

Lezing Tijd
Door Judith van der Wildt
Datum zondag 30 oktober 2022
Locatie Kapel Bloemendaal

Inleiding

Goedemorgen allemaal,

Wat leuk om hier vandaag te mogen zijn.

Mijn naam is Judith van der Wildt. Ik ben als programmamaker verbonden aan Stads klooster Haarlem. Een stichting waarmee we allerlei activiteiten organiseren op het gebied van zingeving en spiritualiteit, met als pijlers: stilte, aandacht en schoonheid.

Daarnaast werk ik als systemisch- en biografisch coach, en ik schrijf. Artikelen, essays, gedichten en wie weet ooit die roman.

En ik ben gelukkig niet alleen gekomen! Ik heb Bobbie Blommesteijn meegenomen, mijn goede vriendin én onwaarschijnlijk goede zangeres, dat zult u na vanmorgen ongetwijfeld met mij eens zijn.

Begin juli van dit jaar was ik als spreker te gast in de Groenmarkt kerk in Haarlem. Iedere eerste maandag van de maand vindt daar het Vredesgebed voor Stad en Wereld plaats, en daar was ik als gastspreker onderdeel van. Ik koos voor het thema Tijd.

Een aantal elementen uit die lezing deel ik vandaag graag met u.

Mijn overwegingen komen voort uit een heel persoonlijke, intieme gebeurtenis, het overlijden van mijn vader, deze week precies een jaar geleden. Sinds zijn overlijden houdt het thema tijd mij nogal bezig, en ik kan mijn overwegingen rond tijd daarom niet los zien van dit persoonlijke verhaal.

En dan is het vandaag, zoals ieder jaar op de eerste dag van de wintertijd, ook nog de Dag van de Stilte. Een dag waarop aandacht wordt gevraagd voor de waarde en werking van stilte. Ik wil u daarom vragen om de woorden en de muziek deze morgen uit te laten klinken in stilte, als korte meditatie, en te ervaren wat dat met u doet. Ik zal het duidelijk aangeven wanneer het tijd is voor koffie, dus u hoeft niet ongerust te zijn over de tijd. Laat dat thema vandaag maar aan mij over.

De tikkende tijd

Ik zit met mijn moeder in stilte, want wat zegt een mens dan, aan het bed van mijn vader in het Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis. Waar de artsen hem aanvankelijk nog 2 maanden gaven na de diagnose, bleek het al gauw slechts om dagen te gaan. Ik hoor de klok aan de wand onverstoorbaar verder tikken en ik wil dat het stopt, de Tijd is de vijand en brengt ons met iedere tik dichterbij het onontkoombare. Maar ik voel ook iets ánders in mij, rust, vertrouwen, iets dat stroomt.

Het is in die stilte, daar en dan dat alles kantelt. Ik begrijp niets meer van Tijd.

Dit is Chronos. De externe tijd. Het is de tijd die je op een horloge kunt aflezen. De tijd die lineair verloopt en alléén vooruit kan. Het is de tijd die je kunt horen tikken. Een rekeneenheid, een manier om gebeurtenissen te ordenen en om afspraken te maken. Een begrip dat vaak als krap wordt ervaren en waar we ons door laten opjagen.

Ik heb haast, druk druk druk en nee geen tijd zijn tekenen van welvaart. Tik tik tik getikt.

We hebben nergens tijd voor. Of is tijd alles wat we hebben?

De tijd tikt maar door en wij ook.

Het tikken van de klok brengt momenten dichterbij en zet ze vervolgens op een steeds groter wordende afstand.

Het is onontkoombaar. We hebben er geen grip op. Het glipt door onze vingers.

De tijd doden, zeggen we wel eens, maar wie doodt wie nou eigenlijk vraag ik me af?

De tijd van overlijden wordt vastgesteld door de arts. Maar wat de man ook opschrijft, het is hoe dan ook te vroeg. Want waar ik eens dacht dat de Dood zich altijd pas aan het einde van een leven aandient, weet ik inmiddels dat hij daar lang niet altijd op wacht.

