

De laatste slag

PROLOOG

‘Voor de rest van ons leven hoop ik dat ik af en toe de kapitein mag zijn, varend op een woeste zee, en dat jij het stabiele en sterke schip bent dat mij de juiste weg wijst en ons weer veilig thuisbrengt.’

Dit waren de woorden van Diedes huwelijksgeloften tijdens onze bruiloft op 13 november 2012. We trouwden in Franschhoek, in een waanzinnige wijngaard omringd door mensen die we liefhadden. Het was een schitterende dag en ik smolt weg bij de woorden die ze sprak. Ik wilde als haar man niets liever dan die rol op me nemen. Het zou fantastisch worden.

Het is lange tijd ook fantastisch geweest. We vulden elkaar goed aan met onze verschillende karakters. We kregen twee prachtige dochters, verhuisden naar Waspik, waar we gingen wonen in een oude leerlooierij. Ik werkte voor Unilever en hield veel lezingen voor bedrijven. Diede had veel tijd om thuis te zijn toen de kinderen jong waren.

Het waren mooie jaren, maar langzaam begon er iets te knagen. Ik voelde steeds vaker dat ik nog iets terug moest doen voor mijn herstel van leukemie. Ik dacht aan mijn kamergenoten in het ziekenhuis. Ze waren allemaal overleden, en het

voelde niet eerlijk dat ik zo'n fijn, rustig leven had. Ik begon na te denken over de vraag hoe ik voor mezelf uitdagingen kon bedenken waarmee ik kankerpatiënten zou kunnen helpen. Door extreme doelen te stellen kon ik zo veel mogelijk geld ophalen om onderzoek naar kanker te financieren.

Waar ik in mijn lezingen enthousiast vertelde over de illusie van maakbaarheid van het leven kon ik daar in mijn eigen leven minder goed mee omgaan. Kort na elkaar overleden mijn beste vriend Sebastiaan en mijn vader. Mijn relatie met Diede werd slechter en mondde uit in een echtscheiding.

Het duurde lang om de pijn te verwerken. Ik had Sebastiaan niet kunnen redden, en mijn huwelijk ook niet. Rationeel snapte ik het, maar ik had eindeloze wandelingen, zwemtrainingen en gesprekken nodig om het ook echt te voelen. Ik moest dwars door alle pijn heen.

De aanloop

2016

Achter de marathon die ik als geldinzamelingsactie voor KWF Kankerbestrijding zwom, zat een plan. Maanden voor deze marathon, die in april 2016 plaatsvond, had ik me tijdens een zwemtraining afgevraagd wat de langste afstand was die ik kon gaan zwemmen zodat ik zo veel mogelijk geld kon inzamelen. Het moest indrukwekkend en voor mijzelf echt uitdagend zijn, want ik ging immers mensen vragen om te doneren. Ik mocht me er dus niet makkelijk van afmaken. Wat zou het gaafste plan zijn?

Een marathon in een zwembad zou tot de verbeelding spreken. Iedereen weet hoe ver en zwaar een hardloophmarathon is en als ik die zou gaan zwemmen, wat niet gebruikelijk is, was dat best geinig. Toch moest er iets nóg toffers te bedenken zijn. Ik ben een openwaterzwemmer en dus zou het buiten moeten. Buiten zwemmen is ook veel leuker dan binnen, zeker als de afstanden langer zijn.

Gelukkig is er in Nederland veel water. Je kunt rivieren afzwemmen vanaf Duitsland tot de Noordzee. Je kunt de Nederlandse kust afzwemmen van Zeeland tot Den Helder. Je kunt om de Waddeneilanden zwemmen. Maar bestaat er geen ande-

re watertocht die al echt bekend is? En opeens wist ik het. De Elfstedentocht, de tocht der tochten! Ik had Henk Angenent in 1997 de Elfstedentocht zien winnen op de schaats. Heel Nederland zat aan de buis gekluisterd en praatte dagenlang over niks anders. Dit moest hem worden.

