

Dolf Jansen

Altijd verder



2009

Uitgeverij Thomas Rap

1. Voorwoord

Het najaar van 2009 staat op het punt de prachtige zomer te verdringen. De afgelopen maanden liep ik – hard, zo hard als mogelijk voor een jonge man van toch alweer 46 – schaarsgekleed en in de zon op alle plekken waar ik was. Moest zijn, mocht zijn. Wijhe, Hyde park, Eyrabakki, Biddinghuizen, Beara... De komende maanden komen de regenbuien, de windvlagen, de hagelvlagen, de sneeuwstormen. En dan wordt het alweer lente. Voor de loper maakt dat niet uit. Ik loop, elke dag, overal, door elk weertype. Al ruim dertig jaar. Dat is tweederde van mijn leven. En als ik, in 2061, kom te overlijden, zal ik ‘mijn hele leven’ gelopen hebben. Weer of geen weer, zin of veel zin of een heel klein beetje zin, pijn of nauwelijks pijn. En als ik zo nu en dan een dagje niet loop, heet dat herstel en ben ik dus ook goed bezig. Denk ik, hoop ik.

Dit is versie 2.0 van *Altijd verder*, het boek dat oorspronkelijk in 2007 uitkwam. Ondertussen ben ik twee jaar (= ruim 8000 kilometer) verder en speel ik zelfs een voorstelling die losjes gebaseerd is op dit boek. Ik ben een gelukkig mens. Bezig, onderweg, hardlopend. Altijd verder.

Dolf Jansen, oktober 2009

2. Jongen, ben jij wel helemaal goed bij je hoofd...?

*(Rondjes Frankendael, Amsterdam-Watergraafsmeer,
zomer/herfst/winter 1979)*

Ja, hoe begint zoiets? Hoe besluit de verlegen jongen van 15 wat sportkleding bij elkaar te zoeken, sportschoenen erbij, wachten tot het donker is en dan naar buiten? Ik zal toch zeker iets tegen mijn ouders gezegd hebben, ze waren niet gewend aan vroeg-nachtelijke escapades van deze zoon. Als ik uitging (het maandelijks schoolfeest) was ik netjes en volgens afspraak voor twaalf uur thuis, soms zelfs zonder een gulden uitgegeven te hebben, en die ene keer dat ik er echt nachtwerk van maakte (Herman Brood en zijn Wild Romance hadden er zin in, in Paradiso, en speelden door tot na enen) waren ze ervan overtuigd dat ik al opengesneden in een steegje tussen fietsenstalling en ouderlijk huis lag.

En toch, die avond in mei 1979, trok ik na elfen de deur van het huis op het Linnaeushof achter me dicht en begon hard te lopen. Te hard lopen. Te lopen, eigenlijk, want dat is vanaf het begin het woord dat ik gebruikt heb.

Ik ga even een stukje lopen.

Ik moet nog wel even lopen.

Is het oké dat ik nu ga lopen, kan jij straks...?

Lopen. Ik ben een loper. Ik loop, hard als het meezit, heel hard als het top gaat, een beetje hard als het lichaam moe is of de benen pijnlijk. Ik loop. Ik ben hardloper. Dat is wat ik ben, dat is wie ik ben.

Ooit ben ik een uitspraak van mezelf tegengekomen – als je geregeld geïnterviewd wordt komt dat voor – die luidde: ‘Waar ik ben loop ik, waar ik loop ben ik.’ Een soort light-variant op ‘Ik loop dus ik ben’. Maar het is wel wat ik bedoel, het is wat ik ben, wat ik wil. Lopen. Ik wil lopen, ik moet lopen, dan komt de rest (leven, zeg maar) vanzelf.

Door allerlei toevalligheden en omstandigheden en het lot wellicht en heel veel heel hard werken, en de goede mensen om me heen zeker ook, ben ik 'bekend' geworden, als cabaretier, als radiomaker en televisiepresentator en columnist en nog zowat, en daardoor ook als loper. Als ik ergens een wedstrijdje loop valt dat op, en echt niet omdat ik soepel met de Oost-Afrikanen meedraaf. Hoewel ik geregeld net zo lief in de anonimiteit zou willen lopen als die andere duizenden, vooral als ik niet zo zeker ben van mijn 'vorm van de dag'. Aan de andere kant vind ik het prachtig dat ik als loper word benaderd, word aangesproken, dat mensen me herkennen als 'die marathonloper' in plaats van 'Hé, jij ben toch van télé?'

