

Hein Dik

‘Op souplesse bergop rijden’

Interview met Ad Hermans

Ad Hermans was 48 jaar toen hij in een rolstoel belandde. Een paar jaar later, in 2000, volbracht hij op zijn handbike de tocht naar Santiago de Compostela. Het verhaal van een positief mens.

Het begon onschuldig.

‘Ik heb zin om naar Santiago te fietsen,’ zei Peter de Ruijter uit Heiloo, ‘maar ik moet een medestander hebben.’

‘Dan ga ik toch mee’, antwoordde Ad Hermans, zijn zwager.

Dat was een antwoord dat verbazing opriep in de familiekring. Hoezo, meefietsen naar Santiago? Ad zat sinds een paar jaar in een rolstoel. Lopen ging niet meer. Normaal fietsen ook niet. Van tochten naar Santiago had Ad wel eens gehoord, maar hij was geen kenner van de camino.

Wat hij wel was en nog steeds is: een doorzetter. Dat moet je zijn als je de tocht wilt volbrengen in een rolstoel waaraan een handbike is gemonteerd.

Lulligheidje

De voorgeschiedenis was dramatisch. Ad Hermans, geboren in een groot gezin in IJmuiden, had zijn eigen loodgieters- en verwarmingsbedrijf opgebouwd. Hij was dol op sport. Als amateurwielrenner reed hij wedstrijden in binnen- en buitenland. Met ‘de jongens’ uit zijn bedrijf speelde hij – ‘voor de aardigheid’ – zaalvoetbal. Tijdens zo’n wedstrijd ging het mis. ‘Een lulligheidje’, zegt Ad.

‘Een lichte blessure. Maar ik moest geopereerd worden aan mijn meniscus en daarbij heb ik posttraumatische dystrofie opgelopen. De bloedsomloop naar mijn benen was verstoord met als gevolg aftakeling, waardoor ik niet meer kon lopen.’

Hij werd opgenomen in revalidatiecentrum Heliomare. Ad: ‘De wereld staat op zo’n moment op z’n kop. Ik was 48. Het bedrijf moest ik verkopen. Gelukkig kon ik het kwijt aan iemand die bij me werkte en met wie ik kon afspreken dat ik in loondienst bleef.’

Gedepimeerd of depressief ben ik niet geweest. Wel opstandig. Je raakt aan de kant, je raakt uit het arbeidsproces. In Heliomare is men gaan kijken hoe ik weer aan de slag kon: ik kreeg een aangepaste werkplek, was bezig met planning, calculatie, werkvoorbereiding, dat soort dingen.

De sport kwam meteen terug. In de sporthal van Heliomare ontdekte ik rolstoeltennis. En op een gegeven moment kwamen ze aan met een handbike: een fiets die je koppelt aan je rolstoel en waarop je je met je handen kunt voortbewegen. In het begin waren dat primitieve dingen, er zat een soort kruiwagenwiel op en een gewone versnellingsnaaf met maar drie versnellingen. Maar geleidelijk ontstond er vooruitgang in de richting van meer sportieve bikes.’

In training

Santiago was aanvankelijk een verre fantasie, maar na de opmerking van zwager Peter



Ad Hermans trekt bekijks met zijn rolstoel met handbike.

Foto: Marga Hermans-Bakker

namen de ideeën over de tocht steeds vastere vorm aan. ‘Dan gaan wij ook mee’, zeiden Ineke en Marga, de vrouwen van Peter en Ad. Ad: ‘Eigenlijk wist ik nauwelijks iets over de camino, maar vanaf dat moment ging het van kwaad tot erger. In die periode heb ik eerst zelf een handbike gemaakt. Ik had een vriend die kon lassen, een oude wielrenner met een eigen fietsenzaak. Uiteindelijk kreeg ik een Duitse fiets met derailleur, 27 versnellingen. Ik ben wielrenner geweest, dus ik wist wel dat Onze Lieve Heer het strijkijzer alleen maar over Nederland heeft gehaald.’

