



Geloven in topsport

Geert Plender

Geloven in topsport

Geert Plender

uitgeverij



© 2015 Uitgeverij Kok

Postbus 13288, 3507 LG Utrecht

www.kok.nl

Omslagontwerp en boekverzorging: Spaansenmedia

Foto omslag: TIMS Imaging

ISBN 978 90 435 2597 8

ISBN ebook 978 90 435 2598 5

NUR 707

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Christianity, if false, is of no importance, and if true, of infinite importance. The only thing it cannot be is moderately important.

C.S. Lewis

Onze bestemming

Marco Pantani was wat iedereen wil zijn. Hij won alles wat je als wielrenner zou willen winnen, en op een mooie manier ook nog. Op zijn 22e werd hij professioneel wielrenner en binnen enkele jaren werd de in Cesena geboren Italiaan een held. Zijn kale schedel, korte lijf en grote oren leverden hem de bijnaam 'Het Olifantje' op. Het was een liefkozende naam, want met zijn aanvallende rijstijl stal hij de harten van de wielierliefhebber, vooral die van de Italiaanse. Toen hij zes jaar na zijn debuut de Tour de France won én de Giro d'Italia, werd hij op handen gedragen, bejubeld en aanbeden. En als ze ergens weten hoe je helden moet vereren, dan is het toch wel in Italië.

Gedurende zes jaar kende de carrière van Pantani geen grenzen en reikte zijn succes tot in de hemel. Vanaf het moment dat hij het mooiste bereikte wat een wielrenner kan bereiken, klapte zijn leven echter met eenzelfde snelheid in elkaar als dat zijn succes gerezen was. Twee dagen voordat hij in 1999 weer de Giro d'Italia zou gaan winnen, werd hij uit koers genomen vanwege verboden bloedwaarden. Vanaf die dag werd zijn naam niet alleen continu in verband gebracht met doping, maar raakte Il Elefantino zelf bovendien in een depressie. De eens zo geliefkoosde, geëerde en aanbeden wielrenner vereenzaamde in zijn ellende.

Op 14 februari 2004 overleed Pantani op een hotelkamer in Rimini. Een hartstilstand, veroorzaakt door een overdosis cocaïne.

Claudia Pechstein wilde zelfmoord plegen nadat ze, volgens haarzelf onterecht, geschorst werd. Schaatsen bleek alles te

zijn wat ze had en nu die vaste grond onder haar werd weggeslagen, stortte haar leven in. Ze ontkende ten stelligste dat ze dopingzondaar was en kon het leed dat haar werd aangedaan, namelijk een geruïneerde sportcarrière, amper verkroppen. Ze had het zelfs met de dood willen bekopen.

De Duitse keeper Robert Enke pleegde in 2009 onverwacht zelfmoord en liet zijn vrouw, familie en de supporters van voetbalclub Hannover 96 in vertwijfeling achter. Ondanks zijn succesvolle loopbaan, zijn vette salaris en supporterschare, was het leven voor hem niet meer de moeite waard.

Het is geen geheim dat veel topsporters in een zwart gat vallen na hun carrière. Wielrenners als Michael Boogerd en Gert Jakobs zijn bekende voorbeelden. “Mijn leven was van ’s morgens vroeg tot ’s avonds laat ingevuld”, zegt Jakobs. Het bestond uit rusten, trainen, eten en nog meer van hetzelfde. Nergens hoefde hij over na te denken, zelfs niet over de wedstrijd, want “mijn ploegleider zei wat ik moest doen.”

De genoemde sporters vonden hun geluk niet in de complimentenregen. Voor hen was een leven als topsporter niet de bestemming die ze voor ogen hadden. Blijkbaar bleef er ergens een leegte in hun hart.

Zolang de mensheid bestaat, filosoferen we over wat of wie die leegte kan vullen. Wat is onze bestemming? Waarom zijn we op aarde? Als je gelooft in God, geeft Hij ook de antwoorden op al die vragen. Of je het nu eens bent met het christelijke

geloof of niet, als je ervoor durft te gaan, zal het de leegte in je hart vullen.