Bobbie Blommesteijn zingt, gevolgd door een moment van stilte.

De stromende tijd

Urenlang kleurde ik mandala's in aan het bed van mijn vader, het bracht me in een meditatieve staat. Ik was me bewust van alles wat er gebeurde, hoorde de kleinste verandering in zijn ademhaling.

Ik was er werkelijk bij, de hele tijd, doorleefde voortdurend in het nu alles wat zich aandiente. De tijd ín mij stroomt.

Dit is Kairos. De interne tijd, de tijd die subjectief is en die je waarneemt. De tijd die niet zozeer lineair maar circulair verloopt. De tijd die je kunt voelen stromen en die gaat over vertrouwen hebben, berusten. Dat stromen, die verbinding met het element water, raakt aan de Chinese visie op tijd, waarbinnen tijd als vloeibaar wordt gezien. Daar hebben de wérkelijk wijzen geen haast, maar wordt er in verbinding met de ander gezorgd voor een goede bedding van de rivier de Tijd. Het gaat niet om het volbrengen van je taak, maar om het optimaal laten stromen van de Tijd.

Horloge af. Wat een rust, hoe anders beweeg je je door het leven vanuit dit vertrouwen!

Zoals de Belgische pater en schrijver Phil Bosmans zei: "*Tijd is geen snelweg tussen wieg en graf, maar ruimte om te parkeren in de zon.*"

Moment van stilte.

Natuurlijk, ik was verdrietig, boos, vond het extreem oneerlijk en zielig. Maar ongelukkig? Nee, ik was toen daar aan dat bed niet ongelukkig. De Duitse spiritueel leraar Eckhart Tolle stelt ook dat je niet ongelukkig kunt zijn in het nu. Ongelukkig zijn gaat volgens hem altijd over hoe je je verhoudt tot het verleden, of hoe je je verhoudt tot de toekomst. Zo maakt hij een driedeling in de tijd; verleden, heden en toekomst. Waarbij hij stelt dat verleden en toekomst eigenlijk helemaal niet bestaan. Een uitgangspunt dat hij van kerkvader Augustinus heeft overgenomen.

Augustinus kwam niet zomaar tot die conclusie. Daar gingen grote vragen en een worsteling met zijn Godsbeeld aan vooraf. Dat proces deel ik graag met u in de vorm van een artikel uit Trouw, geschreven door Hans Andriessen in oktober 2002.

Augustinus en de tijd

Aurelius Augustinus (354-430) is een van de weinige kerkvaders die ook nu nog figureren in elke geschiedenis van de filosofie. Dat heeft hij met name te danken aan zijn bespiegelingen over de tijd. Augustinus was de eerste denker die zich serieus met het probleem van de tijd bezighield. Daar was hij zijn tijd ver mee vooruit. Overigens was hij ook nog op een ander punt zijn tijd ver vooruit: hij was de eerste, en lange tijd de enige, die een heuse autobiografie -in de vorm van een vierhonderd pagina's tellend gebed tot God- schreef, de Bekentenissen, waarin zijn bekeringsgeschiedenis uiteraard een prominente plaats inneemt.

De aanleiding voor zijn bespiegelingen over de tijd is van religieuze aard. Het is de vraag van de Manicheeërs die Augustinus dwingt om zich met Gods hulp een begrip te vormen van 'de tijd'. De vraag luidt: 'Waar was God aan bezig alvorens Hij de hemel en de aarde maakte? En als er een tijd was waarin God bestond maar nog geen wereld, wat bewoog Hem er hem dan toe die wereld alsnog te scheppen? Had Hij dan soms niet genoeg aan zichzelf?' Het is in feite de oervraag van alle filosofie: waarom is er iets en niet veeleer niets?

