

Op zoek naar de verstrooide tijd

Van Koen Haegens verscheen eveneens
bij Ambo|Anthos uitgevers

De grootste show op aarde. De mythe van de markteconomie
Neem de tijd. Overleven in de to go-maatschappij

Meld je aan voor onze nieuwsbrief om op de hoogte te blijven van
de nieuwste boeken van Ambo|Anthos uitgevers via
www.amboanthos.nl/nieuwsbrief.

Koen Haegens

Op zoek naar
de verstrooide tijd

Ambo|Anthos
Amsterdam



Deze publicatie is tot stand gekomen met steun van het
Fonds Bijzondere Journalistieke Projecten en Buitenplaats Doornburgh
(Zie www.bjp.nl en www.buitenplaatsdoornburgh.nl)

FONDS Bijzondere
JOURNALISTIEKE PROJECTEN



Doornburgh
buitenplaats voor kunst en wetenschap

ISBN 978 90 263 6209 5

© 2023 Koen Haegens

Omslagontwerp bij Barbara

Omslagillustratie © Shutterstock

Foto auteur © Dirk-Jan van Dijk

Verspreiding voor België:

Veen Bosch & Keuning uitgevers nv, Antwerpen

Iets scheppen betekent tweemaal leven.

– Albert Camus, *De mythe van Sisyphus*

Voor Siep, Farah en Kinge

Inhoud

PROLOOG

Time-out 11

- 1 Coronatijd: op zoek naar de verstrooide uren 35
- 2 Gestolen tijd: de opmars van de nieuwe tijddieven 63
- 3 Werktijd: we wilden Luilekkerland, we kregen *Candy Crush* 85
- 4 Inflatoire tijd: waarom verstrooiing (niet) van alle eeuwen is 101
- 5 Toegewijde tijd: hoe een mens meer kan leven 123

EPILOOG

Lof op het einde 145

Dankwoord 159

Noten 163

Bibliografie 177

PROLOG

Time-out

Op maandagavond 11 november 2019 glijd ik over het kunstijs in Leiden. Een tikje moe. Dat zal er wel bij horen, denk ik nog. Op de redactie van *de Volkskrant* in Amsterdam heb ik die dag, heel toepasselijk, een artikel achtergelaten over werkstress. Dat veroorzaakt inmiddels een derde van al het ziekteverzuim in Nederland. Kosten: bijna 3 miljard euro per jaar. Nadat de deadline gehaald is, haast ik me naar huis. Daar staan mijn dochters en hun vriendinnen te trappelen met hun lampions. Het is Sint-Maarten. Terwijl zij opgewonden hun jassen pakken om zingend langs de deuren te gaan voor snoep, neem ik afscheid met een knuffel, sporttas over de schouder.

Gezonde mensen hebben een even simpele als effectieve manier om in het dagelijks leven de dood op afstand te houden. Noem het de ‘mij-overkomt-dat-niet-want’-methode. Waarna een reeks argumenten volgt waarom wij minder sterfelijk zouden zijn dan anderen. Ik vink alle vakjes aan. Nog geen veertig jaar oud. Geen overgewicht. Nooit heel ziek

geweest. Voor zover bekend geen genetische aandoeningen in de familie. Ik rook niet, eet geen vlees. De avonden dat ik veel drink zijn zeldzaam geworden.

Genoeg slaap krijgen was soms lastig de afgelopen jaren. Maar de kinderen worden groter. Ze kleden zichzelf aan en hoeven niet langer overal naartoe gebracht te worden. Sinds een jaar of wat merken mijn vriendin en ik dat we langzaam terugveranderen van uitgeputte zombies in mensen die soms best even tijd hebben voor zichzelf. Om drie keer per week te sporten, bijvoorbeeld. De overmoedige macho in mij kan die avond de gedachte niet onderdrukken dat, als volgende winter de techniek er echt goed in zit, ik hier meniggen voorbij zal schaatsen. Bij het uitkomen van de bocht, op het rechte stuk, ga ik zo hard ik kan. Ik voel me heerlijk.

Op dinsdag 12 november, nog geen half etmaal later, lig ik op de operatietafel. ‘Te vechten voor zijn leven’ wordt dan gezegd, maar mijn waarheid is anders. Doodgaan is op deze manier niet moeilijk. Het is vreselijk voor de mensen om me heen. Mijn gezin, ouders, vrienden verliezen iemand. Zij moeten daarmee verder leven. Ik hoef op dat moment enkel weg te glijden in de narcose. Geen pijn of verdriet. Helemaal niks. Mocht ik het niet halen, dan zal ik daar nooit meer iets van merken.

