

Bespreking: Guus van der Veer

Viktor Staudt: 'Het verhaal van mijn zelfmoord' Uitgeverij Nieuw Amsterdam, Amsterdam 2012. ISBN 9789046814222 (Borderline Stoornis, Depressie/ Zelfdoding/ Angststoornis / ED/1) Zie ook: <http://www.nieuwamsterdam.nl>

Soort boek/ziekte/stijl: Op 224 pagina's, onderverdeeld in 43 korte hoofdstukken, vertelt de schrijver over zijn zelfmoordpoging waarbij hij zijn beide benen verloor, de problemen die tot die zelfmoordpoging bijdroegen, en hoe hij er weer bovenop kwam. Met een voorwoord van psychiater Bram Bakker.

Over de schrijver: Viktor Staudt (1969) studeerde na het gymnasium enige jaren rechten en werkte vervolgens tien jaar voor een luchtvaartmaatschappij. Na bijna tien jaar in Duitsland en Zwitserland te hebben gewoond, vestigde hij zich begin 2012 in Italië. Viktor Staudt houdt zich op dit moment bezig met online zelfmoordpreventie. Zie ook: <http://dewerelddraaitdoor.vara.nl/media/182707>; <http://www.viktorstaudt.nl/>; <http://www.gezond24.nl/video/bekijk/viktor-staudt-overleefde-zijn-zelfmoordpoging.htm>

Korte beschrijving: Ogenscheinlijk gaat alles redelijk wel met Viktor Staudt. Hij heeft een goede baan, hij doet regelmatig aan sport, hij heeft vrienden en gaat regelmatig stappen. Maar hij heeft ook anstaanvallen, een intens gevoel van leegte en het gevoel dat hij niet echt leeft, maar een rol speelt. Hij zoekt hulp, maar dat lost niets op. Uiteindelijk besluit hij om zelfmoord te plegen. In November 1999 springt voor een trein. Hij gaat niet dood, maar raakt wel zijn benen kwijt. Dan volgt een lange, moeilijke periode van revalidatie, waarbij hij steun krijgt van zijn ouders en vrienden. Maar intussen denkt Viktor nog vaak aan zelfmoord. Dat verandert pas als hij – het is inmiddels 2005- door een arts een antidepressivum krijgt voorgeschreven.

Wat viel op: Het boek bevat een zeer explicite en indringende beschrijving van de zelfmoordpoging. Na het lezen ervan stond ik anders op het perron. Volgens de tekst op de omslag is dit “een uniek boek voor (familieleden en vrienden van) mensen met angsten en ernstige depressies en voor professionals in de medische wereld”. Andere betrokkenen, zoals treinmachinisten, politiemensen en ambulance personeel worden hier niet genoemd. Dat is kies, want wat een zelfmoord (poging) waarbij iemand voor de trein springt voor hen kan betekenen, wordt in het boek niet belicht.

Citaten: Pag.13: “ Dit is geen hoera-we-leven-nog-boek geworden; soms denk ik dat ik met een pyrrusoverwinning van de depressies ben afgekomen. Ik hoop dat mijn verhaal inzicht geeft in hoe depressiviteit een mens kan vernietigen”.

Pag.24:“Mijn diepgewortelde, uiterst negatieve zelfbeeld, dat ik misschien onbewust koester, voorziet de onzichtbare vijand van de kracht om mij aan te vallen. Dat geringe gevoel van eigenwaarde schijn ik alleen met extreme acties voor even een positieve draai te kunnen geven. ”

Pag.30: “Ik moest denken aan hoe ik als kind op de lagere school voor het eerst iets van angsten heb ervaren. Wat ik me namelijk kan herinneren is de vraag van mijn juf aan mijn moeder. ‘Victor lacht niet,’ zei ze op een ouderavond. Kan hij eigenlijk wel

lachen?’ Ik moet een jaar of acht, negen zijn geweest. Mijn moeder herhaalde die vraag de volgende ochtend aan het ontbijt. Ik had het een vreemde vraag gevonden. Niemand – ik als jongetje helemaal niet- heeft toen enig idee gehad dat het niet kunnen lachen een diepere oorzaak had.”

Pag. 94: “Veel van wat er direct na de sprong voor de trein heeft plaatsgevonden heb ik niet bewust meegemaakt, maar ben ik te weten gekomen uit de verhalen van anderen. Ik heb niets gemerkt van de mensen op het perron die het hebben zien gebeuren endie daarna gillend de trap naar beneden afgerend schijnen te zijn. (..) En ik weet ook niets van alles wat er in het ziekenhuis is gebeurd, tot aan het moment dat ik wakker werd op de intensive care.”

Pag. 194: “Sinds ik zelfstandig woon en naarmate de tijd verstrijkt ben ik me steeds meer bewust van mijn dubbele houding tegenover het leven. Aan de ene kant doe ik redelijk veel om er het beste van te maken, terwijl ik aan de andere kant – ’s avonds vooral, als ik mijn pijnstillers heb ingenomen- me afvraag waar ik het allemaal voor doe. Maar zolang ik nog niet dood ben, wil ik ook niet de hele dag in bed blijven liggen. Hoe paradoxaal het ook klinkt, juist het erop uitgaan en het inrichten van een nieuw leven zou mij er misschien eerder toe kunnen bewegen een goede oplossing voor mijn ellendige situatie te vinden. De tweestrijd wordt steeds sterker. Het is behoorlijk vermoeiend om steeds heen en weer te worden geslingerd tussen een zekere hoop op een toekomst – ik heb geen flauw idee hoe die toekomst eruit zou kunnen zien – en de zoektocht naar de dood.

Pag 211: “Ik kan niet ontkennen een dubbel gevoel te hebben. Aan de ene kant ben ik opgelucht en blij met het voorgeschreven medicijn Efexor, dat me niet alleen grotendeels vrij van angsten maakt, maar er tevens voor zorgt dat ik niet onder de andere problemen bedolven raak. (..) aan de andere kant vraag ik me weleens af hoe mijn leven was verlopen als ik dertien jaar geleden dit medicijn had gekregen, dat toen net op de markt was. Of als in elk geval de juiste diagnose gesteld was en ik niet weer met alleen kalmerende middelen de dokterspraktijk had verlaten”.

Recensies/Extra: Zie: <http://tboekenblog.blogspot.nl/2012/07/het-verhaal-van-mijn-zelfmoord-viktor.html> “De woorden die mij te binnen schieten na het lezen van dit boek zijn; wat een zeer aangrijpend, meeslepend, ontroerend en pakkend verhaal. Maar ook: wat een krachtig en moedig mens is Viktor Staudt. Het verhaal is vlot, makkelijk te lezen en beeldend geschreven waarbij gebruik is gemaakt van de afwisseling tussen heden en verleden.”

Hans Robert (zie: <http://frontpage.fok.nl/review/566369/1/1/50/boek-viktor-staudt-het-verhaal-van-mijn-zelfmoord.html?allowcookies>) “Het verhaal van mijn zelfmoord is een leesbaar boek, waarin een zeer heftig verhaal op opmerkelijk luchtige wijze wordt verteld. Het boek doet een geslaagde poging om duidelijk te maken dat mensen die met ernstige depressies te maken hebben zich niet aanstellen. Het verhaal van Staudt is het geschreven bewijs dat deze aandoening meer is dan wat veel mensen zien als chronische ontevredenheid of lusteloosheid.”