

Het is winter. Na dagen en weken van sombere stormen met regen en sneeuw en veel te vroeg donker, is het vandaag ineens een kadootje van een dag. Bijna windstil. De zon groot en laag. Lange schaduwen. Vrieskou die in de wangen bijt. De wereld lijkt van glas, koud en glanzend. Ik haal een man in en terwijl ik hem voorbij fiets, zegt hij: "Wat heerlijk is het hè?" Zijn woorden dampen.

Duizenden kilometers fiets ik elk jaar. Miljoenen keren de pedalen rond. Korte ritten, lange ritten. Snelle ritten, slome ritten. Overal in Nederland, Europa en zelfs de wereld. In de kou, in de hitte. In de regen en de wind en in de brandende zon. De meeste van deze kilometers rij ik alleen. Urenlang alleen met mijn gedachten.

Het liefst zou ik jou vandaag een momentje in mijn lijf gunnen, gewoon, om je te laten voelen hoe heerlijk dit is. Hoe verbonden ik me voel met de man die zo geniet van deze mooie dag dat hij het gewoon hardop zeggen móet als ik passeer. Hoe lekker de kou op mijn wangen is, de warmte in mijn lijf en de spanning in mijn spieren. Wat is het leven meer dan een zoektocht naar wat je gelukkig maakt? Fietsen maakt mij gelukkig.

De euforie van mijn eerste fietstochten vergeet ik nooit. De chaos in mijn hoofd, kolkende gedachten, gepieker: ze verdwenen onder mijn zovende bandjes, lekten weg in de berm en losten op in het gras en het mos. Er kwam rust voor terug, stilte in mijn hoofd. Helderheid. Goede ideeën. Meer geduld, met mezelf en met anderen. En oog voor het buiten zijn. Buiten is prachtig. Ook als het waait en als het regent.

De chagrijnigste mensen zijn de mensen die altijd binnen zitten. Binnen zijn zoveel dingen om ongehumeurd van te raken. Werkstress, deadlines. Mensen die wat van je moeten. Mensen die ongevraagd laten weten wat ze juist niet van je moeten. Ellendig wereldnieuws dat je machteloos maakt. Triviaal nieuws waar iedereen zich buitensporig over opwindt dat je moedeloos maakt. En dat alles in een niet aflatende stroom aangeboden op je smartphone.

Trek een dikke jas aan, ga naar buiten. Ook als het regent, ook als het stormt. Hoe meer uren je buiten doorbrengt, hoe meer de wind het gedoe uit je kop blaast. Buiten verwacht niks van je. Buiten geeft alleen maar; buiten brengt je dicht bij jezelf. Buiten is pretentieloos prachtig. En nog gratis ook.

Groter en roder wordt de zon, hij verdwijnt langzaam in het water waar ik langs fiets. Hoog in de lucht geven vliegtuigen een lichtshow met hun sporen. En ineens weet ik wat ik jullie, hier in de zaal, wensen wil. Ontzettend veel buiten wens ik jullie toe, voor nu en voor de toekomst.