

## 179 Spelen met de tijd

De tijd gaat voorbij  
Met zien en met horen  
De tijd gaat voorbij  
Met honger en dorst  
De tijd gaat voorbij  
Tussen dood en geboren  
Van bloesem naar koren  
Gebruikt of vermorst

De tijd gaat voorbij  
Met wikken en wegen  
Van het voor en het tegen  
Gaaf de tijd voorbij  
De tijd gaat voorbij  
Met het zoeken naar wegen  
Vergeet je te leven  
En de tijd gaat voorbij

De tijd gaat voorbij  
In een schelp aan je oren  
Hoor je het ruisen:  
De tijd gaat voorbij  
De tijd gaat voorbij,  
De tijd gaat verloren  
De tijd trekt zijn sporen  
In jou en in mij

De tijd gaat voorbij  
Met passen en meten  
Met kansen berekenen  
Voor een langer bestaan  
De tijd gaat voorbij,  
Je zou moeten weten  
Dat je de tijd moet vergeten  
Om de tijd te verslaan

Het lijkt er overigens op dat velen juist een probleem hebben met de snelheid van de tijd, niet met de traagheid, laat staan met de stilstand: we zijn immers druk, druk, druk. Hoe valt ons probleem met de tijd verklaren? Een week geleden sprak ik na een mooi concert – het kan weer! – een vrouw die onlangs in Zwolle was komen wonen. Heel wat jaren had ze na haar werk zeker een half uur nodig gehad om thuis te komen. Nu hoefde ze nog maar 7 minuten te fietsen. Heerlijk toch?! Nou, dat was wel heel erg wennen ge-

“...Wij hebben maar een paar minuten tijd [...] We moeten rennen, springen, vliegen, duiken, vallen, opstaan en weer doorgaan, we kunnen nu niet langer blijven staan.”<sup>1</sup>

Lukt het jou een beetje, het vergeten van de tijd? Liselore Gerritsen (1937–2020) kent geen twijfel: “je zou *moeten* weten dat je de tijd *moet* vergeten om de tijd te verslaan.” Het woord *moeten* suggereert dat het om een ‘voorwaardelijke daad’ gaat, zoals je ook je rijbewijs *moet* halen om te mogen autorijden. Maar kan dat wel: de tijd vergeten en verslaan? Het antwoord is simpelweg: nee.

Hoe komt het dan dat dit lied na meer dan vier decennia nog steeds heel populair is, veel wordt geciteerd op websites, wordt voorgedragen tijdens trainingen en kerkdiensten? Is iets proberen te vergeten immers niet net zoiets als het najagen van wind, tevergeefse energie die resulteert in niets anders dan vermoeidheid? Het vergeten van de tijd kan je wel *overkomen*. Zoals de vrouw van de schilder Evert Pieters (1856–1932), die zich in de kleurige wereld van haar tuin heeft teruggetrokken. Ze is zó verzonken in een boek dat ze die haar omringende wereld én de tijd vergeet; het *overkomt* haar – plaats en tijd vallen weg.



Wat is dan wél het geheim van het gedicht? Is het toch die onvervulbare illusie die in de laatste vier regels wordt gewekt? Ik denk het niet. Het is de herkenning van wat tijd is: Wij kunnen de tijd niet zien of aanraken, niet voelen noch ruiken. De *voortgang* van de tijd is ongrijpbaar en kan al-

leen worden ervaren *in de relatie met iets anders in of buiten ons* dat voortgaat, beweegt, verandert. We lezen in het gedicht dat we de voortgang van de tijd ervaren door wat ons voortdrijft in ons leven: passen en meten, wikken en wegen; maar ook door het kloppen van ons hart, het veranderende licht van de zon en de maan, een landschap dat voorbij glijdt. Opgesloten in een donkere kamer verlies je heel snel elk begrip van tijd. We kunnen wél ervaren dat de tijd *stilstaat*. Alles om ons heen en in ons houdt dan op te bestaan op één alles omvattend feit na. Zo vindt op een mistige maandagochtend op 8 januari 1962 even voor half tien bij het Utrechtse dorp Harmelen de grootste treinramp uit de geschiedenis van Nederland plaats. Twaalf jaar later is er een tv-documentaire met de titel *De tijd stond even stil*, waarin betrokkenen omzien naar die ramp. Ik denk dat velen van ons in het éigen leven een moment hebben ervaren dat de tijd stil stond...

Het lijkt er overigens op dat velen juist een probleem hebben met de snelheid van de tijd, niet met de traagheid, laat staan met de stilstand: we zijn immers druk, druk, druk.