Ik groeide op in een omgeving waar christen-zijn nog heel normaal was. Het was onderdeel van het dagelijkse ritueel en niemand stelde daar vragen over. Ik groeide op op een boerderij in Kamperveen, vlakbij Zwolle. Een plattelandsgemeenschap dus. Ik ben de vierde van vijf kinderen. Pa Jurrie in de kerkenraad, moeder met de kinderen op bankje twee van de Hervormde kerk.

Wat ik nooit zal vergeten is het moment dat ik twaalf werd. Dat was best een heugelijk feit. Als je twaalf wordt, ga je naar de middelbare school en begint het leven zo'n beetje, voor je gevoel. Je begint je zo langzamerhand een kerel te voelen. Twaalf worden had bij ons echter ook een groot nadeel. Dan moest je namelijk twee keer per zondag naar de kerk, in plaats van de ene verplichte gang naar dat, voor mijn gevoel, immens hoge en grote gebouw.

Die kerk daar in Kamperveen, middenin de weilanden, met zijn barsten in de muren. Een heimachine is ooit voor die barsten verantwoordelijk geweest. Tegen het hoge plafond zijn latten getimmerd. Ik heb de latten vaker geteld dan me lief is, zó vaak dat ik niet meer weet hoeveel het er zijn. 'God is Liefde' stond er rechts boven de preekstoel. De kerkenraadsleden keken altijd nors, de familie Van Dijk kwam altijd te laat en als er iets onverwachts gebeurde kleurde iedereen rood. Tenminste, in mijn beleving. Ikzelf in ieder geval wel.

Zo deden we dat nu eenmaal. Naar de kerk. En net zoals we samen altijd naar de kerk gingen, gingen we met hele gezin sporten. “Sport en muziek horen bij de opvoeding”, zei mijn moeder standaard wanneer ik weer met frisse tegenzin ging oefenen op mijn keyboard. De vastigheden van vroeger, laten we maar zeggen. Gewoon geen discussie. Ik heb zo’n vermoeden dat ik met een dergelijke argumentatie mijn kinderen straks niet kan overtuigen.

Het had wel iets, die vastigheden. Je hoefde niet overal zelf zo over na te denken. Niet overal vragen over hoeven stellen is ook wel lekker ontspannen. Maar op een gegeven moment hield ik dat toch niet meer vol en daar dank ik de sportwereld voor.

Door de sport leerde ik iets meer van de wereld kennen. Ik zag jongens en meiden zonder God opgroeien. Soms zag ik veel verschil, soms maar weinig. Maar dat had er ook mee te maken dat ik een schuchter boerenventje was en sommige van mijn concurrentjes hippe stadsjongens. Waar ik het op mijn veertiende nog normaal vond om boomhutten te bouwen met mijn vrienden, hadden zij al vriendinnetjes. Ik was op oudejaarsavond druk met melkbusschieten, terwijl zij op jacht gingen. Ik lag wat jaartjes achter, zeg maar.

Ik ontdekte dat ik uit een van de meest beschermde gebieden van Nederland kwam. Qua cultuur, qua omgang met elkaar. Daar kwam ik helemaal achter toen ik mijn vriendin leerde kennen op mijn achttiende. Zij was mijn eerste serieuze aan gelegenheid. Ze was al vanaf haar veertiende in al haar naïvi-

teit aan alle kanten beschadigd door gladde jongens. Wij werden ook wel wat gladder hoor, maar het begon allemaal wat onschuldiger. Ik herinner me dat we ons aangeschoten zopen in een plaatselijk kroegje. Wat voelden we ons stoer. En wat waren we angstig, dat ze het thuis niet zo zouden waarderen. De kroeg waar je nog geen vlieg kwaad kon doen, waar slechts mannelijke verdrietsdrinkers zich bogen over de bar. Waar je, kortom, geen meisje tekort zou kunnen doen.

