



Beatrijs van den Brink roeit vanaf 2006 bij R&ZV Jason te Arnhem in verschillende ploegen, dames en gemengd. In regiowedstrijden haalde zij met een vaste wedstrijdploeg goede resultaten. Sinds twee jaar schrijft zij een column in ROEIEN.

Reageren?

Beatrijs.column@gmail.com

“Je moet je doelen zo hoog mogelijk stellen, ook in je vrije tijd. Of niet?”

COLUMN

TEKST EN ILLUSTRATIE BEATRIJS VAN DEN BRINK

Haalbaar

Het stellen van haalbare doelen brengt rust in het leven. Realisme boven idealisme. Het welbevinden bovenaan de wensenladder is een goede optie in het hier en nu.

Hedendaagse jongeren denken daar zo over. Alles is immers mogelijk. Aan keuzes met een hoge chillfactor geen gebrek, ook in sombere tijden. De ouderen onder ons denken daar vaak heel anders over. Plicht staat boven plezier; aan stress geen gebrek. Ook in de boot kunnen verschillende doelen voor ongemak en spanning zorgen en dat staat veelal haaks op wensen over de sportbeleving die past in de categorie vrije tijd.

“Ik jaag ze op mijn werk flink op”, sprak de oudere manager vol trots. “Altijd je doelen hoger stellen dan mogelijk is. Er kan altijd meer dan je denkt. Mijn baas is over mijn manier van leidinggeven zeer tevreden. Dat moeten jullie ook eens toepassen in de boot, want ik vind dat het soms wel erg lief gaat allemaal.”



“Iedereen komt roeien voor zijn plezier en niet om afgebeekt of afgemat te worden, lijkt mij”, reageerde ik op deze met zichzelf tevreden mens.

“Dat denk je maar. Heb je het hen gevraagd?”

“Nee, dat voel je wel aan. Niet alles hoeft gevraagd te worden.”

“Aan dat voelen doe ik niet. Veel te ingewikkeld. Vanuit mijn ratio kan ik heel veel besturen en de resultaten liegen er niet om. Mijn baas is heel tevreden.”

“Heb je de stress bij je medewerkers thuis al gemeten?”, vroeg ik belangstellend. “Wellicht doet jouw bedrijf het goed, maar gaan diverse gezinnen eraan ten onder.”

“Doe niet zo moeilijk; het werk gaat voor het meisje”, zei mijn vader altijd “en dat lijkt mij een goed uitgangspunt.”

De manager was niet voor één gat te vangen.

“Ik kom lekker roeien en als het even kan lekker ‘rausen’, zei een jonge hond uit de groep cursisten. “Lekker uit je hoofd komen door flink te trappen en gezellig te ouwehoeren in de clubkamer. Het ziet er trouwen leuk uit bij jullie. Het is net een bruin café. Chill hoor.”

Met: “Vandaag gaan we ons concentreren op beheerst oprijden in de recover”, opende ik laatst een les aan een groep die ik van iemand overnam. Een tijdloos onderwerp dat altijd past. ‘Beheerst’ is de term en niet ‘rustig’, want alles is in verhouding. Op wedstrijden rijd je beslist sneller op, maar is de haal ook veel krachtiger en sneller dan tijdens een rustig baantje op en neer in de haven. Roeien is veel doen en bewust voelen. Met de woorden: “Alles moet na eindeloze herhaling rustig bezinken, wil het beklijven”, sloot ik de les af.

“Nou, dat is mij te traag”, sprak de gedreven manager. “Zo schiet het niet op. We kunnen toch wel binnen een half jaar goed roeien? Zo ingewikkeld is het ook weer niet, lijkt mij. Geef ons maar een handleiding mee of een link naar een instructiefilmpje en dan kijk ik thuis er wel even naar. Dan gaat het vast sneller. Je moet je doelen zo hoog mogelijk stellen, ook in je vrije tijd. Of niet?”