Na die training reed ik naar huis en daar ging ik gelijk op de computer kijken hoe lang de Elfstedentocht eigenlijk was. Ik schrok: die bleek 200 kilometer lang! Zou ik dat wel kunnen? En zou het überhaupt mogelijk zijn om het te organiseren? Ik zou talloze barrières moeten overwinnen. Tegelijk had de angst die ik voelde ook iets prettigs. Als dit toch eens zou lukken... Wat zou dat gaaf zijn!

Het gaat me niet om mijn zwemtocht. Het gaat om de kankerpatiënten. Tijdens mijn eigen behandeling in 2001 zag ik regelmatig dat er patiënten waren bij wie de behandeling niet aansloeg en die overleden. Het voelde willekeurig of iemand de kanker overleefde of niet, en nog steeds voelt dat voor mij niet eerlijk. Ik wil kankerpatiënten helpen. Ze verdienen de best mogelijke behandeling, de minst heftige bijwerkingen tijdens hun behandeltraject of, als genezing echt niet meer mogelijk is, een menswaardige palliatieve fase. Het geld dat ik wil gaan inzamelen is hier een middel voor, net zoals mijn talent, het zwemmen, een middel voor het inzamelen van geld is.

Nou, eerst maar eens die marathon zwemmen. 42 kilometer en 200 meter, ik deed er ruim 12 uur over. Die 12 uur zwemmen leek een eeuwigheid te duren. Ik stelde me de tijd voor als een lange reis in een vliegtuig: rustig afwachten, er komt vanzelf een einde aan. Ondertussen nam de pijn in mijn schouders toe. Maar het lukte om daarmee geld in te zamelen; ruim veertigduizend euro.

Een Elfstedenzwemtocht was te groot om zelf te organiseren. Het was nooit eerder gedaan. Ik had geen idee waar ik moest beginnen en bedacht dat ik mensen uit verschillende netwerken met elkaar moest verbinden. Ik vroeg contacten bij de zwembond, Unilever en de vvd om me te helpen bij deze droom. Bij elk telefoongesprek dat ik voerde, voelde ik het enthousiasme om samen te werken aan iets wat op het eerste gezicht onmogelijk leek. Er vormde zich snel een groepje mensen die er samen met mij voor gingen.

Ook benaderde ik de voorzitter van de Koninklijke Vereniging De Friesche Elf Steden met de vraag of ze konden helpen. Ze wilden wel helpen, maar de organisatie op zich nemen zou niet gaan – ook al was er al bijna twintig jaar geen geweest, de voorbereiding op een mogelijke Elfstedentocht was enorm veel werk, daar hadden ze hun handen vol aan.

Van huis uit heb ik niet goed geleerd om een ander om hulp te vragen. Mijn vader hield me voor dat ik zelf verantwoordelijk was voor mijn leven en dat ik, als ik maar genoeg mijn best deed, alles kon bereiken wat ik wilde. Hierdoor leerde ik om hard te werken en mogelijkheden te creëren, onafhankelijk van andere mensen. Om hulp vragen voelde altijd bijna als een soort zwakte en druiste in tegen het idee van maakbaarheid van succes dat ik tijdens mijn opvoeding had meegekregen.

Ik begon te trainen voor de Elfstedenzwemtocht. Ik troostte me met de gedachte dat je je lichaam niet kunt trainen voor drie dagen achter elkaar non-stop zwemmen en dus dat de training daarom ook minder intensief mocht zijn. Ik trainde dagelijks een uur, soms een paar uur. Al snel besloot ik dat slapen valsspelen zou zijn. Ik moest en zou alles geven, 200 kilometer lang. Ik ging mensen vragen om geld te doneren en dus

moest ik voor de allerswaarste variant gaan. Mijn coaches waren sceptisch en twijfelden of niet slapen wel mogelijk was. Ik hoorde ze geduldig aan en antwoordde dat we inderdaad iets onmogelijks gingen doen. Dat doe ik wel vaker: als mensen zeggen dat iets onmogelijk is, luister ik minder goed. Zo ging het nu ook; ik was er stellig in dat slapen niet nodig was. Hoe erg kon het zijn?

De basis van mijn fysieke training was dat ik dagelijks zwom en zo nu en dan deed ik een heel lang stuk. Dit begon met de marathon in het zwembad die ik zwom voor KWF, vervolgens een rondje om Texel in zo'n 10 uur. Later 24 uur in het zwembad en een tocht van Amsterdam naar Leeuwarden van ongeveer 130 kilometer. Voor die tocht moest ik ook het IJsselmeer overzwemmen. We dachten dat we daarvoor een goede dag hadden uitgekozen.

