

232 Stemmen in mijn hoofd

Het overkwam Cees van der Laan in 2014. Hij is amper aangetreden als hoofdredacteur van het dagblad Trouw - de krant die ik misschien al wel 65 jaar lees - of er breekt een crisis uit omdat één van de redacteuren zijn bronnen verzonnen heeft. Tien jaar later, nu hij afzwaait, vertelt hij er over¹: "Ik weet nog dat ik met mijn auto op de N 211 stond, voor de stoplichten. [...] Ik dacht: ik hou het niet meer. Dit gaat niet goed aflopen met de krant. Dit gaat niet goed aflopen met mij. Toen belde ik een goede vriend. Hij gaf me de beste les van de afgelopen tien jaar. Hij zei: Cees, het zijn allemaal stemmen in je hoofd. Dat gaf rust. Ik bedacht het allemaal zelf. Sindsdien denk ik bij veel dingen: het zijn gewoon stemmen in je hoofd."

Stemmen in je hoofd - toen ik die woorden las, rinkelden bij mij alarmbellen. Het overkwam mij in 2005. Ik werd gebeld: een meisje van 9 jaar oud was overleden. Ze had een niet eens zo ingrijpende operatie ondergaan. Op de kinderafdeling van het ziekenhuis was geen bed meer vrij en dus werd ze op de afdeling chirurgie voor volwassenen geplaatst. Daarna waren fatale fouten gemaakt: de overdracht van de chirurg was onzorgvuldig geweest en mede daardoor had een verpleegkundige het medicijnprotocol voor volwassenen (ook nog verkeerd) toegepast. Het meisje was rustig in slaap gevallen om niet meer wakker te worden. Ik wist wat me te doen stond en het angstzweet brak me uit. Stemmen in mijn hoofd: ouders, huilend, misschien wel schreeuwend van boosheid of juist machteloos zwigend, en ik zou geen woorden hebben. Het was niet de eerste keer dat ik werd geconfronteerd met een te voorkomen dood, maar toen ik het meisje zag ...

Stemmen in mijn hoofd - najaar 2007. Het onvermijdelijke diende zich aan, ik móest een beslissing nemen waaraan - hoe die beslissing ook zou luiden - grote en onvoorspelbare risico's verbonden waren. Op de afdeling Intensive Care werkten zeven intensivisten die steeds slechter samen door één deur konden. Het ergste was: ze slaagden er vooral niet in om voor elke afzonderlijke patiënt eenduidig medisch beleid te ontwikkelen en dat zou juist op de IC funeste gevolgen voor de medische veiligheid kunnen hebben. Interventies van mij en van het bestuur van de medische staf hadden niet tot verbetering geleid. Wat nu? Niets doen was ondenkbaar. De IC sluiten? De intensivisten ontslaan? Je vraagt: wat was het dilemma? Ik wilde en kon als eindverantwoordelijke geen verantwoordelijkheid meer dragen voor het handhaven van de medisch riskante situatie; maar ik wist ook niet wat de gevolgen zouden kunnen zijn van mijn besluit. Voor dat nog onbekende móest ik wel verantwoordelijkheid aanvaarden; ik wilde dat ook en ik zou er verantwoording over afleggen, aan wie ook. Nadat ik me van steun van de Inspectie had verzekerd, een enkele gepensioneerde intensivist uit de regio had gevonden, ook het stafbestuur me steunde, besloot ik - met Louise naast me - op zondagavond 23 uur dat ik 's maandags om 16 uur alle intensivisten zou ontslaan. Ik belde de stafvoorzitter. We beloofden elkaar trouw en spraken elkaar moed in, een kostbaar moment. Toen kwamen de stemmen in mijn hoofd, stemmen in de nacht, het hield niet op. Doemscenario's spookten door mijn hoofd; hoeveel OK-kamers, hoeveel bedden zouden gesloten moeten worden? Ja, ambulances zouden klaar staan om patiënten over te plaatsen naar andere ziekenhuizen...



Toen die maandag laat in de middag als een lopend vuurtje door ziekenhuisland ging wat in het ziekenhuis gaande was, gebeurde een echt wonder. In twee dagen tijd was er een lijst van meer dan 20 intensivisten uit heel het land die zich hadden gemeld en bereid waren in hun vrije tijd diensten te draaien. Waarom wilden ze dat? Eén zei het zo: "Er zijn veel ziekenhuizen waar dit probleem speelt. U had de moed het manifest te maken en deed wat moest gebeuren." Twee maanden later was er een nieuwe vaste crew intensivisten. Toen was het voor mij op, ik was twee maanden thuis. Een in het ziekenhuis werkzame consultant nodigde ons uit en zo luisterden we samen in het Concertgebouw naar Bachs **Hohe Messe** die voor mij zijn hoogtepunt bereikte in het mij toen overweldigende **Dona nobis pacem**.