Ad ging trainen. Hij probeerde zijn bike uit op het Kopje van Bloemendaal, het hoogste punt van Noord-Holland. ‘Daar ontdekte ik dat het niet ging – met deze fiets kwam ik in mijn allerlichtste versnelling niet naar boven. Mijn voorwiel slipte. Vanaf dat moment is er een hele technische ontwikkeling op gang gekomen. We hebben in het voorwiel een versnellingsnaaf gemonteerd en daarnaast ook nog een derailleur. In feite creëerden we 63 versnellingen. Het was de uitvinding van de eeuw, want nu kon ik op souplesse bergop rijden.’

Santiago was nu geen droombeeld meer, maar een realistisch plan. Ad trainde 100 kilometer per dag. Van zijn woonplaats Akersloot naar Wijk aan Zee, door de duinen naar Petten en ten slotte door de polder terug.

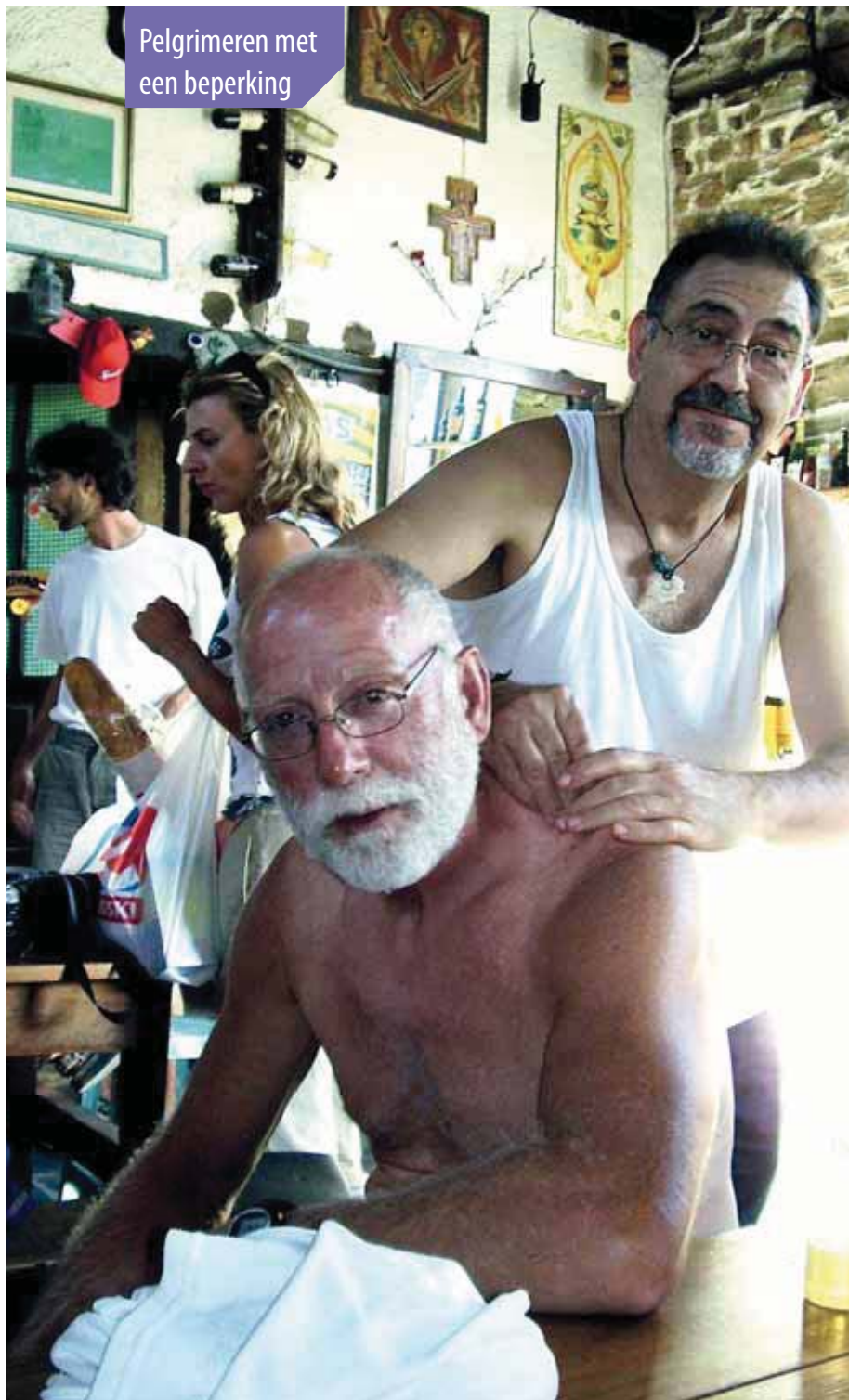
Niet zeuren

‘Op een gegeven moment wist ik dat ik het kon halen. Ik was nog wel nerveus hoor, want we hadden bedacht dat we de tocht aan een goed doel wilden koppelen. Dat is On Wheels geworden, een stichting die zich inzet voor mensen met de spierziekte Duchenne.

Een aantal bedrijven heeft ons geholpen bij die actie. Alles met elkaar hebben we meer dan 80.000 gulden opgehaald. Ik ben twee keer op tv geweest: landelijk en regionaal.

De leverancier van de handbike gaf ons een aangepaste laptop mee waarop we dagelijks verslag konden doen. Onderweg stuurden we ons journaal naar de beheerder, die zette het op de website.

Ons vertrek uit Haarlem was een evenement op zich. Er stonden wel honderd mensen in de Hagestraat: van de wielrenclub, van rolstoeltennis, van Heliomare, noem maar op:



Ad Hermans krijgt een stevige massage in de herberg in Villafranca.

Foto: Marga Hermans-Bakker

oude fietsmaten, coureurs, familie, vrienden. We hebben van alles aangeschaft, zodat we selfsupporting waren. We sliepen in een tentje, soms ook in een refugio. Als ik hulp nodig had, werd ik getild. Peter is een sterke kerel. Als er geen toilet was, dan deed ik het over een boomstam. Want ik had me meteen voorgenoemen: alle tegenslagen overwinnen, niet zeuren, je