

Marianne Prins: 'Wat een avontuur' Uitgeverij Free Musketeers, Zoetermeer 2012. ISBN 978-90-484-2440-5 Zie ook www.freemusketeers.nl en <http://marianneprins.webnode.nl> (Depressie/Borderline/ED/1)

Soort boek/Ziekte/Stijl: Egodocument van Marianne Prins op basis van dagboekfragmenten, waarin zij beschrijft hoe ze met een zware depressie leefde en ervan herstelde. Bijzonder is dat Marianne gedachten en emoties als levende wezens beschrijft: Angst, Kwaadaardigheid, Lol, Pret, Dreiging, Brein, Overmoed introduceert. Boek van 123 pagina's, geïllustreerd met zwart-wit tekeningen.

Over de schrijver: Marianne Prins (1957) had een moeilijke jeugd. Haar moeder was ernstig psychisch ziek en haar vader had een opvliegend karakter. Zij was een 'kind in de knel', dat verlatingsangst kende en een constante dreiging voor mishandeling. Deze ziekmakende omgeving leverde al op zeer jonge leeftijd chronische depressiviteit op. 'De vorming van mijn persoonlijkheid liep ernstig letsel op en mondde uit in een borderline persoonlijkheidsstoornis. Met deze bagage begon ik op veel te jonge leeftijd aan mijn volwassenheid.' <http://marianneprins.webnode.nl/> Marianne heeft twee kinderen, een zoon en een dochter, en woont samen met 'Lief'.

Marianne: 'Ik ben vorig jaar begonnen met schrijven in een periode waarin ik heel depressief was. Mijn behandelende arts adviseerde om actiever te worden. Leuk of niet. (...) Ik moest mij hier echt toe zetten, en het lukte mij ook niet altijd. Toen ben ik ook begonnen om mijn ervaringen op te schrijven, in columnvorm. Ik kreeg enthousiaste reacties. Ik moest erover nadenken: wil ik met mijn zielenroerselen naar buiten? Ja, dacht ik op een gegeven moment. Door het eeuwige wegstoppen en verbloemen was ik helemaal geïsoleerd geraakt. Hier had ik geen zin meer in.' (Bron: <http://www.dichtbij.nl/alphen/lifestyle/artikel/2388985/ik-moest-mij-tot-alles-zetten.aspx>)

Korte Beschrijving: Marianne Prins beschrijft in dit boek hoe ze gedurende een depressieve periode die ook te maken had met verouderingsprocessen, de overgang, verlamd werd door gedachten en gevoelens van angst, kwaadaardigheid, dreiging. Ze maakt er personen van met wie ze in gesprek ging. Ze toont zo hoe ze worstelde en met de depressie om probeerde te gaan, hoe Eenzaamheid, Angst, Sleur moesten worden bestreden, ze in beweging moest komen. Ze zette Brein in en andere gevoelens en emoties om eruit te komen. In de verhalen wordt duidelijk hoe moeilijk het soms was voor Marianne en haar omgeving om met deze depressie om te gaan en wat daarbij hielp. Wanneer de huisarts haar adviseert meer te gaan bewegen, probeert ze ook echt meer te gaan fietsen. Dat het niet zo makkelijk is om zo'n advies op te volgen, licht ze in dit boek toe. Hoe ze bijvoorbeeld overvallen werd door paniekaanvallen in een winkelcentrum, hoe moeilijk vervolgens zwemmen was, de strijd met alles verlamdende gevoelens, die maakten dat elke actie teveel was. Langzaam maar zeker boekte Marianne winst en kwam uit de depressie.

Wat viel op: Hoe Marianne personages maakt van gevoelens als Eenzaamheid, Hypocriet, Angst Lol etc. Dat levert een aparte manier van schrijven, verluchtigt, brengt humor in het boek, terwijl je ook wanhoop tussen de regels door blijft lezen. Dat ze daarbij ook nadacht over hoe haar borderline persoonlijkheidsstoornis (BPS) haar beïnvloedde.

Citaten: Pag.56: ‘Een heel klein beetje wakker is al genoeg om Dreiging vrij spel te geven en toe te slaan. Ik heb geen keus, moet eruit. In elk geval tot de kids en Lief de deur uit zijn. Wat voel ik me onvoorstelbaar klote. Dreiging verleid Angst én Eenzaamheid met succes. Het drietal beukt op me in en ik ben een gewillige prooi. Kan niet veel anders dan me aan hen uitleveren: totaal.’

Pag.91: ‘Op haar: ‘Wat ga je doen dan,’ antwoord ik doodgewoon met: ‘Zwemmen.’ Ik moet het wel vijf keer herhalen tot het echt tot haar doordringt. ‘Ga je echt?’ vraagt ze met een toon vol ongeloof.’

Pag.95: ‘Ik overweeg dit hoofdstuk van mijn dagboek af te sluiten en een nieuw te beginnen. Ik heb er al een naam voor. Toch aarzel ik nog en Brein grijpt in. Het alles-of-niets principe van mijn borderline is in werking getreden.

Pag.104: ‘Ze gedraagt zich als een virus, Eenzaamheid. Altijd aanwezig bij een verminderde weerstand, een stevige opleving. Mijn weerstand schijnt dus nu verminderd. Ze vreet me van binnenuit aan. Het is een ware aanval.’

Pag.122: ‘Ik weet zeker dat Ondernijmingskracht is opgebouwd uit losse elementen, die stuk voor stuk niet sterk genoeg zijn om mij, in dit stadium te dwarsbomen. Het is belangrijk die elementen op te sporen, dan vind ik passend verweer, zoveel heb ik wel geleerd de afgelopen maanden.’

Recensie: <http://www.dichtbij.nl/alphen/lifestyle/artikel/2388985/ik-moest-mij-tot-alles-zetten.aspx>

'Ik moest mij tot alles zetten' LifeStyle | 11 juli 2012 | reageer | Door de dichtbijredactie, Marieke Roggeveen (Witte Weekblad)

(...) - Stapje voor stapje probeerde Marianne Prins de draad van haar leven weer op te pakken. Een depressie had haar in de houdgreep. Haar ervaringen zette ze op een luchtige manier op papier en dat boek is te koop. (...)

Met Wat een avontuur heeft Marianne Prins haar eerste verhalenbundel geschreven. Deze bundel met dagboekfragmenten is geschreven in een korte periode van herstel uit een depressie. In bovengenoemd verhaal Goed bedoeld beschrijft Marianne Prins haar gevoelens als ze op verjaarsvisite gaat. Andere verhalen gaan over haar worsteling met de depressie, de ene dag zit ze beter in haar vel dan de andere dag, maar het is vooral de levendige schrijfstijl en de humor die de lezer mee laat leven

met de hoofdpersoon. Allerhande zaken komen aan de orde, op eenzelfde luchtige en spottende wijze zonder aan ernst in te boeten. (...)'

Marja Veenstra (NBD|Biblion recensie): '(...) Duidelijk wordt beschreven hoe moeilijk het voor de patiënt is om in actie te komen, hoe iedere activiteit uit de tenen moet komen en hoe veel gemakkelijker het is om in bed te blijven en niks te doen. (...) Naast depressie heeft de schrijfster last van de overgang en overgewicht, en ze grijpt gemakkelijk naar drank en valium. Veel problemen dus om jezelf door heen te sleuren. (...) . Een hart onder de riem en herkenbaar voor lotgenoten.'