Toen aan het einde van deze slothymne de zangers en trompetten hoger en hoger reikten, zelfs de hemel bereikten, daalde van daaruit vrede in mijn hart. Ik keerde terug naar het ziekenhuis, waar een blijde ontvangst me wachtte. Zeven maanden later ging ik met pensioen - na 49 jaar werken! Wat een tijd, ja wat een prachtige tijd.

"Het zijn allemaal stemmen in je hóófd," zei die vriend van de hoofdredacteur en gelijk had hij. Het is is immers niet de werkelijkheid, het is de werkelijkheid in je hoofd, een scala van mogelijke werkelijkheden. Er is - denk ik - geen mens die nog nooit stemmen in zijn hoofd heeft gehoord. En dat is maar goed ook. Want natuurlijk heb je liever dat het je niet overkomt, maar het is niet zo dat het alleen maar lastig is. Het heeft wel degelijk ook een positieve functie. Het is vergelijkbaar met angst, die kan ook in je hoofd en op je hart slaan. Ook die heeft een functie: mensen zonder angstgevoelens zijn gevaarlijk voor zichzelf en anderen. Angst is een natuurlijke functie die jouw lichaam in staat van paraatheid brengt als je geconfronteerd wordt met iets gevaarlijks. Na die fractie van een seconde met heel grote schrik kun je besluiten of je het gevaar zult ontwijken of bestrijden: wordt het een vlucht- of vechtreactie? Het wordt echt problematisch als je niet in staat bent die angst te beteugelen: zelfs vluchten helpt dan niet meer, je wordt zelf het slachtoffer van je eigen angst. Met die stemmen in je hoofd is het niet anders: je staat op scherp, je bent je bewust van een (mogelijk) groot risico of gevaar en juist daardoor kun je adequaat reageren. Je moet leren aanvaarden dat ze er zijn en vooral het goede doen. Alleen dan kan de stem van de stilte of de stem van muziek - ze kunnen beide adembenemend zijn - de stemmen van twijfel, angst, onzekerheid verdringen. Dan vind je misschien ook woorden in een boek of een gedicht waardoor de rust in je hoofd terugkeert.

Valt het te leren, omgaan met de stemmen in je hoofd? Ik weet het niet, misschien wel. Je kunt het alleen maar leren als ze er zijn, in een crisis, een benauwende situatie. Misschien leerden wij het op de verschrikkelijkste avond in ons leven toen onze zoon Robert ons moest bellen met de boodschap vol onheil: zijn broer, onze zoon Martijn was gestorven. We waren met de camper in Ladenburg bij Heidelberg, 14 mei 2014, de wereld stortte ineen.

Het was een donkere avond, regen striemde de voorruit - meer dan vijf lange uren, 460 kilometer. We spraken af zo min mogelijk te praten, omdat ik zeker wist dat ik al pratend niet veilig meer zou kunnen rijden. Maar in de stilte van de camper brak de storm los in onze hoofden, een kakafonie van stemmen - verward, boos, verdrietig, hulpeloos. Vijf dagen later vonden we zingend rust, velen waren bij en met ons, hun en onze stemmen voegden zich samen: "Wij staan hier rond Martijn, verdriet zoekt zingend zich een weg."

Het is bijna middernacht als ik deze woorden schrijf, ze in gedachten al met jou deel. Het is stil om mij heen, ik hoor stemmen in mijn hoofd, beloftevolle woorden, wonderschone muziek:

Et in terra pax hominibus bonae voluntatis
En vrede op aarde voor mensen van goede wil

1. Het interview met Cees van der Laan stond in Trouw van 20 april 2024
Muziek



1. **Et in terra pax** is het tweede deel uit het **Gloria in D** van Antonio Lucio Vivaldi (1678 - 1741). Het wordt vrijwel altijd uitgevoerd door een gemengd koor. Maar Vivaldi componeerde het voor het meisjesweeshuis Ospedale della Pietà in Venetië, waar hij jarenlang de muziek heeft verzorgd. Het werk ging verloren en pas in 1920 kwam het weer boven water! Sindsdien is het een zeer geliefd werk, terecht! Dit tweede deel is van een ongekende schoonheid. Het wordt hier uitgevoerd door een koor en orkest van vrouwen, Vivaldi's Woman, dus ook met vrouwelijke tenoren en bassen. En hoe!

2. **Dona nobis pacem** is het laatste deel uit de **Mis in b-klein (Hohe Messe)**, BWV 232 van J.S. Bach (1685-1750)