Maar hoe belangrijk die vraag ook moge zijn, hier interesseert ons iets anders: namelijk de veronderstelling die aan die 'ketterse' vraag ten grondslag ligt. Als je zegt dat God op zeker moment in de tijd besloot de wereld te scheppen, ga je er stilzwijgend van uit dat de tijd onafhankelijk van God bestaat, dat er dus een tijd was voordat God het scheppingsproces aanvatte. En dat is uiteraard een onverdraaglijke gedachte voor de vrome Augustinus, want er zou iets bestaan wat niet door God gemaakt was: de tijd.

Maar omdat in de visie van Augustinus alles door God gemaakt is, is ook de tijd door hem gemaakt. De tijd gaat dus niet vooraf aan God, maar God gaat vooraf aan de tijd. In de enigszins cryptische bewoordingen van Augustinus: 'Alle tijden zijn door U (God) gemaakt en vóór alle tijden zijt Gij en er is nooit een tijd geweest dat er geen tijd was. Er is dus ook geen tijd geweest dat Gij nog niets gemaakt had.' Kortom de wereld is niet in de tijd, maar met de tijd geschapen.

En dan volgt de passage waarin we het ongemakkelijke gevoel zullen herkennen dat ook ons bekruipt wanneer ons de wat-vraag wordt gesteld: 'Wat is de tijd? Wanneer maar niemand het me vraagt, weet ik het; wil ik het echter uitleggen aan iemand die het vraagt, dan weet ik het niet.' Het is het eeuwigdurend probleem dat we vaak niet in staat zijn iets wat we aanvoelen duidelijk onder woorden te brengen. Een minder filosofisch ingesteld iemand zou hierop zeggen: waarom moet je het dan zo nodig onder woorden brengen. Dat je het weet is toch al genoeg? Maar met zo'n antwoord neemt Augustinus geen genoegen; hij wil het weten. Na bladzijden lang vertwijfeld over de tijd gefilosofeerd te hebben, waarbij hij onder andere tijd met beweging in verband brengt, schreeuwt hij het als het ware uit: 'Ik weet nog steeds niet, o Heer, wat de tijd is hoewel ik er onafgebroken over spreek. Of weet ik misschien niet hoe ik moet zeggen wat ik weet?'

Met de moed der wanhoop probeert hij het maar weer opnieuw. Hij vraagt zich af wat er werkelijk is aan de tijd en komt tot de slotsom dat alleen het heden, met andere woorden de tegenwoordige tijd bestaat. Het verleden bestaat slechts in de herinnering, de toekomst slechts in de verwachting. Verleden en toekomst hebben dus geen objectief bestaan; alleen het heden bestaat. En toch spreken we van drie tijden: verleden, heden en toekomst en we weten precies wat we er onder verstaan.

En nu zet Augustinus een stap die hem, althans op dit punt, een moderne denker maakt. Zou het niet zo zijn, vraagt hij zich af, dat verleden en toekomst aspecten zijn van de ene tijd, namelijk de tegenwoordige tijd. En dan volgt de crux van zijn hele betoog: 'Wanneer we zeggen dat er drie tijden zijn bedoelen we: een tegenwoordige tijd van het verleden, een tegenwoordige tijd van het tegenwoordige en een tegenwoordige tijd van het toekomstige.' Deze drie tijden bestaan nergens anders dan in onze ziel (wij zouden zeggen: psyche) en ze corresponderen met drie vermogens van de ziel: het verleden met de herinnering, het heden met de aanschouwing en de toekomst met de verwachting. De drie tijden zijn dus niets anders dan de manier waarop wij de continue stroom van de tijd indelen. Kortom, de tijd is iets subjectiefs. Daarmee heeft Augustinus een omwenteling veroorzaakt in het denken over de tijd. Na hem zou het nog vele eeuwen duren voordat er weer iemand, een 'echte' filosoof dit keer, fundamenteel over het begrip 'tijd' zou nadenken: Immanuel Kant in de achttiende eeuw. Augustinus als wegbereider van de grote Kant -niet slecht voor een eenvoudige kerkvader.

Bobbie Blommesteijn zingt, gevolgd door een moment van stilte.

