



# Alles begint bij jezelf

Water heeft mij altijd al gefascineerd. Dat kan ook haast niet anders: ik ben opgegroeid op Texel met water 360 graden om me heen. Als we naar het vasteland gingen, moesten we met de boot. 's Zomers gingen we altijd heerlijk naar het strand en op mijn zesde stond ik voor het eerst op een surfplank in de Waddenzee. Ik voel me altijd erg thuis op het water, daar ben ik bijna elke dag te vinden. Toen ik jong was, droomde ik al van een Olympische medaille. Het vergt veel om dat te bereiken. Je moet steeds de juiste keuzes proberen te maken en jezelf helemaal geven. Alles begint altijd bij jezelf. Natuurlijk heb ik ook weleens een dag dat ik minder gemotiveerd ben om het water op te gaan, als het regent of als het heel koud is. Maar als ik dan toch ga, geniet ik er enorm van.

## Intens gelukkig

Na het WK in maart in Brazilië heb ik een week lang alleen maar gemountainbiked. Toen ik na die week weer de plank op ging, voelde ik me intens gelukkig. Alles valt dan van mijn schouders. Ik hoef nergens meer aan te denken, het enige dat telt, is zo hard mogelijk varen. Dat doe ik door een golfje te pakken, iets rechter op te staan of mijn gewicht wat meer te verplaatsen naar de achterkant van het surfboard. Ik kan daar dan helemaal in op gaan. Het is natuurlijk geweldig om dit allemaal te kunnen doen. Ik heb het geluk om op hele mooie plekken te mogen surfen, maar mijn lievelingsplek blijft de zee voor Texel. Om precies te zijn vlak voor mijn strandhuisje. Daar is het water geen dag hetzelfde.

## Respect

De zee heeft iets 'ongelimiteerd', je kunt alle kanten op en zelf je route uitstippelen. Dat geeft een heerlijk gevoel van vrijheid. Toch heeft de zee ook voor mij nog weleens iets bedreigends. Er zwemmen natuurlijk haaien en daar moet je bij uit de buurt blijven. De zee is een heel sterk natuurelement waar je respect voor moet hebben. Over respect voor de zee gesproken: overal ter wereld waar ik surf, kom ik plastic afval tegen. Ongelooflijk hoeveel! Daar word ik verdrietig van. Het is jammer dat we nog niets hebben verzonnen om de oceanen op te ruimen. Het probleem van het plastic afval vergt bewustwording van ons allemaal. Wat eet ik? Wat koop ik? Hoeveel plastic zakken neem ik mee uit de supermarkt? Waar laat ik mijn afval? Voor sommige mensen kost het veel moeite om bewust om te gaan met plastic afval, maar ook hier geldt: alles begint bij jezelf!

DORIAN VAN RIJSSELBERGHE  
OLYMPISCH KAMPIOEN WINDSURFEN