Hoe valt ons probleem met de tijd verklaren? Een week geleden sprak ik na een mooi concert – het kan weer! – een vrouw die onlangs in Zwolle was komen wonen. Heel wat jaren had ze na haar werk zeker een half uur nodig gehad om thuis te komen. Nu hoefde ze nog maar 7 minuten te fietsen. Heerlijk toch?! Nou, dat was wel heel erg wennen ge-

weest. Want vroeger draaiden de wieken van de gedachtemolen in dat halve uur nog rond, maar als ze thuis kwam was haar hoofd schoon van het werk en kon ze andere dingen gaan doen. Maar nu, die 7 minuten waren te weinig! Als ze thuis kwam zat haar hoofd nog vol van het werk – ze had gewoon meer tijd nodig om weer bij de tijd te zijn, andere dingen te kunnen oppakken – Wat bijzonder, ik had dat ook ervaren toen ik in Heerde woonde en niet meer vanuit Amsterdam, Eindhoven, Nijmegen naar huis hoefde te reizen, maar vanuit Zwolle. In haar en mijn ervaring is zowel het probleem als de oplossing zichtbaar: luister naar het ritme van de tijd en speel ermee!

Kun je de tijd vergeten? De tijd verslaan? Meer tijd maken door nóg meer activiteit in een uur te stoppen? Vergeet het maar! Je kunt wél spelen met de tijd!

...

We leven met klokken in ons lijf! Onze centrale breinklok reageert op het in de seizoenen veranderende tijdritme van dag en nacht. Klokken in onze organen – zoals lever, spieren en hart – zijn vooral gevoelig voor de energie die als voedsel binnenkomt en door beweging wordt verbruikt. De lichaamsklokken reageren (als het goed is) tijdig op veranderingen in onze omgeving of in ons lichaam zelf. De klokken lopen voor elk mens wat verschillend. Als je leert luisteren naar de signalen van jouw klokken kun je spelen met de tijd.

De tijd vliegt voorbij – dat is het overheersende gevoel als we het (te) druk hebben. We nemen allemaal waar dat de *externe* maatschappelijke klok steeds sneller loopt. Valt daar wat tegen te doen? Zeker, want hoe je met die voorbij vliegende tijd omgaat bepaalt je zelf – bijzondere tijden en gebeurtenissen daargelaten. Maar ja, we willen zoveel; we willen de contacten met onze vele, al of niet digitale relaties onderhouden; we willen ook veel reizen, uitgaan, genieten van kunst en cultuur, van natuur, van de kinderen en de kleinkinderen – ach, vul het zelf maar in. Maar het probleem is: daardoor gaan onze eigen klokken steeds sneller lopen, we houden het niet bij. Je merkt dat het niet helpt als je de hakken in het zand zet. De tijd wordt daar niet koud of warm van, de tijd loopt door. Als je nog harder gaat lopen, loop je jezelf voorbij en val je om. Er is maar één oplossing: “if you can't beat them, join them”; jaag de tijd én jezelf niet op stang, laat de tijd je vriend zijn, luister naar deze vriend en speel ermee.



Kun je spelen met de tijd? Wil je het zelf ontdekken? Luister dan, voordat je nu verder leest, naar nummer 1 van mijn muziekkeuze hieronder, het duurt (helaas) maar twee minuten. Tik daarbij met je hand op de maat van de muziek en je ervaart direct wat spelen met de tijd is: de pianiste versnelt en vertraagt voortdurend, ze zet de tijd – letterlijk – naar haar hand. Deze speeltechniek heet *rubato* en dat woord betekent ‘geroofde tijd’. Ze ‘steelt tijd’ van sommige noten en voegt die tijd toe aan andere noten of ze ‘houdt even haar adem in’, neemt een korte rust.

Wil jij dat de tijd je vriend is waarmee je *rubato* kunt spelen? Het metrum van de tijd is onverbiddelijk, de klok loopt door maar jij kunt keuzes maken: alles heeft zijn tijd, maar jij kunt die vertragen en versnellen, jij kunt minder en meer tijd aan activiteiten besteden, ze achterwege laten, een rust inbouwen.

Wie weet - als je speelt met de tijd  
kan het je overkomen dat je zelfs de tijd vergeet!

---

1. enkele regels uit het lied *Opzij* van Herman van Veen; [hier](#) zie en hoor je hem in 1979



Muziek 1. Martha Argerich is ongetwijfeld één van 's werelds beste pianisten. Ze beheerst het *rubato* spel volledig, speelt met het ritme van de tijd en maakt van het slechts 2 minuten durende [Van fremden Ländern und Menschen](#) van Robert Schumann een heerlijk luisterfeestje.

2. In 1982 verschenen het boek en de lp *Oktoberkind*; je hoort Liselore Gerritsen met het lied [De Tijd](#)

3. Ik weet het, ik kies dit niet voor de eerste keer. Maar de [Sonatine, Kantate 150 - Gottes Zeit ist die beste Zeit \(Actus Tragicus\)](#) van J.S. Bach mag hier en nu zeker niet missen. Die twee blokfluiten – wat oneindig mooi!