



Olympisch kampioen voorspelt shampoo-verkoop

De zwemmer Maarten van de Weijden was 19 toen hij leukemie kreeg. De kans was klein dat hij de ziekte zou overleven en hij kreeg een aantal zware chemokuren en een stamceltransplantatie. Twee jaar geleden won hij een gouden medaille bij de Olympische Spelen in Beijing.

In zijn boek 'Beter' zegt Maarten: "Ik heb mijn leukemie niet zelf overwonnen. Ik ben gaan liggen en heb het ondergaan." Wat doet een olympisch kampioen, die negen jaar intensief heeft nagedacht, geschreven en gesproken over omgaan met een ernstige ziekte? De verkoop van shampoos voorspellen!

Lance Armstrong heeft zeven keer de Tour de France gewonnen nadat hij van kanker was genezen. Hij gelooft erin dat positief denken een belangrijke bijdrage levert aan je herstel. In mijn ogen is dat een fantasieverhaal. Ik ben ontzettend nuchter: of je herstelt of niet hangt gewoon af van je ziekte en van de medische behandeling. Zo simpel is het. Ik kan me voorstellen dat patiënten zich meer kunnen optrekken aan het verhaal van Lance Armstrong.

Mijn verhaal is wat harder voor veel patiënten. Toch krijg ik ook veel reacties van patiënten die kracht ontlenen aan mijn ervaring. Ik vind het heel dankbaar als mensen me schrijven: "Wat fijn dat je zegt dat het niet om positief denken gaat; dat je niet hoeft te vechten, maar de ziekte en de behandeling gewoon moet ondergaan." Veel patiënten ervaren hun ziekte als een strijd. Ik krijg ook veel reacties van patiënten die het fijn vinden dat ik heb laten zien dat je een heleboel kunt na kanker.

Mezelf beter gaan snappen

Ik heb nu negen jaar nagedacht, geschreven en gesproken over mijn ervaring met kanker. Door mijn boek te schrijven en door alle interviews die ik daarna heb gegeven, ben ik mezelf beter gaan snappen. Elke interviewer kijkt op een andere manier naar je en

stelt andere vragen. Dat werkt op mij wel als een soort psychotherapie. Niet dat ik dat nou nodig heb, maar het helpt me wel om te begrijpen waarom ik bepaalde keuzes heb gemaakt. Hierdoor is onder andere de relatie met mijn vader verbeterd. Ik ben gaan beseffen dat mijn vader en ik heel erg op elkaar lijken: we gebruiken dezelfde trucjes en dezelfde redeneringen. Ik begrijp hem nu veel beter.

Prestatiedrang

Ik heb een enorme prestatiedrang. Als ik een boek schrijf, wil ik niet zomaar een boek schrijven, maar een heel mooi boek. Voordat ik mijn boek ging schrijven heb ik veel biografieën gelezen. Ik vind zo'n biografie al snel een opsomming van gebeurtenissen. Het is juist de kunst om veel weg te laten en alleen de essentie te beschrijven.

Dat heb ik in mijn boek 'Beter' proberen te doen. In de tijd dat ik mijn boek schreef, gaf ik ook presentaties over mezelf. Ik wilde niet zomaar presentaties geven, maar hele mooie. In die tijd reed ik een paar keer per week ergens naartoe, sprak een uur over mezelf en reed weer terug.

Mijn vrienden zeiden: "Maarten, je hebt het beste leven dat je je maar kunt voorstellen. Dit moet je zo lang mogelijk volhouden!" Ik vond het leuk hoor, want tot die tijd bestond mijn

leven uit zwemmen, zwemmen en nog eens zwemmen. Van de rest van de wereld wist ik heel erg weinig. Die presentaties maakten mijn horizon een stuk breder. Ik kwam op heel uiteenlopende plekken.

Verkoopcijfers van shampoos

Die presentaties gaven me echter te weinig structuur. De ene keer moest ik ergens 's ochtends zijn en de andere keer weer 's middags. Ik hou van een vast ritme. Ik heb mezelf aardig leren kennen. Omdat mijn boek heel goed verkoopt – er zijn al meer dan 30.000 exemplaren verkocht – is het voor de hand liggend om een tweede boek uit te geven. Ik ben echter van nature niet zo kunstzinnig of creatief. Ik heb goed nagedacht: Wie ben ik? Waar kom ik vandaan? Wat zijn mijn talenten?

Ik ben veel meer analytisch en cijfermatig ingesteld. Ik analyseer nu bij Unilever de verkoopcijfers van de shampoos, wasmiddelen, vaatwasblokjes, haarverzorgingsmiddelen en dergelijke. Ik maak voorspellingen van de hoeveelheden die er de komende maanden zullen worden verkocht. Ik ga elke dag om zeven uur naar mijn werk en om zeven uur 's avonds ben ik weer thuis.

Lees verder op pagina 8

Ik vind het prettig en spannend om hard te werken en veel te doen. Ik vind dat minder zwaar dan een leven met te weinig regelmaat. Ik vind structuur gewoon prettig.

Medische programma's

Ik keek altijd al naar medische programma's op televisie. Toen ik zelf leukemie kreeg, ging ik daar nog veel meer naar kijken. Ik zag toen een item over een vrouw die naar de huisarts ging en als de dood was dat ze kanker had, zonder dat daar enige aanleiding voor was. En dat terwijl ik zo goed en zo kwaad als het ging probeerde door te leven met kanker. Het was voor mij wonderlijk om te horen dat iemand zich liet beperken door de mogelijkheid om ooit kanker te krijgen.