Ik mag schrijven over lopen, in *Runner's World* en 42, ik heb een paar keer op de sportpagina van een serieuze krant gestaan, om te praten over lopen, ik vind het nogal wat. En geregeld schaam ik me, enigszins, voor wat de bekendheid teweegbrengt: in het voorjaar van 2005 liep ik ergens buiten Utrecht samen met Kamiel Maase naar de inschrijving van een 10-kilometerwedstrijdje (dat we beiden zouden lopen om Novib te steunen, en hij ook om zijn vriendin naar een fijne tijd te hazen). Ik werd een paar keer toegeroepen en mocht een keer op de foto met twee jonge lopers en gelijk een paar keer een handtekeningachtig krabbeltje plaatsen, Kamiel, olympiër, veelvoudig nationaal kampioen, 2.08 op de marathon, liep ongestoord door. En tijdens een wedstrijd met veel publiek langs de kant moet je echt stapelgek worden als je toevalligerwijs met mij in een groepje verzeild bent geraakt. Zelf beschouw ik elke kreet, grap en milde belediging als aanmoediging, maar als je 10, 15 kilometer lang naast me loopt en alleen maar varianten op mijn naam, uiterlijk en activiteiten buiten het hardlopen om over je heen krijgt, terwijl je zelf Willem heet en verdomd goed werk doet in de dienstverlenende sector, of Nadja en de beste hardlooptster van de wedstrijd bent, dan vervloek je me wel eens. Denk ik.

Eén keer riep een man met wie ik de kilometers van een *Ten Miles* deelde naar een groepje toeschouwers: 'Hé, ik ben Gerard en ik loop net zo hard!' Waarvan akte.

Een andere keer onthield ik een halve marathon lang zo'n beet-

je wat me allemaal werd toegeroepen en wat het met me deed. Een flard:

Hé Dolluffie!

Gaat goed Lebbis! (Dit was vermoedelijk humor)

Leuk is anders, Dolf!

Hé, is dat niet... kom-hoe-heet-ie-nou...?

Hup papa!

Bwaawawadwaada dwaaweedwaabdwaaaa! (Het geluid van heel veel mensen plus twee professionele speakers in mijn best vermoeide oren.)

Wil je zo dit boekje even signeren?

Je ziet er helemaal niet moe uit... (Mijn moeder)

Maar goed, dat was zo'n vijftientig jaar later. Nu moest ik beginnen, nu moest ik gaan lopen. Gaan hardlopen. Een stukje over de stoep, langs de kleine, nette voortuintjes, links de grote donkere kerk ter ere van de Martelaren van Gorcum, stoepje af, straatje over en naar de Middenweg. Ik jogde, nee, ik liep al wat harder. Ik had niet van tevoren bedacht wat ik van plan was, hoe lang ik het zou volhouden, ik wist alleen dat ik om Frankendael heen zou lopen. Daar had je een fietspad en brede stoepen, plus het was een rondje, dus zolang ik maar rechts-rechts-rechts-rechts ging moest ik wel vlak bij huis uitkomen. Leek me. Mijn richtinggevoel was in die jaren, dat weet ik nog, zeer matig. Pas na jaren lopen in onbekende gebieden en op mij onbekende paden en wegen heeft het zich behoorlijk ontwikkeld. Winters lang heb ik getraind bij Aerdenhout, in de waterleidingduinen. Ik ken elk pad, elke bocht, bijna elke boom... dacht ik. Totdat ik er een keer in de vroege zomer verzeild raakte (mijn moeder nam een van haar vele zussen mee naar de Keukenhof, kon ik *down the road* mooi even trainen). Nou... als het zomer is in plaats van winter, dan is het dus een heel ander bos, een volledig ander gebied. Alle bomen zijn begroeid, alle kale vlaktes zijn een explosie van bloemen en gedoe, en ik wist te verdwalen op een route die ik in de jaren daarvoor toch zeker een keer of honderd gelopen had. Ik herkende helemaal niks en het was ook nog

eens dik 20 graden warmer dan ik daar gewend was. Heel verwarrend allemaal...

