

## Parijs is niet ver meer.



Het menselijk lichaam is energietechnisch een bijzonder fenomeen. Ik heb ergens gelezen dat ruim dertig procent van de beschikbaar te maken energie door de hersenen gebruikt wordt. In ons peloton ging het gerucht dat van die resterende zeventig procent minder dan de helft beschikbaar was voor het bewegingsapparaat. De rest ging op aan een aantal andere lichaamsfuncties waarvan onze warmte huishouding de grootste energievreter zou zijn.

Nu beschouw ik mezelf niet echt als 'goed trainbaar' in de fysieke zin van het woord en waarschijnlijk mede daardoor ging bovenstaande informatie er bij mij in als Gods woord in een ouderling. Voor PBP zelf had ik geen strijdplan en het enige uitgangspunt, starten in de tachtig-uurs groep, werd niet zozeer ingegeven door mijn aspiraties maar meer dat ik over een eventueel staken van de strijd zelf kon beslissen en niet iemand van de organisatie. De wetenschap dat de fysieke voorbereiding dus minder is dan het halve werk (althans, dat was mijn vrijblijvende uitleg) verminderde de trainingsstress die regelmatig de kop op stak en die maakte dat ik teveel naar anderen luisterde en te weinig naar mezelf. Rechthoekig doorredeneren om ergens uit te komen heeft wel iets en met dat energie-verhaal kon ik wel wat! Onder het motto 'less is more' mocht ik me weer gewoon bezig houden met de vraag wat er van mezelf uit nodig was om een tocht van twaalfhonderd km te fietsen. En met het idee dat fietsen met het hoofd net zo belangrijk, zo niet belangrijker is als fietsen met je benen, eindigden de voorbereidingen voor PBP een stuk relaxter dan, pak 'm beet, de eerste vijfhonderd kilometer van het evenement zelf.

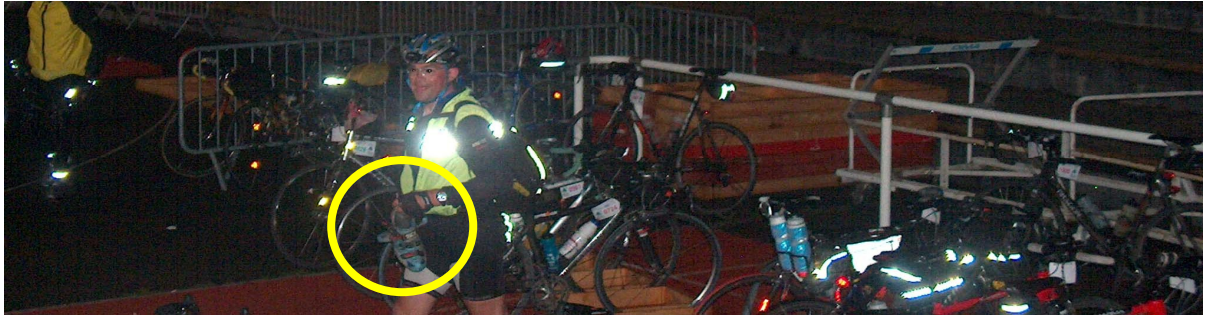
PBP 2007 zelf was een mer a boire van ervaringen en waarnemingen. Ik zou mezelf tekort doen als ik de hele rit vastleg in tijden, gemiddelden, uren slaap of de plekken waar ik gegeten heb en hun respectievelijke menu's. Het is tenslotte maar een kleine stap van ervaringen naar trivialiteiten en ik wil ook een beetje voorkomen dat al die feiten als een molensteen om de nek van de mensheid gaan hangen. Daarvoor gebeurt er gewoonweg teveel; een fietstocht waar ruim vijfduizend mensen van over de hele wereld één keer in de vier jaar voor naar Frankrijk afreizen? Dat is vragen om veel!



De start op maandagavond was indrukwekkend om mee te maken. De spanning die er heerst en waar iedereen op zijn of haar manier probeert om te gaan. De eerste vijfhonderd kilometer die voor mij eigenlijk te snel gingen; niet alleen slecht vanwege de fysieke gevolgen (overbelasting van mijn rug en hierdoor een noodgedwongen horizontaal verblijf van bijna zeven uur op een bed in Carhaix) maar ook omdat ik duidelijk niet voor mezelf fietste. Indrukwekkend was het moment dat ik de kopgroep tegenkwam, een uurtje of twee drie voordat ik in Carhaix aankwam. Een man of zestien dacht ik; compact en in rap tempo richting Parijs.

Ontredding en wanhoop in de ogen van iemand die op ruim een kilometer van de stempelpost in de vroege ochtendregen langs de kant van de weg stond. Zijn linkerpedaal wilde niet lossen en hij was zo onderkoeld en vermoeid dat hij niet eens meer bij machte was om zijn schoen los te maken. Hij stond naar eigen zeggen al een paar uur om hulp te roepen maar diegenen die langs hem heen reden spraken blijkbaar zijn taal niet? Toen we hem richting dokterspost reden vroeg hij nadrukkelijk of we zijn kaart wilden laten stempelen; in de vorige editie in 2003 was hij in de laatste tweehonderd kilometer zwaar ten val gekomen en nu wilde hij perse de rit uitrijden. Wat de dokter ervan gaat vinden? Niet relevant!

De etappe naar Dreux was bijzonder; niet in de laatste plaats omdat het hier bij wijze van uitzondering zo goed als droog bleef. Een mooie, donkere en vooral rustige nacht, geen fietsers voor of achter me. Het tempo lag voor mijn doen erg hoog maar ik fietste met het grootste gemak van de wereld. Alsof ik in een compleet andere realiteit rondreed dan de dagen ervoor. Alsof ik er maar voor een klein deel bij betrokken was; alsof lichaam en geest een tijdje niets met elkaar te maken willen hebben; een ervaring die ook wel subliem genoemd wordt en uren leek te duren.



Om vier uur in de ochtend over de finish; een aantal lichaamsdelen doen behoorlijk zeer maar een aantal ook helemaal niet, althans, ik voel ze niet meer. Hoewel ik behoorlijk op ben op dat moment realiseer ik me ineens wel waarom het richting Dreux zo speciaal is geweest. In die sublieme ervaring hoefde ik me niet bezig te houden met wat achter me lag of wat voor me lag. Ik voelde dat ik het allemaal aan mezelf te danken had - het was mijn initiatief, mijn inschrijving, mijn avontuur. Daarom is de hele organisatie prima –het eten, de bedden en de vrijwilligers-, het weer uitstekend en de afstand niet te groot- Het is het hier en nu in de meest uitgesproken, zuivere vorm.

De geest weigert te piekeren, ergert zich niet, werpt geen belemmeringen op en waarschuwt niet. Een geest die dat allemaal niet doet, gebruikt amper energie. Veel minder dan de dertig procent die doorgaans nodig is. Je kunt wel raden waar dat overschot naar toe gaat! Ik overweeg momenteel om in 2011 weer mee te doen met PBP want dat gevoel in die etappe naar Dreux, dat kan volgens mij nog veel langer duren. Parijs is niet ver meer, dat kun je jezelf al vlak na het startschot voorhouden!

Gerard van Heel 1508