Eerlijk gezegd kijk ik nu minder naar medische programma's. Gek is dat, hè? Veel mensen vertellen mij hun persoonlijke verhaal over hun ziekte. Dat vind ik heel mooi, maar het maakt dat ik wel genoeg medische verhalen hoor. Die hoef ik niet meer op televisie te zien.

Waarom overkomt ons dit?

Ik hoor nogal eens dat mensen die zeer ernstig ziek zijn zich gefrustreerd voelen: waarom overkomt mij dit? Dat is een hele logische vraag. Ook nabestaanden worstelen nogal eens met die vraag. Volgens mij heeft het weinig zin om de schuldvraag te stellen. Je hebt er geen invloed op. Probeer die vraag maar naast je neer te leggen. Ik heb gewoon geluk gehad dat ik volledig ben hersteld.

Niet elke voormalige kankerpatiënt kan olympisch kampioen worden. Als je pech hebt overleef je het niet. En het kan zijn dat je het geluk hebt dat je het overleeft, maar dat je niet volledig herstelt. Dan moet je leren leven met beperkingen.



Wereldreis

Veel mensen zeggen: "Als ik nog maar kort te leven heb, dan ga ik een wereldreis maken." Of iets in die trant. Ik had een zwemtrainer die te horen kreeg dat hij nog maar een paar maanden te leven had. Hij ging erover nadenken wat hij in die maanden nog wilde doen.

Toen dacht hij: als ik nu iets heel anders wil gaan doen, waarom zou ik dat dan niet veel eerder hebben gedaan? Hij beseftte dat hij gewoon zwemtrainer wilde blijven, ook al had hij nog maar een paar maanden te leven. Als je in zo'n situatie je hele leven op z'n kop zet, wat zegt dat dan over het leven dat je had?

Tekst: Fred Verdult, Volle Maan
Foto's: Tessa Jol

Unieke aanbieding voor lezers van Leef!

Een door Maarten gesigneerd exemplaar van 'Beter' met Leef!-korting voor € 10!

Tot 1 september 2010 kunt u als lezer van Leef! de nieuwste editie van het boek 'Beter', met daarin het indrukwekkende verhaal van olympisch kampioen Maarten van der Weijden, met korting kopen. U betaalt slechts € 10,00 (plus € 1,95 verzendkosten). Stuur ons de bijgaande bon (geen postzegel nodig) en u ontvangt het boek van Maarten van der Weijden binnen drie werkdagen. U kunt de bon ook bij elke boekhandel inleveren.

"Hoeveel kans heb ik met deze diagnose?" vraag ik. "Iedere persoon en iedere ziekte zijn anders, dus dat kan ik moeilijk zeggen," antwoordt hij. "Dat snap ik, maar u kunt toch wel een inschatting maken?" De professor kijkt bedenkelijk en zegt: "Er zijn twee opties, je haalt het of je haalt het niet, als je het zo bekijkt, heb je vijftig procent kans."

Mijn vader pakt een boek uit zijn tas en begint te lezen. Als hij zich omdraait, zie ik de titel van het boek 'Hoe ga ik om met het overlijden van mijn kind', staat erop. 'Kun je dat niet thuis lezen?', vraag ik. Mijn vader zegt dat hij er thuis geen tijd voor heeft en dat ik hier toch vaak slaap tijdens zijn bezoek. 'Ach, wat kan mij het ook verrotten, ik voel me toch kut.'

Zowel mijn vader, met zijn opmerking over de sjaal, als die vriend van de HEMA-pillen probeert mij de schuld te geven. Van beide suggesties geloof ik niks. Wel snap ik dat het voor die vriend en mijn vader prettig is om zo te denken. Door mij de schuld te geven zijn ze zelf veilig.

Tijdens de training de volgende dag voel ik niks bijzonders. Voor het optimale effect moet ik drie maanden in het tentje slapen. Een rode bloedcel leeft drie maanden, dus van elke cel die ik nu extra aanmaak, merk ik over drie maanden nog steeds het effect.

Ik zie mezelf uit het water klimmen. Ik zie mezelf neerploffen op het schavot waar straks de ceremonie zal zijn. Ik kan het niet geloven: ben ik echt Olympisch kampioen? Als ik weer opsta krijg ik Pieter (Van den Hoogenband, red.) in mijn armen die als een dolle heen en weer springt.

HET PERSOONLIJK GESIGNEERDE LEVENVERHAAL VAN... MAARTEN VAN DER WEIJDEN



Ja, ik bestel het gesigneerde boek 'Beter' (€10,00) van Maarten van der Weijden en ga akkoord met de verzendkosten (à €1,95)

Naam: _____ Voorletters: _____ man/vrouw

Adres: _____

Postcode: _____ Plaats: _____

E-mail: _____

Actiecode: 90176555 (speciale prijs voor Leef!-lezers voor de nieuwe midprice edition)

Ik machtig House of Sports om éénmalig het verschuldigde bedrag van € 11,95 af te schrijven van mijn bank-/gironummer: _____

Datum: _____ Handtekening: _____

Stuur deze ingevulde bon in een envelop (geen postzegel nodig) naar House of Sports, t.a.v. Maarten van der Weijden, Antwoordnummer 811, 1190 VB Ouderkerk aan de Amstel. Wij gebruiken uw persoonsgegevens alleen voor verzending van deze bestelling. Prijzen alleen geldig in Nederland.

Nieuwste editie van 'BETER' met extra hoofdstuk!