Vaak kijk ik tijdens een training in echt onbekend gebied bij een splitsing of keuze anderszins na die splitsing even om, om te zien hoe het eruitziet als ik later terugkeer, of er wellicht een opvallende boom staat, een felgekleurd gebouw of enig ander houvast voor later. Meestal werkt dat, vaak ook niet. En vaak blijkt 'verdwalen' een heel goede manier om de stap naar de lange duurloop te maken zonder dat je je van tevoren zorgen maakt over lengte en vermoeidheid en route en zomeer. Gewoon doorlopen tot je weer thuis bent, dat is de manier. Lopen om het lopen, lopen om uiteindelijk ergens uit te komen, het zit er allemaal in. En dat is toch wat anders dan schema's en stopwatches en hartslagmeters en twijfel tussen gel en lucht.

Zeker dat laatste was nog niet van toepassing op de jongen van 15 die daar liep. Groen katoenen T-shirt, korte broek (blauw), sport-sokken en sportschoenen (blauw, van generlei merk, maar wel met een stevige ribbel-rubberzool), en een sportbrilletje op de neus (model ziekenfonds). Jaren en jaren heb ik met dat brilletje gelopen, tot het letterlijk van het zweet en het zout (en de zure regen?) uit elkaar viel. En nu, in 2006, is mijn hardloopzonnebril een van mijn dierbaarste bezitten.

De jongen stak de Middenweg over, nog nauwelijks verkeer op deze late avond in mei, en sloeg op het fietspad links af. Hoge bomen, maar de reigers die daar altijd in zaten sliepen al. Zijn ademhaling ging sneller, hij maalde wat met zijn armen, hij wist iets van tempo te ontwikkelen. En, vooral, hij wist zich af te sluiten van alles om hem heen, de paar auto's, twee fietsers die het samen heel erg leuk hadden, lijn 9 bijna leeg op weg naar de stad. Rechtsaf bij de Emmakerk (Sint Emma? Koningin Emma? De vrouw van een apostel? Ander geloof wellicht?). Het volgende fietspad onder prachtige hoge bomen door, de koele avondlucht, en nergens anders mee bezig dan dit. Het lopen, het ademen, het links rechts links rechts et cetera ad infinitum. De jongen had vast nog lang niet door dat de mens, het menselijk lichaam, gemaakt is om te lopen, hard te lopen

ook, zoals hij niet kon weten dat dit, wat hij nu deed, het lopen, zijn hele leven zou gaan veranderen, zijn hele leven zou gaan beïnvloeden, zijn hele leven 'bij hem' zou blijven. Nu was het gewoon een kwestie van een beetje ontspannen blijven en eens kijken wanneer en hoe de vermoeidheid zich zou aandienen.

Hij had zeker enige conditie, zoals dat heet. Sinds zijn zevende voetbalde hij, althans, was hij lid van een voetbalclub. ODOs, Overwinning Door Onderlinge Samenwerking, die enige tijd later onder de naam Oriënt zou fuseren en verhuizen naar Amsterdam-Noord. Paars shirt, witte broek en als rechtsbuiten van de B2-junioren een jongen met een mager bekkie, een sportbrilletje en onwaarschijnlijk weinig voetbalinzicht. Maar goed, zijn vrienden voetbalden er ook en het trainen was leuk en soms, heel soms, wist hij tot ieders verbazing een bal goed te raken. Het trainen was vaak leuk omdat er altijd wat rondjes over de velden gelopen moesten worden, of zelfs buiten het sportpark om, en dan kon hij zomaar met de kopgroep mee. Om dan bij het schieten, aanvallen, slidings maken, koppen en verdedigen weer gewoon achteraan te sluiten. Ondertussen wat nadenkend over *schwere Wörter* of het verschil tussen debet en credit waar hij weinig van begreep.

En dan 's avonds, na de training, op de fiets over de Schellingwouderbruggen terug naar Amsterdam-Oost, zoals hij elke dag de fiets nam naar Amsterdam-Zuid, naar school, en elk weekend naar het centrum, de bibliotheek en oma. Dus conditie was er wel, maar lopen om het lopen, dat was iets nieuws. En het ging hem aardig af ook. Het hele rondje nam een kleine acht minuten in beslag, dus een tweede leek mogelijk. En ook dat lukte, een minuutje langzamer en een beetje vermoeid toch, tegen het eind. Zijn T-shirt plakte aan zijn rug en zijn buik speelde een beetje op en zijn kuiten waren ook wat verbaasd over deze kleine twintig minuten van afzetten en landen en dan maar weer afzetten, maar het was gelukt. Hij wilde gaan lopen, hij was gaan lopen, hij had gelopen!