verstand op nul en je gezicht op eindeloos en gewoon doorgaan. Het materiaal hield zich prima, behalve de banden van de rolstoel. Ik had acht nieuwe banden mee, want het gaat om een speciale maat die je bij de reguliere fietsmaker niet kunt kopen. Ze gaan er gewoon vanuit dat mensen in een rolstoel zo'n beetje door hun dorp rollen, maar op een tocht van 2600 kilometer zijn die banden niet berekend.'

Gebroken frame

Ad vertelt dat ze op hun tocht vrijwel geen vervelende dingen hebben meegemaakt, maar dat zal ook met zijn positieve instelling te maken hebben. 'Het vervelendste was die keer dat mijn rolstoelframe was gebroken. Een bout was afgeknapt waardoor mijn fiets helemaal scheef hing. Peter, Marga en Ineke waren al een stuk vooruit. Het was bloedlink, want ik zat midden in een afdaling. Uiteindelijk is mijn zwager terug komen rijden. Stapvoets zijn we naar beneden gegaan. Bij een boer hebben we de fiets kunnen repareren. Die man was de behulpzaamheid zelf. Hij hield siësta toen we aanbelden, maar hij stond meteen klaar, we mochten al zijn gereedschap gebruiken.'

Ad en zijn vrouw Marga zitten boordevol leuke herinneringen. De vele goede ontmoetingen met andere pelgrims; die keer dat ze, op zoek naar onderdak, midden in een doopfeest belandden en mee deelden met eten en wijn. Of de overnachting in Saint-Émilion op een wijnchateau, omringd door witte rozen, waar ze hartelijk werden onthaald.

Engelbewaarder

Bij het vertrek was Ad niet zo bezig met de spirituele aspecten van de camino, maar gaandeweg kreeg hij er oog voor. 'Ik stond er niet bij stil dat het een rol kon spelen. Het was een uitdaging om de tocht te volbrengen. Daar ging het om. Maar ik moet eerlijk bekennen dat die spirituele kant onderweg

wel boven komt: je bent helemaal op elkaar aangewezen, je moet alle hebbelikheden en onhebbelikheden met elkaar delen. Daarbij speelt een rol dat je prachtige kathedralen bezoekt, maar ook fantastische kleine kapelletjes. Santa Maria de Eunate bijvoorbeeld, zo'n schitterende kapel, midden tussen de graanvelden.