Ik leerde zo langzamerhand dat het niet vanzelfsprekend is om te geloven in God. Sterker nog, dat het best wel raar is om dat te doen. En dat het helemaal raar is om te geloven in God en vervolgens heel veel dingen niet te mogen doen. Ik mocht niet sporten op zondag, ik mocht wel Studio Sport kijken op zondag. Ik mocht sport wel serieus nemen, maar niet té serieus. Ik mocht wel uitgaan, maar niet te gek uitgaan. Men moest wel in de kerk zijn, maar het was wel toegestaan te slapen. Je moest je wel verblijden in de Heere, maar je mocht niet blij kijken. En nergens in de Bijbel staat hoe vaak we naar de kerk moeten, maar we moesten wel gewoon twee keer. Mijn vriendjes ook, dus wij ook.

Ik werd volwassen en begon me af te vragen: hoe lang blijf ik die latten aan het plafond tellen? Ga ik God nu serieus nemen, of zet ik Hem aan de kant? Blijf ik iedere zondag de gang naar het huis van de Heer maken, of ben ik mijn tijd aan het verdoen? Is dit dan mijn bestemming?

Ik ging naar het reformatorisch voortgezet onderwijs. Maar werkelijk niemand had echt een idee waar het geloof over

ging. Bij ons ging het over rokjes dragen, lange broeken, je ogen dicht houden bij het bidden. Meer niet, hoezeer leraren en dominees ook hun best deden.

Als je altijd in hetzelfde kringetje blijft bewegen wordt je wereld heel erg klein. Je denkbeelden vernauwen, je raakt steeds verder verwijderd van het gros van de mensen. Je begint de aansluiting te missen. Dat geldt voor kerkmensen, maar hetzelfde gevaar ondervinden politici, waarvan we steeds vaker zeggen dat ze te ver bij de mensen vandaan staan. Als je maar lang genoeg in de Tweede Kamer blijft zitten, weet je op een gegeven moment vanzelf niet meer wat er zich op straat afspeelt.

Hetzelfde gold voor mij. Ik groeide op in een subcultuur, die we christelijk noemen, maar vooral gevormd is door tradities en gewoonten. Een subcultuur waar God overigens heel serieus genomen wordt, maar waar de aansluiting met wat zich in de wereld afspeelt gemist wordt. Laatst graptten we met een paar vrienden over de christelijke terminologie die zich zo heeft genesteld in ons taalgebruik. Woorden als genade, aanbidden, eren. Het zijn woorden die we helemaal nooit meer gebruiken, alleen nog in het christendom. Om die reden zeggen ze ook alleen christenen nog iets.

Doordat ik als tiener zag hoe de wereld er buiten Kamperveen uitzag, leerde ik ook dat God méér moest zijn dan ik nu ervoer. Ik zag het niet zitten om binnen die cultuur te blijven leven, maar wilde God ook niet kwijt. Ik moest dus op zoek naar wie God echt was!

Als God dan bestaat, dan wil ik dat ook kunnen voelen of meemaken, vond ik. Ik wilde God niet als cultuur, ik wilde Hem als Vader. Een jeugdleider daagde me eens uit. “Vraag God maar eens of Hij zich aan je wil openbaren”, klonk het plechtig. Ik dacht: dat doe ik. Soms dacht ik, in mijn slaapkamer, dat ik een warmte in mijn hart voelde. Dat had ik natuurlijk wel eens gehoord in getuigenissen van mensen.

Meestal voelde ik niks, maar langzamerhand veranderde ik wel. De kennis van ‘de wereld’, het gebrek aan houvast dat ik zag bij de mensen die ik kende die niet gelovig zijn, de zieke zoektocht van jongens naar meiden waar ik mezelf op een blauwe maandag nog schuldig aan maakte, het nutteloze gezuip. Ik vond het niks. Maar God blijven dienen op de manier zoals ik deed, met gezapig meedoen in een menselijke rite, dat zag ik ook niet zitten.