Ik had mijn zwempak aangetrokken en was klaar om het water in te gaan. 'Slecht plan dit, zeg, ik heb geen zin,' fluisterde ik tegen Stephan, een van mijn beste vrienden. Niet dat ik dat echt vond, maar het was fijn om even te klagen. Ik sprong het water in en riep: 'Brr, koud!' Maar eigenlijk viel het wel mee.

Het weer was toch minder gunstig dan we eerst dachten: er waren hoge golven op het IJsselmeer, het waaide hard en het regende. Ik had glowsticks op mijn zwempak gespeld, maar door de golven waren die niet goed zichtbaar. Mijn coaches gebruikten vooral hun gehoor en het ritme van mijn zwemslagen om mij in de gaten te houden. In de nacht koelde het behoorlijk af. Gelukkig was ik al eerder begonnen met het testen met thermometerpillen. Ik had die nu doorgeslikt en daarmee kon mijn team op de boot mijn kerntemperatuur monitoren. Als de waarde te laag zou worden, werd ik eruit gehaald. Ik zou alles geven, maar wel op een veilige manier. Ze signaleerden on-

derkoeling toen ik nog niet eens op een derde van de tocht was.

Mijn coaches bleven maar zeggen dat mijn voornemen om niet te slapen niet handig was. Na wat gesprekken was ik gewicht voor hun argumenten. Er zou een slaapvlot meegaan en als het echt helemaal niet meer zou gaan, zou ik daarop kunnen slapen. Op het IJsselmeer ging ik de kajuit in om op te warmen met warme thee, en toen we Stavoren naderden ging ik het water weer in. Via Stavoren ging het richting Bolsward, waarna ik doorstak naar Leeuwarden via Wommels. We waren stomverbaasd dat er in Wommels mensen midden in de nacht langs het water stonden om mij aan te moedigen. Er had wel een stukje in de krant gestaan over deze trainingstocht, maar ik had totaal niet verwacht dat dit de mensen hier zou bereiken, laat staan dat ze hiervoor uit hun bed zouden komen. Ik was als zwemmer blijkbaar interessant genoeg!

Dat was goed nieuws. Minder goed was dat de werkelijkheid mij al zwemmend steeds vreemder voorkwam. Ik zwom in een sprookjeswereld, waarbij de roze sluisdeuren opengingen en ik een fata morgana binnenging. Ik zag juichende mensen, en veel roze kastelen. Mijn coaches waren rovers op een kleine boot en ze leken aan te meren. Ik knipperde drie keer met mijn ogen en begreep toen dat het niet echt was en zwom stug door. Later hoorde ik dat dit een belangrijke indicatie is om te bepalen of er sprake is van hallucineren. Je ziet dingen die er niet zijn, maar je bent nog wel zo bij dat je kunt beredeneren dat het niet klopt. Als je het slaapgebrek nog verder de overhand laat nemen, schijnt dit te veranderen. Je beseft dan niet meer dat wat je ziet niet echt is, waardoor het risico ontstaat dat je gaat handelen naar je eigen hallucinatie. Zover moest ik het niet laten komen. Ik gaf mijn coaches met tegenzin gelijk en klom het slaapvlot op voor een powernap.

Ik haalde het einddoel van 130 kilometer, maar het ging niet van harte. En ik wist: voor de Elfstedentocht moest ik straks nog meer dan 50 procent verder.

De organisatie verliep stroef. We hadden het onszelf dan ook niet makkelijk gemaakt. Ik wilde alles geven voor het zwemmen, maar ook voor het organisatiedeel. Alles moest kloppen. Ik had vanaf het begin bepaald dat elke gedoneerde euro voor de volle 100 procent naar kankeronderzoek moest gaan en dat er geen percentage kon worden afgedragen. Dat betekende dat we helemaal geen kosten mochten maken. Nadat Holland Casino zich als sponsor had gemeld, konden we wel kosten maken, maar zeer beperkt voor de ambitie die we hadden. Het kwam erop neer dat alle vrijwilligers niet alleen de taak kregen om een waanzinnig evenement te organiseren, maar dat ze dit moesten doen zonder onkosten te maken. Er ontstonden spanningen en dat was niet goed voor de samenwerking.

