

# Gecontroleerd lijden



Gymnaste Nina Derwael was onlangs te gast in *Het huis* van tv-maker Eric Goens. Daar vertelde ze over haar weg naar de top. © VRT

**N**ina Derwael in *Het huis* bij Eric Goens is uitgezonden op de tweede dag van het nieuwe jaar. Verplicht terug te kijken indien u dat hebt gemist. Een heel etmaal kunnen praten en observeren is een cadeau voor een interviewer, en dus zal het lastig zijn om de resterende 363 dagen nog een beter interview met een topsporter te lezen/horen/zien.

*Het huis* met Derwael zou verplichte kost moeten zijn voor iedereen die met topsport in aanraking komt: coaches, jonge topsporters, sportpsychologen, sportbestuurders, sportjournalisten... Maar ook voor al wie denkt zich een mening aan te moeten meten over hoe topsport moet worden bedreven en binnen welke maatschappelijk aanvaarde normen dit moet gebeuren.

Topsport is hard, is roofofbouw, is gecontroleerd lijden, is alles wat in de huidige zesjesmaatschappij van vrijheid, blijheid en dertig uurtjes werken inpassen in de privé - gepromoot door arbeidseconomen, godbetert - niet meer wordt getolereerd.

Topsport is een andere wereld en het opvallende aan Derwaels obsessie met presteren is dat ze daar zelf op heel jonge leeftijd heeft voor gekozen. Vier was ze toen ze naar de Spelen wilde. Elf was ze toen ze oorlog maakte thuis om naar de topsportschool te mogen.

Ze is naar Gent gegaan en ze stond op de Spelen. Olympisch goud was haar doel en dat heeft ze gehaald. Het was *all the way, my way or the highway*, deze keer gestuurd door het brandende verlangen van de topatleet in wording. Toen het vuur in haar werd aangewakkerd in Gent door een Frans coachesduo lag de weg naar eeuwige roem open.

De meest in het oog springende en op voorhand gepitchte passage was uiteraard die over het psychologische misbruik van haar trainers ten aanzien van haar voorgangsters en collega's met wie ze in Gent de gymhal had gedeeld. Haar betoog bleef rustig, maar samengevat kwam het toch hierop neer: *if you can't stand the heat, stay out of the kitchen*, en verwijt mij niet dat ik - en anderen - die hitte wel hebben kunnen verdragen én hebben gepresteerd. De rest: bek houden, want je weet niet waarover je praat. (Zei ze niet met die woorden, maar het kwam daar wel een beetje op neer.)

Uiteraard volgde reactie. Van de immer moedige Aagje Vanwalleghem meer in het bijzonder, die

erop wees dat ze Derwael haar olympische titel gunde, maar dat ze nog blijer was dat door de kat de bel aan te binden een en ander is veranderd in de topsportwerking. Die onzalige periode zal meer dan een kras blijven en die twee kunnen nooit meer door één deur. Dan maar niet.

Elke topsport heeft het in zich om fysiek, psychologisch en mentaal het uiterste te vergen van de atleet. Elke topsport gaat tot het gaatje. Het is fysiek rekken en trekken aan dat elastiek tot het knapt, het ravijn opzoeken en mentaal balanceren op de rand. Daar is weinig mis mee, zolang de omkadering weet wat er gebeurt en grenzen worden bewaakt. Topsport gaat gepaard met lijden, maar overdrijven is nergens voor nodig.

Laat je het sportindustriële complex vrij, dan gebeuren er ongelukken. Laat je de FIFA, UEFA en andere bonden/competities doen, dan spelen de voetballers straks honderd wedstrijden per jaar. Laat je de UCI's, ASO's, RCS'en van deze wereld doen, dan

rijden ze elke grote ronde over onmogelijke geitenpaden in de grootste hitte de steilste bergen naar boven en naar beneden. Evengoed: laat je sommige trainers hun gang gaan, dan passen ze het principe van de mand met de eieren toe. Gooi die mand tegen de muur, vergeet de gebroken eieren, zoek welk ei nog heel is en ga daarmee door. Je wilt de

trainers die zo op den duur geen eieren overhouden niet te eten geven.

Elke topsport heeft een destructief kantje, maar - weeral - overdrijven is nooit goed en grenzen bewaken is meer dan ooit nodig. Dat Derwael al op haar 22ste moet passen voor een fietsproef omdat ze haar kniepees anders overbelast, dat hoeft niet te shockeren. Ze is niet blijvend gehandicapt en weet zelf na tien jaar aan gemiddeld dertig uur trainen per week wat ze nog kan en niet meer kan.

Andere sporters zijn zich minder bewust van hun destructie of nemen het er maar bij. *Part of the game*, als het ware. Neem nu voetbal. Koppen wordt in de nabije toekomst meer dan een dingetje. Het is een beetje door de mazen van het journalistieke net geglipt, maar in Schotland mag niet meer worden gekopt een dag voor en een dag na de wedstrijd. Uit epidemiologisch onderzoek is gebleken dat voetballers driënhalf keer meer kans maken aan een hersenletsel te sterven dan de gewone medemens. Het is vooralsnog wachten op voetballers die daar zelf wat van zeggen.

**Elke topsport heeft een destructief kantje, maar overdrijven is nooit goed**