Ik heb zelfs geen tijd gehad om bang te worden. Op de terugweg van de ijshal in de auto, vlak voordat ik onze donkere straat in rijd, voel ik plotseling druk rond mijn borstkas. Even denk ik aan een hartinfarct. Eenmaal binnen stel ik mezelf gerust: het zal wel een gekneusde rib zijn. Opgelopen

door een rare beweging met schaatsen. Na een warme douche voel ik me al een stuk beter. Opgelucht stap ik in bed.

Als ik midden in de nacht wakker word, is de pijn terug. Ik ben misselijk. Mijn vriendin, Mirjam, wil 112 bellen. Ik protesteer en we komen tot een compromis: de huisartsenpost. Maar enkel en alleen voor haar gemoedsrust. Een goed uur later lig ik toch in een ambulance op weg naar het ziekenhuis. Terwijl ik van het ene naar het andere onderzoek ga, blijf ik volhouden dat het allemaal reuze meevalt. Ik bied de medewerkers op de spoedeisende hulp mijn excuses aan omdat ik ze met zoiets onbenulligs lastigval. Maak grapjes. Totdat mijn bed in de vroege ochtend plotseling omringd wordt door een bataljon ernstig kijkende artsen.

Ze hebben het over een ‘aortadissectie type A’. Ik heb geen flauw idee wat ze bedoelen. Biologie, in het bijzonder het menselijk lichaam, was nooit mijn sterkste vak op de middelbare school. ‘Stel je jouw grote lichaamsader voor als een fietsband,’ leggen ze me uit in gewonemensentaal. Die van mij is niet alleen fors opgezwollen. Er zit ook een enorme scheur in de binnenband. Ik ben – letterlijk – enkele millimeters verwijderd van een fatale bloeding. Met elk uur dat verstrijkt, wordt de kans dat ik dit overleef kleiner. Net op dat moment blijken alle operatiekamers bezet. Zodra er eentje vrijkomt, ga ik onder het mes. Tot die tijd moet ik zo rustig mogelijk blijven liggen. Vooral niet in paniek raken, krijg ik te horen, dat vergroot het risico op verdere scheuring. En of er nog iemand is van wie ik afscheid wil nemen?

Stel dat ik dit overleef. Zal ik dan nog de persoon zijn die ik nu ben? In het allerbeste geval voel ik me straks een negen-

endertigjarige in het lichaam van een senior, flitst het door me heen. Veel erger zou ik het vinden als mijn hersenen beschadigd raken. Die kans is reëel. De hart-longmachine zal lange tijd het werk van mijn eigen organen overnemen. Heel gek: misschien zijn dit wel mijn laatste heldere gedachten.

Ik bel Mirjam. Die is kort daarvoor naar huis gegaan om onze kinderen uit bed te halen en naar school te brengen. Mijn ouders wonen aan de andere kant van het land, ik spreek ze kort. Mijn broer komt halsoverkop naar het ziekenhuis gereden. In een eerste dagboeknotitie, negen dagen later, verwonder ik me over mijn eigen kalmte in die uren voor de operatie. ‘Slaagt het: dan leef ik, en ga ik door naar alle volgende vragen (Hoe leef ik dan? Ben ik vanaf nu een oude man? Dit is een breukvlak in mijn leven, maar verder?). Slaagt de operatie niet, dan ben ik er niet meer. Zo simpel. “Zijn” versus “niet-zijn”’

Ik word wakker met een buis in mijn keel. Dus ik ben er nog. Pas veel later durf ik Mirjam te vragen wat er in het tussenliggende etmaal precies gebeurd is. De operatie loopt aanvankelijk op rolletjes, vertelt ze me. Ik heb het geluk dat een van dé specialisten in Nederland op het gebied van aorta-dissecties en klepreparaties die ochtend aanwezig is in het ziekenhuis. Na een uur of tien belt hij haar op. Opluchting: alles is fantastisch verlopen. Ik leef nog. Het gehavende deel van mijn aorta is vervangen door een soort kunststof slang. Zelfs mijn aortaklep kon, tegen de verwachting in, gespaard worden. Dat is goed nieuws. Er zit geen stuk varken of rinkelende metalen namaak in mijn lijf.

De chirurg heeft er op dat moment een lange dag op zitten. Zijn collega's zullen de klus afmaken, hoort mijn partner. Mijn doorgezaagde borstbeen wordt met staaldraad weer aan elkaar gemaakt, waarna ik naar de intensive care kan. Maar dan komen de complicaties. Het bloeden stopt niet. Ik word terug de operatiekamer in gereden en opnieuw opengesneden.