Ik had in mijn leven nog niet eerder zo'n afstand gezwommen en ondanks dat het zwaar was geweest, gaf die 130 kilometer me het vertrouwen dat ik wel in de buurt kon komen van het zwemmen van de Elfstedentocht. Het maakte het tastbaarder. Mijn coachteam draaide fantastisch. Voor logistieke problemen op het water en het land had ik een aantal mannen gestrikt met een defensieachtergrond. Het was waanzinnig dat ze meededen, ze wilden zich continu nuttig maken en tackelden alle obstakels die we op ons pad tegenkwamen. Als onduidelijk was waar het eten voor de crew bezorgd zou worden, sprongen zij op en regelden het. Als we niet wisten of we door een sluis konden: hetzelfde verhaal. Je bereidt zo'n lange tocht zo goed mogelijk voor, maar er vallen toch ook altijd gaten. Zij losten alles fantastisch op.

Voor de Elfstedentocht hadden we een wild plan: in elke stad zouden duizend meezwemmers zijn. Elf keer duizend zwemmers! We zouden artiesten vragen om op te treden, het zou in elke stad een feestje worden!

We hadden geen idee of dit zou lukken, maar dit droombeeld hielp de organisatie. We hadden alleen nog niet nagedacht over de vraag of de betreffende Friese gemeenten ook zo enthousiast zouden zijn. Het was leuk dat wij zulke mooie dromen hadden, maar als we het echt zo zouden doen, zou het een enorme klus worden om alles veilig te organiseren, zowel voor de meezwemmers als voor de mensen op de kant.

Steengoeie vrijwilligers van de Maarten van der Weijden Foundation schreven de vergunningsaanvragen. Het was complex en ik zag hoe ze worstelden met de ambtelijke taal en alle juridische aspecten. Het was niet hun expertise. Ze deden hun stinkende best, maar het voelde soms alsof de gemeenten het niveau van een professioneel evenementenbureau of de Koninklijke Vereniging De Friesche Elf Steden verwachtten, en dat niveau hadden we natuurlijk niet.

Een week voor het event kwam het tot een anticlimax. De NOS-reclame voor ons evenement liep al. Hier waren we razend trots op, want die enorme extra aandacht zou voor veel meer donatiegeld zorgen.

De burgemeester van Leeuwarden belde mij en sprak zijn ongenoegen uit over het ontbreken van bepaalde stukken. 'Ik wil deze stukken voor twaalf uur vandaag hebben, Maarten. Zo niet, dan gelast ik alles af.'

Ik belde de vrijwilliger die zich hiermee bezighield. 'Volgens mij hebben ze dit echt gekregen,' zei hij. 'Ze hadden nog wat vragen, maar volgens mij heb ik die ook beantwoord. Ik weet niet zo goed wat ze bedoelen eigenlijk. Ik kan wel een aantal

mails met correspondentie naar je doorsturen als je wilt.'

Mijn fanatieke vrijwilliger zat aan het begin van een communicatieketen die via ambtenaren en de burgemeester uiteindelijk terugkwam bij mij. Het was onmogelijk om voor de gestelde deadline te achterhalen waar deze miscommunicatie precies was ontstaan. Om twaalf uur belde de burgemeester opnieuw. 'Maarten, ik heb de stukken niet ontvangen, maar ik kan het niet meer afgelasten. De NOS-spotjes lopen al. Ik heb besloten je te helpen met de organisatie zodat ik zeker weet dat het veilig gebeurt.'

