

Voorwoord

Geheel onverwacht en zonder voorverschijnselen kreeg ik op 29 september 2021 een hersenbloeding. Dit heeft mijn leven acuut op z'n kop gezet. Maar verrassend genoeg heeft het herstelproces me ook veel gebracht. Hoe ik deze periode heb doorgemaakt beschrijf ik in dit boekje. Het is een puur persoonlijk verslag en kent geen wetenschappelijke onderbouwing.

Het proces is heel intensief geweest, maar had ik niet kunnen doorlopen als ik niet de onvoorwaardelijke liefde en support had gehad van mijn vrouw en (schoon)kinderen. Ik ben hen daar intens dankbaar voor.

Ook de aandacht, de oprechte steun en liefde van familie, vrienden en heel veel collega's hebben mij in het diepste geraakt en ook enorm geholpen. Hun support was hartverwarmend, daar kon geen medicijn tegenop.

De illustraties heeft mijn jongste zus gemaakt. Zij is professioneel illustrator en zakelijk tekenaar. Zij heeft een zeer passende omslag ontworpen en de afbeeldingen bij de tijdlijn gemaakt. Ik ben bijzonder trots op haar bijdrage.

Last but not least wil ik alle deskundigen en professionele hulpverleners van het Roessingh bedanken. Wat zij voor mij hebben gedaan en betekent is onbeschrijfelijk. Terugkijkend had ik me geen betere plek voor herstel kunnen wensen.

Dit gevecht mag niet voor niets zijn

Het vooruitzicht een langdurig en intensief herstelproces door te moeten gaan maken is allesbehalve bemoedigend. Ik leef de eerste dagen nog in een soort roes en heb moeite de realiteit onder ogen te zien. Maar vrijwel direct zegt iets in mij dat dit gevecht niet voor niets mag zijn. Als ik dan toch 'aan de beurt ben' en dit moet doormaken, dan wil ik er ook iets aan overhouden, iets goeds dan wel.

Mijn persoonlijke ontwikkelingen wil ik nauwlettend volgen en gebruiken om een nieuw referentiekader op te bouwen. De tijd heeft geleerd dat ik snel terugval op mijn leven van vóór mijn hersenbloeding. En elk vergelijk met die periode gaat mank. Elke herinnering aan deze donkere periode moet zinvol worden door te laten zien waar ik vandaan kom. Als ik over vijf, tien of twintig jaar dit boekje pak, zal het me helpen te waarderen waar ik op dat moment ben uitgekomen en hoe ik me heb ontwikkeld. Ik heb niet alleen een hersenbloeding gehad, maar ook de mogelijkheid een 'Rob 2.0' uit te vinden.

Mijn ervaringen kunnen eventueel bijdragen aan de belevenissen, denkbeelden en inzichten van iedereen die op welke wijze dan ook te maken heeft (gehad) met een vergelijkbare ingrijpende levenservaring. Elke situatie waarin dit boekje kan bijdragen aan iemands herstelproces, zowel fysiek als mentaal, zou mijn inzet dubbel en dwars waard maken.

Ik heb ervoor gekozen om mijn verhaal te combineren met muziek, gedichten en vooral ook een beetje humor.