Ik tikte tegen het raam van de voorkamer en mijn moeder deed open. Ze zal gevraagd hebben hoe het ging en of het lekker was, zoiets, en ik zal iets verteld hebben. Ik zal een glas drinken mee naar mijn kamer hebben genomen, een droog shirtje hebben aan-

getrokken en misschien zelfs wat hebben gerekt. Op de grond van de slaapkamer die ik deelde met mijn oudere broer. Die ongetwijfeld ergens achter een computerscherf zat (hij hackte al toen dat woord nog niet bestond), of achter een biertje na een avond lang programmeren. Dat ging eigenlijk altijd goed, met twee jongens op één kamer, waarschijnlijk omdat we totaal andere levens hadden. Hij programmeerde computers alsof zijn leven ervan afhing, ik heb jaren nodig gehad om 'Word' enigszins onder controle te krijgen, en schijn nog steeds het verkeerde mailprogramma, het verkeerde webscanprogramma, het verkeerde zoekprogramma te gebruiken – en dat dan ook nog allemaal op een achterhaalde laptop. Hij had vrienden die iemand kenden die aan hasj kon komen, ik vond een sigarenwinkel al eng. Hij dronk bier, ik thee, hij speelde gitaar en basgitaar en zomeer, ik was hardloper. Dat ging, kortom, heel erg goed. We zijn elkaar slechts één keer te lijf gegaan. In diezelfde slaapkamer. Ik had om onduidelijke redenen een modelvliegtuigje (dat hij met nylondraad boven onze bedden in luchtgevecht had hangen) naar beneden gehaald of anderszins gemold. Hij besloot wraak te nemen door me op mijn smoel te meppen. Zo'n soort conflict.

Het enig andere punt dat spanning had kunnen opleveren, tussen ons, in die slaapkamer, was dat ik al snel besloten had voor elke training mijn benen in te smeren. Met daarvoor bestemde zalf, of crème of vloeistof. Iets wat in elk geval goed was voor de spieren. Warm houden, of maken, soepel ook. En welk spul je ook gebruikte, de geur deed altijd denken aan een soort medicinale natte droom. En nog steeds is de geur van zo'n sportzalfje voldoende om me terug te brengen naar die jongensslaapkamer, of naar een kleedkamer uit diezelfde tijd, na een trimlooptje of een wedstrijd, meer dan vijftig jaar geleden.

In de zomer van 2004 trainde ik een dag of twee in Nelson (Canada), ontspannen herstelduurlooptje op gras, en toen rook ik het, tijdens mijn eerste rondje: die geur van lang, lang geleden. De geur van het spul dat ik op mijn benen smeerde toen ik zonder enige kennis van zaken begon met lopen. Op dat grasveld stond een groep jongemannen zich op te maken voor een partijtje football

zonder helmen en wat dies meer zij, maar met zo'n misvormde bal, en gepast schoeisel en iets van smeerseltjes dus. Midalgan, schiet me nu opeens te binnen (zal vast nog wel bestaan, in een ietwat opgevrolijk flesje of tube zelfs), maar ik gebruikte meerdere soorten en merken. Elke avond zat ik op die kamer die ik met mijn broer deelde, een uur of tien, halfelf, en terwijl hij langzaam de geheimen van de akoestische gitaar doorkreeg, kleepte ik me om en smeerde mijn dunne benen in. Met sterk ruikende olie of zalf of pasta of weet-ik-veel, iets wat me zou beschermen tegen de kou buiten, iets wat mijn benen warm en mijn spieren sterk en soepel zou maken. Waarna ik wegging en mijn broer nog de hele avond in die medicinale meur zat. Maar goed, ik moest dan weer heel vaak heel lang horen hoe een G-akkoord niet helemaal hoort te klinken.