Toen las ik een tekst van de schrijver C.S. Lewis. “Er zijn twee opties. Als God niet bestaat, doet alles wat Hij gezegd heeft in de Bijbel er totaal niet toe. Wat heeft het voor zin een soort van filosoof blindelings te volgen? Maar als God wél bestaat, en de Bijbel is Zijn Woord, dan is dat van oneindig belang! Dan is dat alles overtreffend!”

Je kunt vanalles vinden van de boodschap van de Bijbel, maar één ding is onmogelijk: de Bijbel een klein beetje belangrijk vinden. Het is onmogelijk om God een rolletje te geven in je leven. Om God een klein beetje belangrijk te vinden. Om God niet helemáál kwijt te willen raken, maar vooral wel je

eigen weg te blijven volgen. Dat kan helemaal niet! Kies je ervoor om te geloven in God, dan is totale toewijding het enige mogelijke gevolg. Ja, wat dat betreft is het allemaal behoorlijk radicaal.

Het gekke is dat we daar vaak een nare smaak van in de mond krijgen. Totale toewijding? We volgen veel liever onze eigen weg. Daar liggen twee misverstanden aan ten grondslag. De eerste is dat onze eigen weg geluk zou brengen. Ik begon dit hoofdstuk met Marco Pantani, die voor het oog alles leek te hebben bereikt wat je zou willen bereiken, maar toch ongelukkig was. En hij is niet het enige voorbeeld, daar zijn er miljoenen van.

Het tweede misverstand is dat we denken dat God ons vooral iets kost en dat het ons weinig oplevert. Ok, later, de hemel, maar op korte termijn? In het hier en nu? We denken bij het christelijk geloof vaak dat het onze vrijheid kost, dat het offeren is geblazen.

Bij een spiegelsessie die we eens hielden met ons schaatsteam, waarbij we ieders goede en slechte punten benoemden, vertelde een teamgenoot mij dat hij het wel eens irritant vond dat ik God overal bij betrok. Het irriteerde hem dat God voor mij zo alomvattend is. Alsof hij wilde zeggen: gun jezelf eens een beetje ruimte.

De waarheid is dat ik sinds ik God heb leren kennen, nooit zoveel vrijheid heb ervaren. Ik ga een poging doen om het uit te leggen en ik hoop dat het lukt, want het vormt de basis van dit boek.

Onvoorwaardelijke liefde

Het beeld van een God die regels geeft en regeert als een tiran. Mocht je dat hebben, dan moet je dat loslaten. Misschien had ik dat beeld wel toen ik jong was. Ik moest immers vanalles, vanwege die God. Het punt is dat al dat moeten vooral een zaak van mensen was. Het waren mensen die mij zeiden dat ik vanalles moest, niet God.

God zegt niet tegen ons dat we ons aan geboden moeten houden. God wil onze Vader zijn. Hij schiep de hemel en de aarde en de mensen. Hij schiep ons. En Zijn idee was niet om te regeren, maar om van Zijn liefde te delen. We kennen allemaal het verhaal van Jezus en het kruis. Die geschiedenis laat ons zien hoe écht de liefde van God is. Het verhaal van het kruis vertelt ons dat God oneindig van ons houdt en dat we ons niet hoeven te bewijzen.

Zo vaak schieten we te kort. We hebben allemaal onze zwakke kanten en we zijn allemaal ongelofelijk kwetsbaar. Voor onze omgeving kunnen we ons prima groot houden, maar ergens hebben we de behoefte aan iemand aan wie we écht alles van onszelf kunnen laten zien. Dat is God. Degene die ons écht begrijpt. En God zal ons nooit veroordelen. Als we fouten maken waarmee we anderen pijn doen - God noemt dat zonde - dan staat God vooraan om ons te vergeven.

