

## **NAH: JEZELF OPNIEUW MOETEN UITVINDEN**

**Architect Pieter Weijnen is sinds 2012 eigenaar van Zwarthout. Dit bedrijf levert hout dat is gebrand volgens Japanse traditie. In 2009 overkwam Pieter een ongeluk, waarbij hij van drie meter hoog op zijn hoofd viel. Die val heeft veel veranderd in zijn leven.**

Pieter Weijnen: “Kort na mijn ongeluk vroeg ik mij af wat mij was overkomen. Ik dacht: dat gaat wel over. Aanvankelijk ging het goed en leek de schade mee te vallen. Daarna ging ik door een diep dal. Ik heb mijn letsel ervaren als gedeeltelijk sterven. Een deel van mijzelf is overleden. Met de rest moet ik verder. In het derde jaar na mijn ongeluk is dat besef bij mij binnengekomen.”

“Nu besef ik dat alles anders is geworden. Het wordt nooit meer zoals het was. Mijn grenzeloosheid heb ik behouden, dat is nog steeds mijn valkuil. Ik kan mijzelf verliezen in werk ten koste van vriendschap, relaties, liefde. Nu weet ik als geen ander dat ik alleen kan doen wat binnen mijn mogelijkheden ligt.”

### **DE VAL**

Pieter: “In 2009 bouwde ik als architect mijn eigen huis. In mijn enthousiasme hielp ik mee. Vlak voordat mijn huis gereed kwam, stond ik op een steiger drie meter hoog. Toen stapte ik verkeerd. Ik draaide om, viel ondersteboven naar beneden en kwam terecht op mijn hoofd. Geen enkele blauwe plek maar een schedelbasisfractuur en een bloedend oor.”

“Dat het bloed weg kon door mijn oor, was een geluk. Dit verminderde de druk in mijn hoofd. Acht minuten ben ik weggeweest. Maar mijn eerste herinnering is die uit een ziekenhuis. Daar ben ik overigens niet lang geweest: ik viel om zeven uur ’s avonds en de volgende dag was ik om twaalf uur weer thuis.”

“Wat mij bijbleef was dat Renske, mijn vrouw, naar buiten ging en werd teruggeroepen na mijn val. Toen zag zij mij, Pieter, die haar met al het werk en alle zorgen liet zitten. Ik zag mijzelf niet als volwaardig mens terugkomen. Een traumatische ervaring. Een psycholoog heeft mij moeten helpen om goed om te kunnen omgaan met deze negatieve gevoelens.”

“Na mijn val ervoer ik een gedempt bewustzijn. Dat voelde best prettig: een licht en luchtig zen-zijn. Ik was snel moe maar prikkels kwamen minder fel binnen. De hersenen leken zichzelf voor een deel uit te schakelen om te kunnen herstellen.”

### **DE WEG VAN HERSTEL**

“Een half jaar heb ik gerevalideerd. Die revalidatie heb ik zelf bedongen. Vanuit het ziekenhuis namelijk vond de arts een revalidatie niet nodig. Een Arboarts ontbrak, omdat

ik werkte als zelfstandig ondernemer. Later heeft de specialist wel zijn excuus aangeboden voor het feit, dat hij mijn schade te licht had opgevat.”

“Re-integratie op mijn werk was een fiasco. Ik werkte in een eigen kamer en niemand die mij begeleidde. Interesse vanuit collega-architecten ontbrak; interactie met mij leek niet meer relevant.”

Ik wilde teruggrijpen op mijn leven zoals dat was

“Tijdens mijn revalidatie zei de behandelaar: Je zult jezelf opnieuw moeten uitvinden. Dat kon ik toen niet bevatten. Ik voelde mij de beste leerling van de klas. Ik wilde teruggrijpen op mijn leven zoals dat was. Maar depressiviteit overviel mij, keer op keer. Uiteindelijk viel het kwartje: ik moet radicaal veranderen.”

“Ik was toen architect, bureau-eigenaar en manager. De situatie na mijn val was zo, dat ik naar een vergadering werd toe gereden. Een uur later moest ik daar weg, omdat ik moe was. Dit vond ik heel confronterend. Ik kon niet meer meedoen, de informatie die voorbij kwam kon ik niet verwerken. Ik leverde geen enkel resultaat. Toen dacht ik dit te kunnen oplossen door mijn architectenbureau aan te passen aan mijzelf. Medewerkers kregen meer eigen verantwoordelijkheden. Maar zo werkten de andere twee bureaus niet; de verschillende werkwijzen botsten.”