Uierzalf (uierzalf!), dat heb ik ook nog tijden gebruikt. Dat zat in een rond blik, oranjebruine opdruk. Ooit is een loper (of een wielrenner, nee, ik denk een marathonschaatser, dat zijn vaak van die boerenzoons met wilde ideeën en voldoende uithoudingsvermogen voor het hele dorp en ze hebben ongetwijfeld altijd uierzalf bij de hand), afijn, iemand is dus op het idee gekomen dat uierzalf ideaal is om de beentjes te beschermen tegen kou en neerslag en voor je het weet slaat zoiets aan en zit iedereen dat kleefspul op zijn benen te kitten. Wat ik me verder herinner is dat uierzalf reukloos was, maar volgens het etiket dan wel weer 'vliegwerend'.

Als ik ergens een wedstrijd liep, drentelde ik een uur voor de start de kleedruimte binnen en hoopte ik dat ik ergens een plekje zou kunnen scoren zonder dat iemand voor me hoefde op te schuiven. Twee dingen waren altijd direct en overheersend aanwezig: de geur en de sterke verhalen. De geur was a) de nerveus poepende man maal honderd, hoewel vanzelfsprekend niet allemaal tegelijk, en b) Midalgan of een van die andere smeersels of oliesels, en dan had je ook nog mannen die hun hele borstpartij insmeerden met van dat mentholspul waar je neus van open gaat staan, en (andere) mannen die hun tepels invetten met een klodder beschermend vet dan wel die onnodige uitstulpinkjes op de borst afplakten met leukoplast. Het was een behoorlijk kinky bedoening, in de gemiddelde trimloopkleedruimte. (Maar toen ik een keer met een Ameri-

kaanse kennis voor de wedstrijd de omkleedbank deelde en hij zijn *jockstrap* aandeed, werd er door menig andere loper verbijsterd toegekeken. Waarop hij me al inlopend vroeg of al die mannen uitgescheurde *nipple-piercings* hadden... *and what the fuck was that smell?*)

De verhalen die ik jarenlang aanhoorde, gingen altijd over de tegenslag die de loper aan het woord had doorgemaakt, in de nacht of de week voorafgaand aan deze wedstrijd en soms in zijn hele leven. Slaapgebrek, ziekte, halve en hele blessures, lastige 'wijven' en dito kinderen, veel te hard getraind of juist al wekenlang nauwelijks, werkweken van tachtig uur gedraaid, ge-doe-het-zelfd met vreselijke gevolgen voor rugwervels, liezen of anderszins, pijn hier, slechts afgewisseld met pijn daar, en dan ook nog de verkeerde schoenen in de tas gestopt! Waarna meestal een andere loper het woord nam die dat ook allemaal had meegemaakt (doorgemaakt, gevoeld), maar daarnaast met hartkloppingen moest zien te leven, in scheiding lag, burens had die gek waren op *Motörhead*, en ondanks dat vandaag hier wilde laten zien dat hij als loper nog niet helemaal afgeschreven was. Verdomde jammer alleen van die bloedblaar ter grootte van een pierenbadje onder zijn linkervoet...

Als het dan nog geen tijd was om in te lopen, nam een vent het woord die nog geen zes dagen geleden een hartaanval had gehad, maar die vandaag toch wilde komen omdat Harry er ook was, en die had hem vorige week (net voor die hartaanval dus) gepiepeld door 14,8 kilometer achter 'm te blijven plakken en opeens een eindsprint bleek te hebben als een brommer, dus die had nog wat van 'm tegoed, als iemand tenminste een zuurstoffles bij zich had. En schone sokjes, maat 43.

Dwars hierdoorheen riep iemand trouwens: 'Veiligheidsspeldjes, veiligheidsspeldjes asjeblijft!' waarna al die wrakken naar buiten gingen om puffend en kreunend in te joggen, om dan direct na het startschot allemaal in een soort van stofwolk met 19 per uur heel erg snel uit mijn gezichtsveld te verdwijnen. Het zou nog jaren duren voordat ik in de buurt van dat tempo zou komen en ik zou begrijpen dat je je inderdaad heel erg slecht (moe, half geblesseerd et cetera) kon voelen voordat je ging lopen en dat dat echt zomaar kon verdwijnen in de kruitdamp van het startschot.