Er gaat een uur voorbij. Twee uur. Ik kan me niet eens voorstellen hoe Mirjam en mijn inmiddels gearriveerde ouders zich voelen. Eerst thuis starend naar de telefoon, later in de wachtkamer van het ziekenhuis. Drie uur. Vier uur. De enigszins wanhopig klinkende artsen vragen toestemming om me een laatste redmiddel toe te dienen, Novoseven. Dat peperdure medicijn helpt het bloed stollen, maar brengt grote risico's met zich mee op de door mij gevreesde hersenschade. Half wakend voelt Mirjam die avond dat er iets heel erg fout zit. In een soort visioen ziet ze me achter een glazen wand, bekent ze me achteraf. Ik praat tegen haar. Lijk haar gerust te willen stellen, maar ze kan niet horen wat ik zeg. Of heeft ze toch geslapen?

Na een operatie van vijftien uur verlaat ik eindelijk, definitief, de operatiekamer. Wat volgt is als een lange, koortsachtige droom. Liggend op de ic raak ik telkens weer de knop kwijt waarmee ik de verpleegkundige kan roepen. Dan probeer ik uit alle macht geluid te maken, maar niemand die me hoort. Of is ook dat verbeelding? De mensen die me opzoeken zeggen dat die knop gewoon naast me ligt.

Ik zweet me te pletter. De verpleegkundigen laten me aan een sponsje likken om extra vocht binnen te krijgen. Zal er

wel bij horen, denk ik op dat moment, maar nog geen week later blijkt een nieuwe ingreep onvermijdelijk. Er heeft zich na de operatie te veel vocht opgehoopt rond mijn hart. Dat dreigt in de verdrukking te komen. Daar gaan we weer, denk ik. Opnieuw die schaduw van de dood. En ook: kom ik hier ooit uit? Slechts deels verdoofd, voel ik hoe de arts mijn hart aanraakt. Onwerkelijk.



Wie ziek is, komt buiten de gangbare tijd te staan. De rest van de maatschappij draait door alsof er niets gebeurd is. Zonder mij. Terugbladerend in de agenda zie ik in mijn haast onleesbare handschrift de afspraken staan die ik die week miste. Koffiedrinken met een oud-collega, een interview met Nobelprijswinnaar Joseph Stiglitz in het Ambassade Hotel in Amsterdam, een kort gesprekje met de nieuwe CEO van ABN Amro. Vanuit mijn bed kijk ik uit op de achterkant van Leiden Centraal. Elke ochtend en avond zie ik de mensen wachten voor de fietsenkelder. In die rij stond ik ook altijd. Gestrest omdat ik de trein naar Amsterdam dreigde te missen. Bang om te laat te komen op de vergadering waar ik met de economieredactie bespreek over welk nieuws we die dag gaan schrijven. Inmiddels heb ik geen idee meer of het een maandag of een vrijdag is. Laat staan hoelang ik hier al ben.

Ik ben geen heilige, maar in de uren tijdens en na mijn operatie heb ik meer drugs gekregen dan in mijn hele leven tot dan toe. Ketamine, morfine, lees ik in mijn medisch

dossier. Naarmate de verdovende middelen uitgewerkt raken, komen de gedachten. Het is alsof er een schijnwerper op staat, zo fel zijn ze. Zo intens dat het pijn doet aan de binnenkant van mijn ogen.

Ik zie een ochtend in de zomervakantie voor me. Blauw en fris dat het knispert. Is het in Zweden, waar we die zomer waren? Meer beelden. Mirjam, vriend (is het met mij of iemand anders?), rechtop zittend met haar rug naar me toe gekeerd. Nog een: mijn oudste kind als baby. Diens opmerkelijke dot witte haren op het hoofd, liggend op het verschoonkussen in ons eerste appartement. Als plotseling de zonnestralen door het raam naar binnen vallen, begint die recht omhoog te plassen. Lachend weet ik de straal nog net te ontwijken.

De eerste film die ik zie – de lichten bij het station zijn aan, het ziekenhuis lijkt verlaten, op de gangen klinkt slechts het nerveuze gepiep van de medische apparatuur – heet *Call Me by Your Name*. Ook nu weer komt alles knalhelder binnen. Er is een prachtig vakantiehuis in Italië. Op de achtergrond nostalgische jarentachtighits. De eerste liefde in die ene zomer, op de drempel van volwassenheid. Euforie van absoluut, puur geluk dat nooit meer terugkomt. Als de vader in de slotscène zijn zoon op het hart drukt zich niet te laten afschrikken door het liefdesverdriet dat hij nu voelt, het leven met al zijn pijn en schoonheid recht in de ogen te kijken, huil ik net zo hard mee.

Mijn bezoek vertel ik grappend dat ik in een sentimentele ouwe taart verander. Volgens Ria, een geestelijk verzorger met wie ik spreek, hoort het erbij. Wat ik voel bij al die hevi-

ge herinneringen, legt ze me geduldig uit, is de pijn van het bijna-verlies. Het besef dat, als het net iets anders was gelopen, dit allemaal voorbij was geweest. Op hetzelfde moment is er de blijdschap dat ik het heb mogen meemaken. Dankbaarheid voor wat ik inmiddels stilletjes in mezelf mijn 'eerste leven' noem.