Dat is liefde, dat is onvoorwaardelijke liefde, en dat is de bestemming van ons leven. 'God is liefde', een bord met die tekst hing rechts van de preekstoel in de kerk waar ik de eerste

twintig jaar van mijn leven naar toe ging. Het is liefde wat we zoeken. Dat is het gat in ons hart, de leegte die gevuld moet worden. Sport vult dat gat niet, succes niet, het applaus van mensen niet. Want er komt altijd een moment dat we weer falen, in wat voor opzicht dan ook. De liefde van God is het fundament onder ons leven.

Op het moment dat dát je fundament is geworden, ervaar je vrijheid. Man, wat is het fijn om je niet altijd maar te hoeven bewijzen! Een wedstrijd niet gewonnen? Voor God ben ik er niet minder om. Voor God ben ik geen verliezer. Voor God ben ik net zo waardevol als Nelson Mandela en Martin Luther King. Dat geeft rust. Als je in God gelooft, dan komt er rust in je hart. De voortdurende drang om te vechten voor je bestaansrecht houdt op.

Ik schreef net dat er vaak een verkeerd beeld bestaat van God. Dat Hij benauwend werkt op je leven. Weet je wát benauwend werkt? Als je continu moet vechten voor je bestaansrecht. Mijn vrouw Sigrid deed dat jarenlang. Ze was ook een schaatser en wilde bewijzen dat ze iets kon. Ergens was er iets ontstaan waardoor ze vond dat ze enorm hoge eisen aan zichzelf moest stellen. Ze voelde zich niet geaccepteerd. Omdat ze zo geforceerd op zoek was naar bevestiging, glipte alles haar uit de vingers. Ze kreeg blessures, werd door een auto van de fiets gereden, kreeg de ziekte van Pfeiffer. Niet alleen kon ze zichzelf nu niet meer bewijzen, ze gaf zichzelf er de schuld ook nog eens van, waardoor het allemaal nog beroerder werd. 'Gelukkig' kon ze nog terugvallen op de bovenmatige aandacht

van jongens, want ze mag er zijn. Omdat ze al blij was dat er iemand om haar gaf, ging ze veel te snel in zee met jongens die verkeerde intenties hadden. Jongens die niet alleen vreemd gingen, maar haar ook misbruikten.

Voor haar gevoel was er niets dan wanhoop over. Niet alleen werd ze nergens meer in bevestigd, ze was nu ook nog volledig misbruikt. Haar grenzen waren overschreden, waardoor ze zelf ook niet meer wist waar de grenzen lagen. Van zelfrespect was geen sprake meer. Ze dacht aan zelfmoord, wat iets anders is dan het plegen ervan, maar gezond is het niet. Ze trok zichzelf aan de haren en hilde zich iedere avond in slaap. Een knap meisje, met sporttalent, goede cijfers op school en aandacht van jongens. Van de buitenkant leek alles spik en span. Ondertussen hilde ze het op een avond uit naar God. "Ik weet het niet meer. Ooit heb ik iemand zien bidden en nu doe ik het. God, als U bestaat, red me dan!" Ze sprak het uit, en ze voelde... rust. Dit was de eerste keer in haar leven dat ze rust voelde. Ze had zich nooit gerealiseerd dat er zoiets als rust bestond. Maar God gaf haar rust. Ze kende God niet, wist niets van God. Ze wist alleen dat Hij haar gered had. Gered van de gekte in haar hoofd. God gaf rust, omdat Sigrid zich ineens wél geaccepteerd voelde.

Als je je bestaansrecht gevonden hebt bij God, dan is dit hierboven wat er gebeurt. Dan is er vrijheid. Dat is wat christenen bedoelen als ze zeggen: "Ik leef in vrijheid." God werkt niet beklemmend, Hij werkt bevrijdend.

