

Preview – Dwars door alles heen

We zitten in de wachtkamer, vol met fluisterende patiënten, slecht gesorteerde folderrekken en telefoongeluid. We speculeren zachtjes pratend over waarom de uitslag niet tot de geplande afspraak kan wachten, maar we willen niet aan het idee dat het weleens heftig zou kunnen zijn. Dokter Melo komt ons zelf ophalen uit de wachtruimte en neemt ons mee naar haar spreekkamer. Wij nemen plaats op de stoelen tegenover haar bureau. Nog voordat zij goed en wel zit, zegt ze dat ze slecht nieuws heeft. Haar stem is niet helemaal vast, dit had ze niet verwacht, zegt ze. Ze is net gebeld door de maag-lever-darmarts die iets gezien heeft waar hij zich zorgen over maakt. Hij vermoedt kwaadaardig weefsel. Ik zit alleen maar wezenloos voor me uit te staren, probeer versuft te begrijpen wat ze zegt. Wat is dit nu? Kwaadaardig, wat betekent dat? Dan zegt ze het: kanker... darmkanker. Die paar woorden denderen zo mijn leven in. Alsof iemand me uit het niets een enorme dreun verkoopt en ik een moment buiten bewustzijn ben. Een fractie van een seconde is alles zwart. Ik zie daarna in mijn ooghoek mijn vrouw die de tranen in haar ogen heeft. Ze legt direct de hand op mijn knie en knijpt. Ik leg mijn hand op die van haar. Voordat we goed en wel van de eerste schok bekomen zijn, zegt de arts dat ze een plan heeft. Daar klamp ik me meteen aan vast, ik zou ook niet weten wat anders.

In een paar weken tijd ga ik van bloedarmoede, diagnose kanker en bloedvergiftiging naar een levensreddende operatie. Onvoorstelbaar heftig voor mezelf en de mensen om mij heen. Ineens staat alles stil. Mijn eigen leven, mijn gezin en ook op mijn werk.

Dan komt de zoektocht naar herstel. Alles heeft een opdonder gehad. Zelfs mijn hersenen zijn uit conditie. En nu moet en wil ik weer door. Ik stel mezelf constant vragen, die ik gaandeweg steeds beter kan beantwoorden.

Het wordt een weg met veel hobbels en tegenslagen. Langs haperende arbodiensten en de belemmeringen in mijn karakter. Maar ook met hele mooie ontdekkingen. Waarin ik moet afwegen waar ik mijn energie en tijd aan besteed. Scherper keuzes ga maken. Ik leer hoe ik mijn gezinsleven kan combineren met een veeleisende baan, zonder mijn gezondheid te verwaarlozen. Die balans is cruciaal.

Ik heb geleerd naar mijn buikgevoel, hoofd en lijf te luisteren en heb ervaren dat kwetsbaarheid prachtig kan zijn. Ontspannen moet je leren. Sterker nog: je moet uitrusten voordat je moe wordt. Gezond eten, veel bewegen, het doet ertoe, meer dan je denkt. Op mijn werk focus ik meer op de uitkomst dan op het proces. Ik heb goede mensen om mij heen, die ook tegengas geven. We bouwen samen aan een sterk team. Ik werk hard en gemotiveerd, zonder lange dagen te maken. Er zitten zelfs gaten in mijn agenda. En toch doe ik mijn werk beter dan daarvoor.

Dit boek is er niet alleen voor iedereen die ziek is geweest en terugkeert in een leidinggevende positie of veeleisende baan. Ook voor eenieder die op zoek is naar meer balans in zijn of haar werk of privéleven, kan dit boek een eyeopener zijn. En doe die inzichten het liefste op zonder zelf kanker te krijgen.

Jeroen Mol is vader van een gezin met jonge kinderen en sinds 2012 lid van de directie van Landal GreenParks. Zijn ziekte in 2016 maakte dat hij gedwongen werd rigoureuze keuzes te maken. Door zijn ervaringen te delen laat hij zien dat je kunt breken met ongeschreven regels en dat er vaak meer mogelijk is dan je denkt.