“Ik ben uitgetreden en heb mijn aandeel in de zaak verkocht. Toen ben ik een nieuw bureau gestart op coöperatieve basis. Een zelfstandig team met mij als leider. Ik koos er bewust voor alleen opdrachten aan te nemen, die mijn eigen-huisproject zouden overstijgen wat betreft duurzaamheid. Dit trok nieuwe opdrachtgevers. Maar de zelfstandige professionals met wie ik werkte, ontbrak het aan lef en initiatief. Ze wachtten af en keken naar mij, wat de druk bij mij verhoogde. Ik raakte opnieuw overspannen en depressief.”

Ik klapte mijn laptop dicht en brak

“In 2012 gaf ik een college over architectuur en duurzaamheid aan de Technische Universiteit Delft. Althans, dat was het plan. Mijn medewerkers hadden alles goed voorbereid: ik richtte mijn werk zo in, dat ik puur mijn aandeel leverde. Ik begon de lezing, hoorde mijzelf herhalen, was de draad kwijt, raakte in paniek, voelde mij oververmoeid. Op dat moment heb ik mijn laptop dichtgeklapt – ik brak en was in tranen. Dat was het einde van mijn architect-zijn en van mijn bureau.”

“In de loop der tijd had ik veel opgebouwd: vooral veel ego gebaseerd op erkenning. Vijfentwintig jaar was ik architect en inmiddels stond ik bekend als ‘mister duurzaamheid’. Van karakter ben ik een vechter die de wereld denkt te kunnen veranderen. Mijn ego loslaten viel mij dan ook heel zwaar. Toen dat wel was gelukt was ik uiteindelijk mijn geld kwijt, nagenoeg mijn huis, bijna mijn relatie en mijn talent. Toch

voelde dat verliezen als een bevrijding: een keizer zonder kleren. Ik hield niet langer vast aan het oude. Er ontvouwde zich een ‘tabula rasa’ (onbeschreven blad, red.).”

### **SIGNALLEN VOOR MIJN GRENZEN**

“Vergaderen zoals ik dat als architect deed, lukt me een uur. Daarna ben ik moe voor de rest van de dag. Het signaal dat ik te ver ga, is als mist die opkomt. Dan word ik stil en probeer mijzelf in een offline modus te zetten en sluit ik prikkels buiten, zodat die mij niet vermoeien. Ga ik te ver en concentreer ik mij te lang, dan heb ik twee tot drie dagen nodig voor herstel.”

“Mijn geheugen heb ik opnieuw moeten ijken. Mentaal kan ik mij relatief kort inspannen. Offertes schrijven bijvoorbeeld kan ik maximaal twee uur per dag. Ik merk wanneer ik daarmee moet stoppen: dat voelt als een scherpe grens. Fysiek werk kan ik tot zes uren op een dag. Die grens openbaart zich minder duidelijk. Saggerijn is een eerste teken dat ik te ver ben gegaan. Daarna word ik somber en kan ik wegzakken in een depressie. Zodra ik nu een kort lontje bemerk, ga ik vol op de rem.”

“Naar mijn omgeving ben ik open over deze grenzen maar zakelijk was ik daar tot voor kort heel terughoudend in. Nu hoort openheid daarover bij mijn bedrijfsvoering. Het is ‘story telling’. Mensen vinden het een boeiend verhaal: een Phoenix die opstaat uit zijn eigen as.”

### **INVLOED OP SOCIALE RELATIES**

“Over het algemeen heeft mijn ongeluk mijn relaties verdiept. Zo hebben direct na mijn val buurtbewoners mijn vrouw Renske geholpen het huis in te richten. Er zijn mooie dingen gebeurd. Een collega-vriend heeft crowd funding ingezet om het voor mij mogelijk te maken opnieuw een bedrijf te starten. Mensen bleken veel voor mij over te hebben, wat ik niet altijd kon ontvangen. Na een enorme dip heeft mijn leven een mentale up schwing gekregen, die ik anders nooit bereikt zou hebben: never waste a good crisis.”