

Ex-topsporter en haptotherapeut Roel Klaassen: 'Topsporter heeft geen lichaam, hij is zijn lichaam'

'Zodra ik een bal zie, wil ik winnen'

MIDDENBEEEMSTER - Wie haptotherapeut Roel Klaassen (48) op een willekeurig 'feest' vraagt: 'Wat doe je' krijgt een ontwijkend antwoord. „Als er geen inhoudelijk gesprek mogelijk is, dan begin ik daar ook niet aan. Ik ben geen fysiotherapeut en geen psychotherapeut. Ergens daar tussenin, zeg ik dan.”

Roel Klaassen is van huis uit fysiotherapeut en kreeg veel te maken met – wat hij noemt – 'specifieke klachten'. „Fysieke-, psychische- of sociale klachten met een onduidelijke oorsprong en die telkens terugkwamen.” Het prikkelde hem om verder te kijken. Na twee jaar neurolingüïstisch programmeren (NLP) kwam hij in 1990 in de haptonomie terecht. Hij deed de Alfaopleiding, gevolgd door vier jaar haptotherapie.

Haptotherapie, ohh, aanraken zonder seks? „Daar gaan we weer”, reageert Klaassen diep zuchtend. „Ja, ik raak mensen vaak aan. Dat gaat over affectiviteit en die is altijd onvoorwaardelijk en zonder bijbedoelingen, zoals seksualiteit. Het is jammer dat in onze maatschappij aanraking en lichamen contact zo snel met seksualiteit in verband wordt gebracht. Aanraking is essentieel. Zo laat ik mensen de spanning voelen in hun eigen lichaam. Samen gaan we dan op zoek naar de mogelijk dieper liggende oorzaak van die spanning.”

Blokkeren

Als gewezen topsporter, pitcher van het Nederlandse honkbalteam, scout en trainer/coach weet Klaassen wat het betekent om te presteren onder druk. „Je hebt geen idee wat er door iemands lichaam gaat op het moment dat het er werkelijk op aan komt. En het maakt groot verschil of het een strafschop is op zaterdagmiddag voor het vijfde van Voorwaarts 63, met een meter bier als beloning of dat er 12 miljoen mensen naar je zitten te kijken. Het is niet alleen dat je tot de grond wordt afgebrand, je club verliest de wedstrijd en loopt 10, 20 miljoen euro mis. Heel begrijpelijk dat je lichaam dan kan blokkeren.”

Martelgang

Sport als martelgang. „In topsport wordt alles uitvergroet, tot in extremen. Dat is deels ook mijn fascinatie. Met het toenemen van de druk verandert de beleving van sport. Sporten begint als het beleven van plezier. Sporten is leuk, zo wordt het ervaren. Naarmate sport meer prestatiegericht wordt, verandert de beleving van plezier in functionaliteit. Het lichaam wordt een instrument, een middel om je doelen te bereiken. De afstand tot je lichaam wordt verder vergroot door technische mogelijkheden zowel in training als in medische begeleiding. Uitkomst is dat je meer gaat vertrouwen op externe factoren dan op je eigen lichaam. Je komt steeds verder van je lichaam te staan. Een



Roel Klaassen: „Aanraking is essentieel. Ik laat mensen de spanning in hun eigen lichaam voelen.”

FOTO ELLA TILGENKAMP

PASPOORT

Naam: Roel Klaassen
Geboren: Amsterdam, 1962
Woonplaats: Middenbeemster

'nee' kunnen zegen, zonder dat dit consequenties heeft. Alleen als dat vertrouwen er is, kun je er inhoudelijk met elkaar over praten. Het heeft geen zin om te gaan als de vloer rechtsaf wil. Daar bereik je het omgekeerde mee; mensen gaan verstarren. Als je mensen mee wilt krijgen moet je in alle eerlijkheid het gesprek en het contact aangaan; moet je ook bereid zijn om je kwetsbaar op te stellen en je echte zelf te durven laten zien; menselijk en oprecht.”
RONALD MASSAUT

MARKANT

Waterland telt veel bijzondere bewoners. Streekgenoten voor wie gebaande paden niet het vanzelfsprekende traject zijn. Markante mensen die hun eigen weg gaan.

In deze serie vertellen ze in Dagblad Waterland hun verhaal.

topsporter bereikt zijn beste resultaten als hij één is met zijn lichaam, met zijn teamgenoten en zijn omgeving. Een topsporter heeft geen lichaam, hij is zijn lichaam.”

In flow

Klaassen begeleidt vooral individuele sporters, tennissers, bij voorbeeld, maar ook golfers. „Ellende met die sporten is, dat er zo veel dode spelmomenten

zijn. Te veel tijd om na te denken. Dan gaat het malen in dat hoofd en krijgt dat 'stemmetje' de ruimte. Vraag het sporters, ook gewoon een amateur: de beste prestaties werden behaald als ze in flow waren; als vanzelf, zonder dat het hoofd zich er nog mee bemoeit. Ik leer sporters terug te keren bij de oorspronkelijke beleving van hun sport en er op te vertrouwen dat wat zij geleerd hebben, dit ook

op beslissende momenten kunnen uitvoeren.”