Gaandeweg ga je denken: potverdorie, we halen het. Je merkt dat je altijd onderdak vindt. Vaak sliepen we op een camping of in een refugio, maar we hebben ook overnacht in jeugdherbergen of in de tuin van een pastoor. Dan heb je toch het gevoel alsof er iemand op je schouder zit: een soort engelbewaarder. Want het kan ook anders gaan, onderweg kom je ook herdenkingstekens tegen van pelgrims die zijn overleden.'

De eerste tocht naar Santiago volbrachten Ad, Marga, Peter en Ineke in 33 dagen. Gemiddeld reden ze zo'n 80 kilometer per dag. Ad: 'In Santiago kwamen we aan bij het secretariaat waar je de compostela krijgt, maar er was een trapje, dus kon ik niet naar binnen. 'Waar is die man?', vroegen ze. 'Die zit beneden in een rolstoel.' Daarop zeiden ze: 'Mensen in een rolstoel kunnen we geen compostela geven.' Er waren Spanjaarden bij die ons hadden gezien en die riepen: 'Ja, maar die man heeft het op eigen kracht volbracht.' Daarop kwam die vrouw naar beneden, ze zag wat er aan de hand was en vroeg of ik de volgende dag terug wilde komen; dan zouden ze er een officiële uitreiking van maken. Zoiets hadden ze nog nooit meegeemaakt, helemaal uit Holland in een rolstoel op een fiets.'

Na hun eerste camino zijn ze nog een tweede keer naar Santiago gefietst, maar ze hebben ook tochten ondernomen naar onder andere Rome en Berlijn. Ad kreeg zoveel publiciteit dat hij onderweg werd herkend. Fietsend langs de Rijn hoorde hij iemand van een salonboot schreeuwen: 'Hé, Hermans, ben je weer aan het fietsen!'

'Je moet door'

Hij weet niet precies waardoor hij tijdens zijn ziekte in staat was de positieve draad in zijn leven weer op te vatten.

Ad: 'Makkelijk is het niet altijd geweest. Als ik er over praat, voel ik de emoties boven

komen. Maar je moet door. Je verliest een hoop als je in de put gaat zitten. Je familie, je vrienden, je kennissen – alles ga je verliezen. Naderhand ben ik wel eens ingeschakeld om te praten met gehandicapte mensen die het moeilijk hadden. Ik kan makkelijker met ze praten dan iemand die het niet heeft meegeemaakt, want dan zeggen ze: "Jij kletst makkelijk, jij zit er niet in."

Mijn vader is ooit zwaar overspannen geweest toen ik nog een klein jochie was. Hij was een dominante man, maar in die periode had hij iets misdaan en daarop vroeg hij me of ik niet boos op hem was. Zo was hij van de kaart. Ik dacht, alle mensen nog aan toe, dat zal mij niet overkomen.

In de tijd dat ik een eigen zaak had, was het zo druk dat het me boven het hoofd dreigde te groeien. Ik hield het nauwelijks vol. Mijn

Alle tegenslagen overwinnen, niet zeuren

huisarts heeft me toen de raad gegeven: ga aan yoga doen. Dat advies heb ik opgevolgd en aan yoga doe ik nog steeds als ik in de gelegenheid ben.'

Marga: 'Ad heeft in zo'n geval maling aan alles, hij doet gewoon wat hij zinnig vindt. Dat hij uitgelachen werd, kon hem niks schelen. Het interesseert hem dan niet hoe een ander erover denkt.'

Ad: 'Ik ben een gelovig mens, maar ik ben ook nuchter. In Lourdes ben ik niet eens die grot in gegaan. Ik dacht: als Maria me helpt, dan helpt ze me morgen ook wel. En als God me helpt, waarom heeft hij me dan in die rolstoel gezet. Dat had hij niet moeten doen, vind ik, want zo is het dubbel werk. Dat wil niet zeggen dat ik niet in Christus geloof en in de liefde van mensen voor elkaar: je gezin, je kinderen, de mensen om je heen ...'

Ad Hermans is inmiddels 68 jaar. Hij zit in het kerkbestuur in Akersloot. Samen met zijn vrouw maakt hij nog geregeld fietstochten. Sinds kort heeft hij elektrische ondersteuning op zijn handbike. 🌿