Het thema Tijd is ook voor dichters een dankbaar onderwerp. Ruger Kopland schrijft bijvoorbeeld

Tijd - het is vreemd, het is vreemd mooi ook
nooit te zullen weten wat het is
en toch, hoeveel van wat er in ons leeft is ouder
dan wij, hoeveel daarvan zal ons overleven
zoals een pasgeboren kind kijkt alsof het kijkt
naar iets in zichzelf, iets ziet daar
wat het meekreeg
zoals Rembrandt kijkt op de laatste portretten

van zichzelf alsof hij ziet waar hij heengaat
een verte voorbij onze ogen
het is vreemd maar ook vreemd mooi te bedenken
dat ooit niemand meer zal weten
dat we hebben geleefd
te bedenken hoe nu we leven, hoe hier
maar ook hoe niets ons leven zou zijn zonder
de echo's van de onbekende diepten in ons hoofd
niet de tijd gaat voorbij, maar jij, en ik
buiten onze gedachten is geen tijd
we stonden deze zomer op de rand van een dal
om ons heen alleen wind

Moment van stilte

Balans

Filosoof Joke Hermsen stelt dat de Chronos tijd teveel ruimte heeft ingenomen in onze samenleving. De Kairos tijd, waarin je creatief kunt zijn, kunt lummelen, je mag vervelen, zijn we geneigd om als eerste aan ruimte te doen inboeten wanneer we druk ervaren vanuit de Chronos tijd. Zij pleit niet zozeer voor de ene, of de andere tijdsbeleving, maar voor een gezonde balans tussen beiden.

Ze schrijft: "Een pleidooi houden voor onthaasten of consuminderen zonder een fundamentele herziening van onze omgang met de tijd en zonder verregaande verkenning van een mogelijk andere tijdservaring, heeft volgens mij dan ook niet zoveel zin. Het gaat erom onze intuïtie voor die andere tijd wakker te roepen en aan te blazen, zodat er een nieuw en noodzakelijk evenwicht met de kloktijd kan ontstaan. Want het gaat niet zozeer om een keuze voor de ene of de andere tijd. Het gaat erom het precaire evenwicht tussen beiden te herstellen, zodat de mens bij tijd en wijle kan uitrusten bij zichzelf en zich niet langer als een blinde blijft overgeven aan de eisen die de economische tijd aan hem stelt. De klok en het hele raderwerk van kapitalisme en economie, zoals in 1936 door Chaplin al haarscherp werd geanalyseerd, is een realiteit die niemand kan ontkennen of afschaffen. Maar op het moment dat deze tijdservaring de boventoon gaat voeren en de innerlijke tijd van reflectie, creativiteit en menselijkheid binnendringt en als het ware van binnenuit opblaast, wordt het link. Enerzijds dringt de tijd dus, omdat de kloktijd ons steeds meer klem zet en in de tang heeft. Anderzijds omdat die andere tijd zélf ons met zachte hand in de rug duwt en aanspoort om nieuwe wegen in te slaan."

Synchroniciteit

En soms, heel soms, valt alles samen.

De tikkende tijd klopt met de stromende tijd.

De innerlijke beleving van een moment klopt met het objectieve moment in de tijd.

Ik bedoel zo'n moment dat je aan iemand denkt, en dat diegene je precies dan belt.

Ik bedoel dat je onbewust een boekwinkel in stapt en je oog daar direct op dat boek valt dat

je nodig blijkt te hebben.

Ik bedoel een horloge dat stilstaat op het moment van overlijden van een dierbare.

U kent dit gegeven vast.

De interne en de externe tijd vallen samen dankzij een acausaal, verbindend principe. De Zwitserse psychiater en psycholoog Carl Gustav Jung benoemt dit fenomeen rond 1930: synchroniciteit.