Ik zal, iets later die avond, gedacht hebben aan de sportdag van school, zo'n anderhalve week later. Ik wilde meedoen met de 3 kilometer. Hardlopen, inderdaad. Een evenement dat eigenlijk de aanleiding was geweest om te gaan hardlopen, ik bedoel, 3 kilometer was echt meer dan we ooit liepen bij Oriënt en ik wilde niet alleen meedoen, op die sportdag, maar ook nog een beetje behoorlijk voor de dag komen. En dat laatste zal ongetwijfeld met de mogelijke aandacht van een meisje te maken hebben gehad. Meisjes, die, zoals bekend, zonder enige waarschuwing vooraf, in katzwijn kunnen gaan als een jongen als ik een blauw katoenen sportbroekje aantrekt en dan heel hard rondjes over een sportveld gaat lopen hollen. Achter andere jongens in vergelijkbare broekjes aan. Geloof me nou, als je de 3 kilometer een beetje behoorlijk loopt moet je ze echt van je af slaan! Maar eerst moest ik maar eens gaan douchen en mijn tas inpakken voor een volgende schooldag en dan morgenavond, of overmorgen, weer lopen. Hardlopen.

Dat werd eigenlijk meteen mijn 'schema', zo'n beetje om de dag lopen en zo nu en dan brutaal elke dag. Rondjes Frankendael, twee meestal, drie of zelfs vier soms. Het viel goed, ik had geen idee van tempo en liep, zoals bijna elke nieuwe hardloper, alles op de klok. Met één oog op de stopwatch. Ik wist dat ik minder dan 8 minuten per rondje nodig had en dat ik wel eens in de buurt van de 7 minuten kwam. Ik schreef ook alles op, vanaf dag één, de datum, het aantal rondjes, de totaal tijd. Later, toen ik andere lopers leerde kennen, toen ik er meer over ging lezen en horen en weten, begreep ik dat inderdaad zo'n beetje iedereen die was gaan lopen, op enig moment, elke training een soort wedstrijd tegen zichzelf, tegen de klok liep. Niks rustig duurlooptje, laat staan hersteltraining, gáán! Ik haalde mijn herstel wellicht uit de dagen dat ik niet liep en hele stukken fietsen is ook een soort herstel van de toch eenzijdige loopbeweging. Massage, fysiotherapie, sauna en zo meer lagen, voor mij, nog ver in de toekomst. Net als de gewenste vorm van contact met meisjes met wie ik dagelijks schoolbanken en tassen vol huiswerk deelde, maar met wie ik nog niet echt op intieme voet wist te geraken. Tuurlijk, als topsporter heb je eigenlijk geen

tijd voor al die onzin, maar aan de andere kant was ik aan al deze onzin begonnen om ter sportdag een onuitwisbare indruk op een jongedame te maken, in mijn blauwe katoenen broekje, 3 kilometer lang.

Ik weet nog dat ik gelopen heb, die 3-kilometerwedstrijd, ergens op een sportpark in Amsterdam-West. Ik herinner me zelfs een moment van volledige inspanning op het lange rechte eind tussen twee voetbalvelden, maar ik weet ook nog dat er toen toch een aantal een end voor me liepen en dat ik echt niet harder kon. Ik denk dat ik erin geslaagd ben eerste van onze klas te worden, maar dat weet ik niet helemaal zeker. Jaren later kwam ik erachter dat Jacky, een veelvuldig doublant die uiteindelijk bij mij in de klas was beland, een ultraloper was en samen met vader en broer, of andere familieleden, wedstrijden liep, en daar zelfs geregeld voor naar het buitenland ging. Ik was, zelfs tegen een klasgenoot, in die jaren helaas te verlegen ernaar te vragen. Hoe het ook zij, er was na afloop geen meisje in katzwijn in mijn buurt te bekennen.

En eigenlijk beschouw ik een andere wedstrijd als mijn eerste echte wedstrijd, dit was toch school en sportdag en dus minder echt. Minder atleten onder elkaar. Voor dat gevoel, voor mijn eerste wedstrijd moest ik naar Purmerend. Jazeker...