Toen ik een tiener was, draaide mijn maag om van het idee dat ik mijn leven aan God zou moeten geven. Maar nu staan de zaken er heel anders voor. Jarenlang dacht ik dat God mijn sportcarrière zou inperken, als ik mijn leven in Zijn handen zou leggen. Niets is minder waar. God is als een Vader voor ons. Hij heeft het beste met ons voor.

Bij ons schaatsteam was ook een verzorger betrokken. Hij masseerde ons, maar was vooral ook een kameraad. Een coach heeft gezag, de sponsor moet je blij maken, maar een verzorger? Die staat niet boven je, niet onder je, dat is een maatje. Verzorgers spelen een immens grote rol in de sportwereld. Je kunt heerlijk je hart bij ze luchten, zonder dat dit gevolgen heeft.

Gerrit was niet alleen verzorger van ons team, maar ook bij veel verschillende nationale sportteams. Hij zag de hele wereld, hij zag de hele sportwereld en ontwikkelt zich op dat gebied nog steeds. Gerrit kwam al snel tot de conclusie dat het succes van topsport zit in meer dan fysieke conditie alleen. “Alle radertjes moeten goed staan”, kan alleen hij zo mooi zeggen. Thuis moet het lekker lopen, je moet goed in je vel zitten, je moet goed eten, je moet goed trainen, je moet sporten vanuit een goede basis en met een goede moraal.

Je kunt nog zo goed in conditie zijn, maar als het met je vriendin voor geen meter loopt, dan gaat het ook op sportief vlak een keer mis. De spanningen die daarmee gepaard gaan, beginnen te vreten aan je fysieke gestel. Gerrit kon tijdens het masseren voelen of er iets met zijn ‘patiënt’ aan de hand was.

Bepaalde fysieke klachten zijn het resultaat van onrust in je hoofd. Lichaam en ziel zijn heel nauw met elkaar verweven.

Alle radertjes moeten goed staan, zei Gerrit. Het belangrijkste radertje is de basis onder je bestaan. Als je je bestemming vindt bij God, creëer je de beste voorwaarde voor een topsportcarrière, in plaats van dat een leven met God een topsportcarrière in de weg staat.

Maar vergeet niet: daarvoor is meer nodig dan God een rol toebedelen in je leven. Durf jij Hem de regisseur te laten zijn? Het zal je ongeloofelijk veel rust geven. Het zal je eerder helpen een echte sportman te zijn, dan dat het je daarin remt.

Al zóu je geloof in God jou remmen om een sportman te zijn, dan nog is de voldoening van sport groter dan de grootste sportprijs die je kan pakken. Sport is geweldig, maar het geluk zit niet in winnen. Het geluk zit in je geaccepteerd voelen. Winnen helpt om jezelf te accepteren en het applaus van anderen evenzo. Maar het is tijdelijk en lang niet zo intens als de liefde van God.

***Het beeld van God als een vader die trots op
mij is als ik in mijn element ben en uitblink.
Dat veranderde mijn leven.***

Vanuit zijn persoonlijke geschiedenis vertelt Geert Plender hoe topsport en een leven met God beter samengaan dan we ons kunnen voorstellen. In de behoudende kring waarin hij opgroeide wees men hem op het gevaar van sportverdwazing, maar volgens de auteur is er geen gevaar. Sporten met God geeft juist de onbevangingenheid die je naar grote hoogten kan stuwten. Want als je onafhankelijk bent van het applaus en de kritiek van mensen, komt er rust en vrijheid in je leven. Bepaalt het succes je persoonlijkheid, of weet je wie je mag zijn in de ogen van God?

Geert Plender is zijn leven lang actief geweest als schaatser en skeeleraar. Hij trainde dagelijks en won wedstrijden op het hoogste niveau. Namens de stichting Geloofshelden spreekt hij regelmatig in kerken over het onderwerp sport en geloof.

Met gespreksvragen van Henk Stoorvogel

uitgeverij



ISBN 978 90 435 2597 8
NUR 707



9 789043 525978