De verklaring die hij geeft rust op het principe van Unus Mundus, een eenheid van bestaan, ofwel een onverdeelde eenheid. Dus geen vanuit het cognitieve aangebrachte ordening in tijd; verleden, heden en toekomst, een lineair verband waarbij oorzaak altijd voorafgaat aan gevolg. Jung bedoelt een willekeurige ordening in een wereld waarin alles met alles is verbonden. Hij beschrijft synchroniciteitsverschijnselen als plotselinge doorkijkjes van de universele verbondenheid achter alles om ons heen. Hiermee krijgt het begrip Tijd ook een andere betekenis.

Bobbie Blommesteijn zingt, gevolgd door een moment van stilte.

Tijd en biografie

Hoe je het verschijnsel Tijd beleeft, hangt ook samen met het punt in je biografie waar je je bevindt. Ik merk dat vaak in coachgesprekken die voer met mensen. De ervaren tijdsdruk en de beleving van Tijd van een twintiger, veertiger of zestiger zijn wezenlijk anders. In mijn zoektocht naar een antwoord op de vraag hoe dat toch komt, stuitte ik op dit artikel uit de Volkskrant van afgelopen zomer. Aanleiding voor dit artikel was de lezesvraag: wat is tijd, en waarom lijkt die sneller te gaan als je ouder wordt?

Wat is tijd? En waarom lijkt die sneller te gaan als je ouder wordt?

De Volkskrant ging deze zomer op onderzoek uit:

Denk eens terug aan die zonovergoten zomervakantie in Frankrijk uit uw jeugd. Vergeelde foto's van even vergeelde katoenen tenten zijn de gestolde momentopnamen ervan, maar probeer eens het gevoel terug te halen van de duur van die vakantie. Die duurde eindeloos toch? En tegelijk schoten de dagen voorbij. Oudere mensen merken juist het tegenovergestelde op: aan de dagen komt geen einde, maar je let even niet op en er is weer een jaar voorbij.

Volkskrant-lezers verbazen zich over onze omgang met de tijd. 'Als je tien minuten op de trein moet wachten, lijkt het een uur te duren. Maar als je nog maar tien minuten hebt om de trein te halen, dan lijkt het vijf minuten', schrijft bijvoorbeeld Martha Hoek ons. Anderen vragen zich af of tijd überhaupt wel bestaat of dat hij alleen een afspraak is die wij mensen hebben gemaakt.

Ze verkeren in goed gezelschap. 'Wat is tijd?', vroeg kerkvader en theoloog Augustinus zich in de 4de eeuw na Christus af. 'Zolang niemand het me maar vraagt, weet ik het; wil ik het echter uitleggen aan iemand die het me vraagt, dan weet ik het niet'.

Geen mens kan twee keer in dezelfde rivier stappen, want het is niet dezelfde rivier en hij is niet dezelfde mens, merkte presocraat Heraclitus bijna duizend jaar eerder op. Alles is onder de invloed van de tijd in een continue staat van verandering. Alles stroomt: panta rhei. Het was een weinig bevredigend uitgangspunt, bleek later, want de filosofen na hem waren vooral op zoek naar het onveranderlijke. De tijd kwam er eigenlijk maar bekaaid af: het ware zijn is het eeuwige nu. Was het maar zo simpel. Natuurlijk zijn er bijzondere momenten

waarin we het idee hebben totaal aanwezig te zijn en in het nu te leven, maar veel vaker ervaren we de gesel van de tijd, die als een pacmannetje de toekomst in razendsnel tempo wegvreet.

Misschien hoeft het allemaal helemaal niet zo ingewikkeld te zijn. Want zoals een beroemd citaat stelt, dat afwisselend aan literaire grootheden, filosofen en natuurkundigen wordt toegekend: tijd is wat voorkomt dat alles tegelijk gebeurt.

'Best een aardige samenvatting', oordeelt theoretisch natuurkundige Carlo Beenakker van de Universiteit Leiden. 'Sinds Einstein weten we: tijd is niet absoluut', zo steekt hij van wal. Waar iedereen – ook fysici – er vroeger stilzwijgend van uitging dat de kosmos het dwingende ritme van een universele metronoom volgt, blijkt de werkelijkheid weerbarstiger. Beweeg sneller of kom in de buurt van een zware massa en de tijd gaat anders stromen, zo stelt Einsteins relativiteitstheorie, als een rivier vol stroomversnellingen en -vertragingen. *Panta rhei*, maar dan anders.