Moeilijke gesprekken met andere mensen in de organisatie voerde ik met plezier. Het was belangrijk om me te verplaatsen in alle vrijwilligers en hun verhalen aan te horen. Tijdens die gesprekken probeerde ik de controle bij de vrijwilliger zelf te leggen. Wat wilde hij of zij? Ze moesten zelf hun grens bewaken. Ik had met mijn team een droom geschetst en die droom was ook voor een stukje hun droom geworden. Natuurlijk was er de mogelijkheid om met het werk te stoppen. Dan zou ik een groot probleem hebben, maar dat was niet hun probleem. Eerder in het proces benoemde ik die mogelijkheid nog weleens en ik merkte dat juist die openheid voor ontspanning zorgde, waardoor een vrijwilliger die ermee wilde stoppen soms toch besloot om door te gaan. Gaandeweg het proces werd de droom zo krachtig dat het voor geen van de betrokkenen een optie was om die nog op te geven. Als iets tegenviel, zoals in het geval van de ontbrekende documenten, probeerde ik zo min mogelijk te oordelen, want iedereen deed zijn stinkende best.

Regelmatig moest ik denken aan het verhaal van de Chinese boer dat in het taoïsme, een Chinese filosofische stroming, vaak wordt aangehaald.

In een dorpje op het Chinese platteland leefde een boer met zijn zoon. Naast hun hut en hun grond was hun enige bezit van waarde een paard. Met het paard konden ze het land bewerken en zo een bescheiden leven leiden. Op een dag brak het paard door de omheining en rende weg. 's Avonds kwamen de dorpingen naar de Chinese boer om hun medelijden te betuigen. 'Wat vreselijk!' zeiden ze. 'Je hebt je paard verloren, wat een ongeluk! Hoe moet het nu met het land?'

De boer glimlachte rustig en zei: 'Geluk of ongeluk? Wie zal het zeggen? Het enige wat ik weet, is dat het paard is wegge-lopen.'

De dag daarna gingen de boer en zijn zoon weer aan het werk op het land en een tijdlang maakten ze er het beste van. Tot op een dag het paard weer kwam aanlopen, met in zijn kielzog een kudde van tien wilde paarden.

Die avond kwamen de dorpingen weer naar de boer, ditmaal om hem geluk te wensen. 'Wat een geluk! Wat geweldig! Je bezit is zomaar meer dan vertienvoudigd!'

De boer glimlachte rustig en zei: 'Geluk of ongeluk? Wie zal het zeggen? Het enige wat ik weet, is dat mijn paard weer terug is en dat er tien andere paarden bij zijn.'

De volgende dag wilde de zoon proberen of hij de paarden kon temmen en hij klom op de rug van een wild paard. Dat was hier echter niet van gediend en bokte net zolang totdat de zoon met een flinke smak op de grond belandde en daarbij beide benen brak.

Die avond stonden de dorpingen weer op de stoep. 'Wat vreselijk! Je zoon! Beide benen gebroken! Nu kan hij niet helpen op het land! Wat een ongeluk! Hoe moet dat nu?'

De boer glimlachte rustig en zei: 'Geluk of ongeluk? Wie zal het zeggen? Het enige wat ik weet, is dat mijn zoon zijn beide benen gebroken heeft.'

De volgende dag kwam het bericht dat er een oorlog was uitgebroken en dat alle jongemannen die daartoe in staat waren zich onmiddellijk moesten melden om een leger te vormen.

En de boer glimlachte rustig en dacht er het zijne van.

Bij de organisatie van de Elfstedenzwemtocht, met al die vrijwilligers, was het net zo. Er waren elke dag de nodige meevallers, maar er zaten vooral ook heel veel zaken tegen. Ik moest me in beide gevallen zo veel mogelijk opstellen als de Chinese boer. Aanhoren wat er speelde en, of het nu goed of slecht nieuws was, de juiste en logische volgende stap aanraden. Liep het op de ene route vast, dan probeerden we een andere, zonder frustratie, zonder woede. We konden onze energie wel beter besteden.

Had ik zin in de Elfstedenzwemtocht? Nee, absoluut niet. Die lange stukken zwemmen leken altijd een heel goed plan zolang het nog veilig ver weg was. Naarmate ik dichterbij het moment van starten kwam, greep het me vaker naar de keel. Ik had dit ook al ervaren bij de trainingstochten. Toen ik om Texel heen zwom, toen ik 24 uur in een zwembad zwom, 36 uur in een zwembad, de tocht van Amsterdam naar Leeuwarden. Het had te maken met de lengte van de afstand en het onbekende ervan, denk ik. Bij de Olympische Spelen had ik dit veel minder, dat was gecontroleerder, ik had die 10 kilometer al tig keer gezwommen. Ik had inmiddels ook de ervaring dat zo lang zwemmen heel veel pijn doet en die pijn is niet prettig. Maar voor het eerst had ik nu ook een andere gedachte. Die 200 kilometer was het einddoel, dat was waar het om ging. Hoe lang mijn trainingstochten ook waren, het einddoel (200 kilometer) bleef even lang. Als ik straks een uur in het water lag,