Op de een of andere manier had ik vernomen dat er een trimloop gehouden zou worden, op een zondagochtend, ik schat in november. Ik was nu zo'n zes maanden hardloper, liep vaak vijf keer per week, 4, 6, soms 8 kilometer, het lichaam en de geest waren eraan gewend geraakt en ik wilde wel eens kijken hoe hard de anderen eigenlijk gingen. En dus tufte ons Fiatje ons naar de Gors, een nog niet bestaande wijk, een wijk in aanbouw, een modderige grasvlakte dus. Met daar de skyline van Purmerend en hier een keet en een spandoek en een paar vlaggen, en een behoorlijk koude wind. En een paar honderd mensen, met plastic bekertjes koffie en rode wangen en grote ogen ook, maar dat laatste op het moment dat mijn blote benen te voorschijn kwamen. De startnummers waren van die kartonnen labels die eigenlijk aan een hutkoffer horen of aan een pakketje uit de jaren vijftig. Op dat label stond, handgeschreven, een nummer en dat geheel spelde je aan je shirtje, wap-

perwapper in de wind, en lopen maar! Zo gespeld, zo gedaan. De Gorsloop, 4 of 8 kilometer, over dat gras en een fietspad en wat van die houten bruggetjes waarachter al wel huizen stonden, een stukje langs een provinciale weg, bochtje bochtje, weer een soort park, o nee, een sportpark, waar gevoetbald werd, zoals dat hoort op een novemberochtend in 1979, het bleek nog een behoorlijk eind, 4 kilometer... Ik denk dat ik in het peloton zat, de middenmoot, ik wist dat er behoorlijk wat renners waren die harder gingen dan ik, maar er zaten er ook nog best veel achter me. Vond ik zelf. Vanaf dat sportpark ging ik zelfs mensen inhalen. Die bijna allemaal wat ouder waren – en veel sterker leken – dan ik. Zestien jaar, magere pootjes, bleek bekkie, dat wankel brilletje, ik liep, ik hijgde en liep door, ik haalde er weer drie in en voelde dat ik nog kracht had. Voor mijn gevoel had ik er bijna twee rondjes Frankendael opzitten en ik moest dus de laatste kilometer bereikt hebben. Met mijn hand veegde ik het snot van mijn neus en spugde mijn keel schoon, ik hoorde in de verte een flard van de speaker... Wat hij zei ontging me, maar ik wist dat ik in de buurt kwam, ik wist dat ik het zou redden, en dat ik vooralsnog niet in elkaar zou storten ook. Nog een bocht, langs een rij nog trieste jonge boompjes, nog een bocht en daar zag ik de grasvlakte. Helemaal aan het eind daarvan, zo'n 600 meter verderop, zag ik een pluk mensen en de vlaggen en die grauwgroene keet. Ik wist dat mijn vader en moeder daar ergens stonden en misschien zouden ze mij nu ook zien. Zouden ze verrast zijn dat ik er al was? Had ik het goed gedaan? Had ik hard gelopen? Ik merkte dat ik zo hard mogelijk gelopen had, ik voelde opeens de pijn op allerlei plekken, mijn spieren die protesteerden, de koude lucht die door mijn keel sneed, mijn handen die ijskoud geworden waren, ik probeerde zo goed mogelijk te blijven lopen, mijn knieën in te zetten en mijn armen te pompen, niet echt een eindsprint maar toch... De wind blies tranen in mijn ogen, mijn adem ging nu echt wat piepend, het is goed dat ik die dag voor de 4 kilometer koos, anders had het allemaal heel anders kunnen lopen. Ik finishte, mijn bruine labeltje werd door geoefende handen van mijn shirtje geplukt zodat ze me op de juiste plek in de uitslag konden plaatsen (dit is zo'n moment dat ik blij ben dat ik in mijn eigen loopadministratie kan

terugzoeken hoeveelste ik werd, die dag, en hoe lang ik deed over die 4 kilometer, en wat ik daar toen van vond... Oké, komt-ie:

1-12, T (dat stond in mijn looplogboek jarenlang voor 'wedstrijd', geen idee waarom), *Purmerend, Gorsloop, 3 km, ± 12 min., 1ste!*

Ik won die wedstrijd, blijkt me nu, zomer 2007. Iedereen maakt zijn verleden mooier dan het was, zijn *glory days* glorieuzer, ik heb mezelf 28 jaar lang veel te laag ingeschat...