Dat is bovendien meer dan 'slechts' theorie. 'Onze gps-satellieten compenseren bijvoorbeeld dagelijks voor dat effect', zegt Beenakker. En dus had Einstein, zoals wel vaker, gelijk. Dat hij tot zijn conclusies kwam door alles te berekenen binnen een vierdimensionale werkelijkheid – de ruimtetijd – die de drie bekende ruimtedimensies (boven/onder, links/rechts, voor/achter) verknoopt met eentje van de tijd (eerder/later), impliceert bovendien dat het iets échts is. Tijd is geen illusie.

De pijl van de tijd

Toch gedraagt tijd zich anders dan de ruimte. Waar je zonder moeite 's ochtends naar werk of school kunt reizen, en aan het eind van de dag dezelfde route in omgekeerde richting naar huis, daar kan zo iets in de tijd niet. Die volgt een pijl die ons dwingend van eerder naar later dirigeert. De toekomst wordt onherroepelijk het verleden, maar het verleden nooit de toekomst.

Ja: er zijn wat – hoogst theoretische – ideeën over hoe je de klok misschien ooit toch [terug zou kunnen laten tikken](#), maar dat zijn vermoedelijk curiositeiten. 'Kan ik helemaal uitsluiten dat je bijvoorbeeld een deeltje ooit een nanoseconde terug kunt sturen in de tijd? Nee', zegt Beenakker. 'Maar meer dan dat is volgens mij onmogelijk.'

Dat zie je volgens hem vooral wanneer je kijkt hoe logisch het heelal in elkaar steekt zodra je reizen naar het verleden verbiedt. 'Doe je dat niet, dan komt bijvoorbeeld onze vrije wil in het gedrang', zegt hij. Wie terug kan naar het verleden, kan immers plots de volgorde van oorzaak en gevolg omdraaien.

Maar waarom loopt de tijd inderdaad strak vooruit? De meeste fysici zoeken het antwoord in de natuurkundige warmteleer, de thermodynamica. Neem nu een filmpje van een stuijterend balletje. 'Als ik dat achteruit afspeel, ziet iedereen direct dat het niet klopt: het balletje gaat dan steeds hóger stuijteren. Dat is raar', zegt Beenakker. De reden is dat achter de schermen wrijving ertoe leidt dat het balletje energie verliest in de vorm van bijvoorbeeld warmte. En zo moet het altijd gaan: een kop hete koffie [koelt op je bureau altijd af](#) en wordt niet spontaan warmer. Die 'tweede hoofdwet' van de thermodynamica, zo vermoeden veel fysici, schenkt de tijd haar richting.

Korreliig goedje

Maar weten ze ook 'waarvan' die tijd gemaakt is? We tellen hem in het dagelijks leven door het tikken van onze klokken, en delen hem op in blokjes van dagen, uren, of seconden. Maar is er ook een kleinste blokje? Is tijd een continu stromende rivier of een korreliig goedje?

'Daar heeft niemand nog antwoord op', zegt Beenakker. Je zou daartoe de tijd eerst heel

exact moeten kunnen vangen in de wetten van de quantumfysica, die de toestand van de fysieke werkelijkheid beschrijft op de kleinst mogelijke schaal.

Op die schaal is het goed denkbaar dat tijd inderdaad korrelig is, bestaand uit 'stukjes' zo lang als een zogeheten plancktijd, een tijdsinterval van $5,39 \times 10^{-44}$ seconden. Dat is zo duizelingwekkend kort dat elke vergelijking met iets in de normale wereld tekortschiet. Maar of dat echt de kortst mogelijke tijdsduur is, weet niemand. 'Misschien dat we een antwoord vinden wanneer we een ultieme theorie van alles hebben', zegt Beenakker. Eentje die Einsteins algemene relativiteitstheorie wiskundig samenvoegt met de quantumfysica, een doel dat al decennialang n t buiten handbereik ligt.