was de resterende afstand geen 200 kilometer meer, maar 196, we konden gaan aftellen. Dat de onmogelijk voelende afstand van 200 kilometer zou afnemen met elke gezwommen kilometer, daar had ik dan wel weer zin in.

De resultaten van het onderzoek naar de waterkwaliteit waren binnen. Ze waren niet goed. 'Er kunnen morgen geen mensen meezwemmen,' vertelde mijn pr-vrijwilliger Laura. Ik schrok en vroeg of er nergens plekken waren waar de waterkwaliteit wel goed genoeg was. Dat was niet het geval en meteen schoot het door me heen dat we de Elfstedenzwemtocht dan maar moesten afgelasten. Het was flauwekul om zelf nu nog wel te zwemmen. Eerlijk gezegd voelde ik me verslagen.

Even later kwam de pr-expert van de stichting binnen. 'Jij zwemt wel, Maarten. We hebben straks een persconferentie. De burgemeester van Leeuwarden en de NOS zijn er ook bij. Jij mag wel zwemmen en de kankerpatiënt heeft er helemaal niks aan als jij nu ook niet gaat zwemmen.'

Op dat moment voelde ik het weer glashelder: dit hele circus, al die maanden voorbereiding, al die vrijwilligers die zich uit de naad hebben gewerkt – het ging niet om mij en de 200 kilometer die ik zou zwemmen. Het ging om het helpen van de kankerpatiënt, het ontdekken van nieuwe therapieën, het verminderen van bijwerkingen van de therapieën. Hier was geld voor nodig. Als ik nu niet zou gaan zwemmen, dan had de kankerpatiënt er helemaal niks aan.

Ik wilde dicht bij de pijn blijven. Daarom voelde het goed dat ik met betraande ogen het nieuws voor de NOS-camera vertelde. Ik legde uit dat ik het vreselijk vond. Ik had mijn ervaring met kanker, maar al die meezwimmers hadden hun eigen ervaring

met kanker. Het moest iets worden van ons allemaal en dat de meezwimmers niet mee mochten doen, voelde heel oneerlijk. Alle meezwimmers hadden zo veel mogelijk geld ingezameld voor kankeronderzoek, als tegenprestatie had ik beloofd dat ze dan een stukje met mij zouden meezwemmen. Deze belofte kon ik nu niet waarmaken. Het voelde verschrikkelijk dat ik hen teleur moest stellen.

We ronden de persconferentie af en ik moet naar mijn hotel. De volgende ochtend moet ik vroeg starten. Bij het verlaten van het gebouw schiet mijn NOS-contact me aan, hij troost me, zegt dat het niet leuk is, maar dat hij zeker weet dat dit niet tegen ons gaat werken. In de auto op weg naar mijn hotel krijg ik van alle kanten te horen dat de NOS inmiddels een pushbericht verstuurd heeft dat de waterkwaliteit niet goed genoeg is, dat de meezwimmers niet mee mogen doen, maar dat ik morgenochtend wel zal starten. *It's on, it's game time.*

Dit boek is een autobiografisch werk. Het is nadrukkelijk geschreven vanuit het perspectief van de auteur. Andere betrokkenen kunnen dezelfde gebeurtenissen anders hebben ervaren of die zich anders herinneren. Bepaalde namen zijn veranderd om de privacy van individuen te waarborgen.

ISBN 978 90 263 7591 0

ISBN 978 90 263 7592 7 (e-book)

© 2026 Maarten van der Weijden

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining zijn niet toegestaan

Omslagontwerp bij Barbara

Foto voorzijde omslag © Frank Ruiter

Ambo|Anthos *uitgevers* vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Verspreiding voor België:

Veen Bosch & Keuning uitgevers nv, Antwerpen