Ik wankel-liep door en vond mijn ouders die, dat weet ik dan wel zeker zonder het na te hoeven slaan, trots waren. En blij ook dat ze nu niet langer in die koude novemberwind hoefden te staan en terug konden naar ons Fiatje. Althans, nadat ik 'uitgelopen' had, want zo hoort het, als je atleet bent.

Dat najaar bedwong ik drie, vier avonden per week grote hoeveelheden herfstbladeren (altijd heerlijk, die krakende bruine bladeren onder je voeten en om je enkels), en betrad nog steeds kortgebroekt de winter. En het was een winter, wekenlang. Vrieskou, sneeuw, wind, en daar ging ik, om een uur of acht (het was toch al lang donker), shirt, windjekkje, korte broek.

Waarom, Dolf, waarom?

Het poëtische antwoord zou zijn dat de winter in mijn geboortejaar zo koud was – bevroren grachten in Amsterdam, Reinier Paping in Friesland – dat ik altijd een voorliefde heb gehouden voor barre omstandigheden die mijn tanige lichaam volledig terugwerpen op zichzelf. Toen ik 6 maanden oud was ging ik in een wankel wandelwagentje over het bevroren water van de Mauritskade, 16 jaar later liep ik door een sneeuwjacht bij Frankendael, met blote benen – maar eerlijk gezegd had ik gewoon geen idee wat ik aan zou moeten. Qua benen, qua lopen. Ik had een soort trainingsbroek, model 'jogging', maar die was dikvig en wijd en bleef niet echt om mijn slanke middel zitten, een betere trainingsbroek zou ik pas later vinden en de *tights* waar ik nu zo'n beetje in woon, lagen ook nog in 't verschiet.

Zie hem gaan, de jongen, half december, donker, de straatverlichting zwiept aan zijn draden, de schaduwen van de takken verspringen op de felwitte sneeuwgrond en hij draaft achter de stoomwolken aan die uit zijn mond komen. Het is maar goed dat hij op de stoep blijft, want er is niks reflecterends aan hem te ontdekken, behalve wellicht zijn witte, witte benen. Hij heeft het tempo zo hoog mogelijk opgeschroefd, dit is zijn derde en laatste rondje, en dat is maar goed ook. Koud. Koud. Hij nadert het stoplicht op de hoek van de Hugo de Vrieslaan, er komt een auto naast hem rijden, het raampje aan zijn kant gaat naar beneden. Hij kijkt even naar links, ziet twee mannen die gebiologeerd naar hem kijken. Dan zegt de een op een nou-dacht-ik-toch-dat-ik-alles-gezien-had-toon: 'Jongen, ben jij wel helemaal goed bij je hoofd...?' Ze blijven nog even naast hem rijden, hoewel het niet echt een vraag is die een uitgebreid antwoord behoeft, zeker niet in het donker van deze decemberavond, en zoeven dan door het oranje stoplicht. De jongen slaat de hoek om en herhaalt de vraag een paar keer in zijn hoofd. Zoals hij al lopend van alles door zijn hoofd laat gaan, altijd. Die meisjes in zijn klas, natuurlijk, of hij het aan zal durven 's nachts in de Leidsestraat in de rij te gaan staan om kaartjes te bemachtigen voor Supertramp, hoe debiteuren credit kunnen staan en andersom ook, en waar hij de volgende dag in godesnaam de tijd vandaan moet halen om tweemaal 1700 folders te bezorgen, op zijn wankele fietsje. En 'Jongen, ben jij wel helemaal goed bij je hoofd...?' Is hij wel helemaal goed bij zijn hoofd? Is hij stapelgek dat hij gaat lopen, gaat hardlopen? Bij min vijf, door een halve sneeuwjacht? Is hij inderdaad wel helemaal goed bij zijn hoofd, in zijn korte broek? Op het laatste stuk, richting Middenweg, begint hij te lachen, om de vraag, de situatie, om hoe hij er ongetwijfeld uitziet en vooral om het feit dat hij het dus wel doet, dat hij het toch doet, wat ze ook van hem vinden. Hij doet het omdat hij voelt dat het goed is, omdat hij voelt dat hij het moet doen. Omdat hij weet dat hij het moet doen. En waarom dat is, daar heeft hij geen idee van. Maar dat hij het doet, dat hij het durft, dat is echt een hele stap, voor deze jongen van 16, in de sneeuwstorm, in zijn korte broek.