Zoals de antwoorden op alle overgebleven natuurkunderaadsels rond de tijd zich verschuilen op schier onbereikbare plekken. Binnenin zwarte gaten, bijvoorbeeld, waar de tijd mogelijk stilstaat. Of kort – een plancktijd – na de oerknal, toen ruimte en tijd ontstonden, een periode die zich volkomen aan onze waarnemingen onttrekt.

Het zijn zaken zo ver voorbij onze alledaagse wereld dat nieuwe inzichten weliswaar kunnen onthullen hoe het basale weefsel van de werkelijkheid eruitziet, maar tegelijk weinig te zeggen hebben over hoe wij, mensen, de tijd ervaren.

Tijdsillusies

Rond 1900 maakte de Franse filosoof Henri Bergson een nuttig onderscheid tussen de tijd zoals die in de natuurkunde wordt bestudeerd en de bewustzijnstijd. Hoog tijd dus om de kluwen wat verder te ontwarren en per trein af te reizen naar Groningen voor een gesprek met Douwe Draaisma, emeritus hoogleraar psychologie aan de Universiteit van Groningen en auteur van de bestseller *Waarom het leven sneller gaat als je ouder wordt* uit 2001. Draaisma is gefascineerd door zogenoemde tijdsillusies: de momenten dat onze tijdsbeleving afwijkt van de kloktijd. En uiteraard ook door de vraag die daar logischerwijs op volgt. Namelijk: welke factoren zijn daar van invloed op?

Maar voor het zover is, eerst maar even een korte uitleg over hoe we, onafhankelijk van externe klokken, tijd inschatten. Over het algemeen, en onder normale omstandigheden, gaat dat best goed. Vraag iemand om in te schatten hoe lang een minuut duurt, dan is de afwijking echt niet zo groot. In het dagelijks taalgebruik spreken we van een biologische klok, maar daarvan is geen sprake. Wel van wat Draaisma een 'subtiel samenspel' van tientallen fysiologische klokken noemt. Onze hartslag bijvoorbeeld, bloeddruk, ademhaling, stofwisseling, celdeling. Alle met een eigen cyclus.

Draaisma wijst, gezeten in een etablissement op een plek in het Groningse centrum waar de tijd lijkt te hebben stilgestaan (het Prinsenhof), op een van zijn vingers. De top gaat verscholen onder twee dikke pleisters. 'Het duurt tegenwoordig eindeloos voordat deze snee geneest. Als mijn kleindochter een vergelijkbare wond zou hebben, zou die binnen een mum van tijd genezen.'

Onverstoorbaar

Het is een van de verklaringen die Draaisma twintig jaar geleden ook in zijn boek gaf voor het verschijnsel dat de tijd steeds sneller lijkt te gaan naarmate we ouder worden. Onze interne klokken draaien langzamer, waardoor de wereld om ons heen sneller gaat. In navolging van de Franse microbioloog Alexis Carrel gebruikt Draaisma in zijn boek de analogie van een rivier die in een gelijkmatig tempo voortglijdt door laagland.

De eerste uren rent de mens kwiek langs de oever, sneller dan de stroom. Daarna, rond het middaguur, gaan rivier en mens een tijdje precies gelijk op. En uiteindelijk, aan het einde van de dag, wordt hij vermoeid en raakt achterop.

'Tenslotte blijft hij stilstaan en gaat liggen, naast een rivier die zijn loop vervolgt in hetzelfde onverstoorbare tempo waarin hij de hele dag al heeft gestroomd.'

Het onherroepelijke verglijden van de tijd (het ouder worden) verstoort dus onze tijdsbeleving, maar er zijn veel meer factoren die de tijd doen krimpen of juist laten uitzetten. Onze lichaamstemperatuur bijvoorbeeld. Bij koorts lijkt alles veel langer te duren. Een andere factor van belang is of er wat in je leven gebeurt. Maak je weinig meer mee, dan kruipen de dagen. En, constateerden we al eerder, schieten de jaren voorbij.