Winnen

Hoe leuk is sporten nog voor Klaassen zelf? „Ik heb na mijn actieve honkbalcarrière nog een tijdje basketbal gespeeld; op relatief hoog niveau, zelfs. De ellende is: zodra er een bal aan te pas komt, wil ik winnen. Je kunt nog zo fit zijn, maar jij wordt steeds ouder en de tegenstanders steeds jonger. Ineens sta je tegenover jongens van zo jaar. Fysiek loop je gewoon achter de feiten aan. Het lichaam kan niet meer wat je hoofd nog wil. Verschrikkelijk! Dan kun je er beter mee stop-

pen en dat heb ik ook gedaan.” Gezin en bedrijfsleven lijken soms net topsport. „We zijn een prestatie maatschappij geworden. Meetbare resultaten worden weergegeven in cijfers en statistieken. Opdrachten en afspraken zijn verankerd in performance management. Maar hoe we daar als mens, als individu, tussen passen, dat toont alleen ons eigen lichaam. We staan soms stijf van de spanning, zijn als verlamd. Maar we merken het zelf niet meer, omdat we het contact met ons lichaam en ons gevoel zijn verloren. Ons eigen lichaam is de enige graadmeter die precies vertelt hoe het met je gaat.

Maar dan moet je wel bereid zijn om te luisteren.” „We zijn een samenleving geworden waarin ratio leidend is. Gevoel komt op de tweede plaats, terwijl gevoel toch voor het denken uit gaat. Effectiviteit in plaats van affectiviteit. De balans is zoek. We onderdrukken onze emoties en daar kun je klachten van krijgen. We mogen ook niet meer boos worden, terwijl boosheid voor mij ook heel functioneel kan zijn. Met het durven voelen van je boosheid geef je jezelf ook de ruimte om er iets mee te doen, om het probleem te lossen. Als je het opkropt slaat het als het ware naar binnen en werkt het

destructief op jezelf. Het komt er uiteindelijk vele malen explosiever uit.”
Oprecht
Voor zijn theorie vindt Klaassen ook gehoor bij bedrijven. Hij geeft trainingen en begeleidt groepen, vooral aan de proceskant en in teambuilding. „Managers vragen medewerkers mee te gaan in een veranderingstraject. Mensen zeggen dan 'ja', maar voelen soms eigenlijk 'nee'. Dat werkt niet. Dan wordt het sleuren en daar gaat iedereen aan kapot. Ik leer managers vooral dat er bij medewerkers een basis van vertrouwen moet zijn, zodat ze

FRANKI



Wethouder Franklin Monteban en raadslid André la Fontaine van Landsmeer hebben hun ruzie publiekelijk bijgelegd. Ze zijn weer 'vrienden'.

PARADIJSVOGELS

Ze zitten op een bankje, zijn bezig in de buitenlucht of lopen ergens rond. In de stad of op het platteland. In onze serie Paradijsvogels vertellen ze wie ze zijn, wat hen drijft en natuurlijk gaan ze op de foto.

Joost Leegwater trots op zijn Farmall

Zo'n stoere trekker met van die piepkleine voorwieltjes. Dat vraagt om een toelichting. Die heeft Joost Leegwater (41) uit West-Grafdijk ook. „Dit noemen ze row crop. Met die smalle voorvork manoeuvreren ze in de maïsteld tussen de planten door. In Canada zie je dat heel veel.”

De vuurrode Farmall Mc Cormick dateert uit 1944 en komt oorspronkelijk uit de Verenigde Staten (VS). „Ik heb deze via Marktplaats op de kop getikt. Het is een type H. Dit is een viercilinder, die rijdt op benzine. Later kwamen de dieselmotoren. Deze komt van een boer uit Groningen die naar Canada is gemigreerd. Ik heb dit exemplaar in een zeecontainer over laten komen.”

Porsche

Leegwater heeft wel vaker bijzondere trekkers in zijn collectie. Ooit was hij de trotse eigenaar van een Porsche. „Porsche heeft ook tractoren gemaakt. Ik had toen een auto van het merk Porsche en vond het wel leuk daar een trekker van hetzelfde merk naast te zetten.”

Merkwaardig genoeg heeft de Grafdijker beroepsmatig niets met tractoren of auto's. In het dagelijks leven is hij beheerder bij een vestiging van Albert



Grafdijker Joost Leegwater op zijn Farmall Mc Cormick. FOTO HDC

Heijn in Amsterdam. „Ik vind het een leuke hobby oude motoren te verzamelen. Regelmatig ga ik grote beurzen af, zoals bijvoorbeeld Vehikel in Utrecht. Dat is the place to be. Als je daar rondkijkt, weet je niet wat je ziet. Daarbij vergeleken, ben ik

nog een hele eenvoudige maar vooral bescheiden verzamelaar.” Of hij nog een droom koestert? Leegwater glundert. „Een Jaguar E-type. Dat zijn bijzondere sportwagens. Die gaat er zeker komen.”
COEN VAN DE LUYTGAARDEN