voor wie het geen fijne gedachte is, is degene die het niet gehaald heeft. Die hoor je niet meer want die is dood. Ook voor de nabestaanden van diegene die het niet gehaald hebben is het geen fijne gedachte. (...) Het is een grote groep voor wie het idee fijn is. Is dat de reden dat het zo populair is? (...) Kanker krijgen is geen straf van God. Je kunt je kansen een beetje beïnvloeden door gezond te leven, maar over het algemeen is het een kwestie van geluk of pech. Wij mensen vinden dat geen fijne gedachte. Liever hebben we ergens een duidelijke oorzaak voor. (...) Door de kankerpatiënt de schuld te geven, bestaat de wereld weer uit oorzaak en gevolg.'

Pag. 82: 'De vrouwelijke zaalarts komt langs. Ze had beloofd om mij de uitslag van het aantal cellen in mijn hersenvocht te komen melden.' Het zijn er wat meer Maarten.

Het zijn er meer dan zou moeten.' 'Hoeveel meer dan?' 'Dat maakt niet uit, teveel is teveel.' 'Zijn het er meer dan tien?' vraag ik. Ik zit weer in een spelletje informatieontwikking. Uiteindelijk vertelt ze me dat het er ongeveer evenveel zijn als toen mijn lichaam nog vol zat met leukemiecellen- over de honderd.(...) En wat ze nog naarder en moeilijker vindt om te zeggen: het is bijna vijf uur en ze gaat naar huis. Morgen kan er pas verder gesproken worden over de consequenties.

Pag.84: 'Het schijnt heel druk te zijn, maar toch is er een hematoloog die wel even tijd kan vrijmaken. Ze komt direct naar ons toe. Ze legt uit dat het inderdaad niet goed verlopen is en dat ze beter niks had kunnen zeggen. Nu is er paniek terwijl er misschien helemaal niets aan de hand is.'

Recensie: Klantbeoordeling: (<http://www.selexyz.nl/>) Dit verhaal van Maarten is echt top, een levensecht verhaal over overwinnen van een ziekte en overwinnen in het open water. Hij is heeft met zijn verhaal zijn eigen verhaal verteld, het open water zwemmen in het zonnetje gezet en laten zien waartoe je in staat bent na genezing. echt 100% top, voor alle (open water) zwemmers, kankerpatiënten en hun naasten en iedereen die in het verhaal van een doorzetter is geïnteresseerd.

Zie <http://www.maartenvanderweijden.nl/boek.html> ook voor krantenartikelen: Ineke Verkaaik, Boekhandel Verkaaik "Zijn nuchterheid en relativeringsvermogen vormen een grote kracht die je ervaart tijdens het lezen van Maartens boek." Arno Koek, Boekhandel Blokker "Zijn boek maakt vanaf de eerste pagina een verpletterende indruk. Maarten van der Weijden is een terechte winnaar, zowel op sportief gebied als op het menselijke vlak." Hein van Kemenade, Boekhandel Van Kemenade en Hollaers ". Indrukwekkend verhaal. Goed geschreven."

Karin Spaink: 'Het strafbare lichaam.' De orenmaffia, het kwakdenken en het placebo-effect. Rainbow pocket 133. Uitgeverij de Balie. Amsterdam 1992. Pag. 108