Draaisma spreekt van een omgekeerd verband tussen hoe snel de tijd lijkt te gaan tijdens het beleven en hoe we erop terugkijken. Dat werkt beide kanten op: korte dagen gaan samen met lange jaren en vice versa. Maar daarmee zijn we er nog niet, waarschuwt de psycholoog: 'Tijd zet niet alleen uit bij weinig activiteit, maar óók bij extreem veel activiteit.' Denk aan de laatste seconden vlak voor een aanrijding, die tot in het absurde lijken te worden opgerekt.

Telescopie-effect

Goed, nog een laatste tijdsillusie dan: het telescopie-effect. 'Bij ingrijpende gebeurtenissen heb je de neiging om te onderschatten hoe lang geleden dat was.' Neem de moord op Peter R. de Vries, die tot veler verrassing alweer een jaar geleden plaatsvond. 'Het feit dat je scherpe herinneringen hebt, laat je als het ware door een telescoop kijken, waardoor je denkt dat iets veel korter geleden gebeurde.' Veel details? Het zal wel kort geleden zijn, denken we dan ten onrechte. 'Ironisch eigenlijk. Dan werkt ons geheugen een keer goed en kunnen we ons veel details herinneren, maar dan schatten we de tijd weer volstrekt verkeerd in.' Draaisma kan er wel om lachen.

De terugreis vanaf Groningen lijkt veel korter te duren dan de heenreis. In de verte stroomt een rivier.

Tijd en stilte

Tijd heeft een bijzondere wisselwerking met stilte. Waar stilte heerst lijkt de de tikkende tijd niet te bestaan. Stilte hangt nauw samen met bepaalde intensiteit zegt de Nijmeegse filosoof René ten Bos in 2011 in Trouw.

“Denk aan verliefdheid, liefde, duisternis, dierlijkheid of ook aan zoiets als de stilte voor de ramp. De stilte, die bij deze intense gebeurtenissen hoort, lijkt ons buiten de tijd te plaatsen. Soms lijkt twee minuten stilte een eeuwigheid. Stilte is tijdloos, en in de stilte die met deze intensiteiten verbonden is, dringt daarom iets van eeuwigheid binnen. Stilte kan je een oceanisch gevoel geven, en soms zoeken we dat.

Dat oceanische gevoel dat Tijd je kan geven beschrijft ook Vasalis in haar gedicht Eb, waarmee ik deze morgen wil afsluiten.

Eb - Vasalis

Ik trek mij terug en wacht.
Dit is de tijd die niet verloren gaat:
iedere minuut zet zich in toekomst om.
Ik ben een oceaan van wachten,
waterdun omhuld door 't ogenblik.
Zuigend eb van het gemoed,
dat de minuten trekt en dat de vloed

diep in zijn duisternis bereidt.
Er is geen tijd. Of is er niets dan tijd?

Voetnoten

- Phil Bosmans, 1922 Gruitrode, Limburg geboren, overleden in 2012 in Mortsel België. Uitgeverij Lannoo, boekje Menslief, ik hou van je. Bundeling van 100 telefoonboodschappen die hij had geschreven. Uitgereikt aan Juliana, enorme bestseller.
- Eckhart Tolle, geboren in Duitsland in 1948. Een nieuwe aarde. De kracht van het nu. Geboren als Ulrich. Veranderde zijn naam op zijn 29^e na een spirituele transformatie die het begin van zijn werk als spiritueel leraar markeert. Hij koos de naam Eckhart, naar de 13^e-eeuwse mysticus Meister Eckhart.
- Kerkvader Augustinus. Leefde rond 400 in de West- Romeinse provincie Africa. Meest invloedrijke kerkvader van het westen.
- Joke Hermsen, 1961, schrijver en filosoof
- Carl Gustav Jung, 1875 – 1961 Zwitserland, psychiater en psycholoog. Grondlegger van de analytische psychologie.
- René ten Bosch, filosoof en hoogleraar,