



Fitness

• INGE DE BRUIJN 26 • AIKIDO 30

Zo vrij als een vogel

Als klein meisje dacht ik wel eens na over de vraag, welk dier ik graag zou willen zijn in een volgend leven. Meestal kwam ik dan uit bij een dolfijn of vogel. De dolfijn was favoriet. Omdat die zo mooi door het water glijdt, zulke hoge sprongen maakt en er altijd zo lief uitziet.

Een vogel zijn vond ik ook wel aantrekkelijk, maar dan alleen zo'n type dat goed en ver kan vliegen. In lange vliegreizen lag namelijk mijn fascinatie. Eerst lekker een nestje bouwen in Zweden en dan, zodra het weer verslechterde, neerstrijken in Frankrijk. Onderweg lekker spelen met de wind, fladderend van de ene luchtlaag naar de andere.

Toen ik anderhalf jaar terug in Venezuela was en hoorde dat je daar kon paragliden boven de Andes, was een vlucht dan ook snel geboekt. Paragliding is een sport waarbij je met een scherm (lijkend op een parachute) een bergtop afrent, de lucht in springt en vervolgens al zwevend en sturend uiteindelijk landt in het dal.

Hoog in de lucht zijn en spelen met de thermiek, het was geweldig. Ik had een prachtig uitzicht over ruwe bergtoppen en rivieren. Met op de achtergrond een ondergaande zon. Ik was los van de wereld en voelde mij zo vrij als een vogel.

De landing in het dal was helaas iets minder comfortabel. Ik knalde letterlijk uit het vogelgevoel de 'gewone' wereld weer in, inclusief een verstuikte poot. Dus als ik definitief moet kiezen welk dier ik in mijn volgende leven wil wezen, kies ik toch maar voor een soepel door het water glijdende dolfijn...

Suzanne Tiemessen