Langzaam besef ik dat die verwarrende cocktail van emoties mij ook kan helpen. Datgene waar ik nu aan denk, is blijkbaar het allerbelangrijkste voor me. Anderen moeten door een midlifecrisis gaan om dat uit te vinden. Of ze struinen tijdens een sabbatical de wereld af op zoek naar zo'n persoonlijk kompas. Ik heb het mijne zomaar gevonden in het ziekenhuis in mijn eigen stad. En de dingen die gedurende die eerste weken geen moment bij me opkomen? Een leidinggevende functie krijgen bij de krant, hoeveel volgers ik heb op Twitter, überhaupt carrière maken: blijkbaar doet dat er voor mij niet toe.

Hoe groter de afstand tot het leven, merk ik, hoe meer overzicht. Als een astronaut die vanuit de ruimte neerkijkt op de piepkleine aarde. Met één been buiten de tijd, het andere er nog in, voelt het in die dagen alsof ik mijn bestaan bijna kan vastpakken. De term waar ik naar zoek ligt op het puntje van mijn tong. Later zal ik het opzoeken op internet. 'Archimedisch punt,' lees ik. 'Een denkbeeldig vast punt buiten de aarde, waarvan de Griekse wiskundige Archimedes, geboren en getogen in Syracuse (285-212 v. Chr), zei (misschien): "Geef mij een standplaats en ik zal de aarde bewegen."'

'Eigenlijk keer je zo aan het einde van je leven terug naar

het begin, als alles simpel is,' schrijf ik in mijn dagboek. 'Van wie je houdt, waar je blij van wordt. Tussen die twee glasheldere momenten zit een heel leven van dilemma's, "wat als"-denken, de socialisatie die maakt dat we dingen doen, gewoon, omdat we ze doen.' Ik voeg er een paar regels aan toe uit een nummer van Regina Spektor dat door mijn hoofd zingt:

*This is how it works
You're young until you're not
You love until you don't
You try until you can't [...]
And everyone must breathe
Until their dying breath*



Zo kalm en rationeel zijn mijn gedachten die eerste maanden lang niet altijd. Het is alsof ik de doodsangst, waarvoor afgaande aan mijn operatie geen tijd voor was, nu moet inhalen. Alle vertrouwen in mijn lijf is weg. Als ik na twee weken thuis verder mag herstellen, zit ik dezelfde nacht alweer op de spoedeisende hulp: hartritmestoornissen. Dat betekent opnieuw elektrische schokken met de defibrillator. Een iets te enthousiaste arts wil me die ochtend nog opereren. Een buitenkansje, wordt me verteld: hij heeft nog precies één gaatje in zijn agenda. Deze keer weiger ik. Ik betwijfel of het werkelijk nodig is. Of dit geen voorbeeld is van overbehandeling. In plaats van opengesneden te worden,

krijg ik nieuwe medicijnen. Die slaan aan.

De dagen voelen als een achtbaan. Van het ene op het andere moment kan er een nieuwe duikvlucht volgen, zonder dat ik daar enige invloed op heb. 'Je komt hier nooit meer uit,' vat ik mijn vrees samen. Ik begin te begrijpen hoe zwaar het leven is voor mensen die chronisch ziek zijn. Of die, zoals sommige familieleden, met psychische tegenslag kampen. Die pijn, hun angst, is er altijd.

Het bonzen van mijn haperende hart hoor ik overal bovenuit. Dat verandert niet nadat ik voor de tweede keer uit het ziekenhuis ontslagen ben. Steeds weer houd ik gespannen de adem in: trekt het een spurt? Voel ik het nog wel? Ik droom zelfs dat mijn hart stilstaat. Het is nacht, ondanks de slaappillen lig ik wakker. Zoveel lieve mensen om me heen. En toch ben ik alleen met dit onbetrouwbare lichaam dat me als een dief in de nacht dreigt te overvallen. Ik heb me nog nooit zo eenzaam gevoeld.

Hoe meer mijn lichaam herstelt, hoe zwaarder het wordt in mijn hoofd. Sinds het ziekenhuis lijk ik in een constante staat van paraatheid te verkeren. Alsof ik een prooidier ben in het donker, in het open veld – overal om me heen dreigt gevaar. 'De tijd is je beste vriend,' vertrouwt *Volkskrant*-collega Fokke Obbema me toe tijdens een visite. Hij kan het weten, want hij is twee jaar daarvoor getroffen door een hartstilstand. 'Elke dag die tussen jou en die gebeurtenis staat, is er één,' zegt hij. 'Waarmee de onzekerheid slijt, de doodsangst, het trauma.'

Søren Kierkegaard schreef eens: 'Angst is het duizelen van de vrijheid.'¹ Volgens de Deense filosoof komt het soort