

'IK BEN HET SUKKELTJE AAN HET WORDEN'

HIJ WERD AL VIJF KEER WERELDKAMPIOEN, MAAR STAAT OOK ALWEER EEN PAAR JAAR DROOG WAT INDIVIDUELE HOOFDPRIJZEN BETREFT. OM GEK VAN TE WORDEN, VINDT **RAYMOND VAN BARNEVELD**. MET **VICTORIA KOBLENKO** SPREEKT HIJ IN AANLOOP NAAR HET WK DARTS (13 DECEMBER-1 JANUARIJ) OVER DE PIJN VAN VERLIEZEN, STRESS EN DIABETES. EN HIJ FILOSOFEEFT OVER STOPPEN MET DARTS. "ER IS EEN BURN-OUT BIJ ME VASTGESTELD."

"Ik ben al drie jaar aan het nadenken. Ik zoek in mezelf antwoord op de vraag: waarom nog? Ik ben al jarenlang amper thuis. Dat valt me steeds zwaarder, zeker doordat ik al een tijd geen grote prijzen meer win," zegt Raymond van Barneveld, de man die darts in Nederland op de kaart zette en vijf keer wereldkampioen werd. "Telkens krijg ik weer die bokshandschoen op m'n kin, elke keer moet ik die nederlaag weer verwerken. Telkens weer die pijn, dat ben ik zat. Tegelijkertijd is de kick om dat podium op te gaan er nog. Reizen naar de andere kant van de wereld en daar aanbeden worden went nooit. Maar uiteindelijk moet je van binnen happy zijn. Neem de avonden waarop we voor de Premier League in Ahoy spelen, dan ben ik een gelukkig mens."

Je wordt een jaar lang gevolgd voor een documentaire op RTL 7 die tijdens het WK te zien is op tv. Gaan we je zien zoals we je nog niet kennen?

"Veel mensen denken dat ik zomaar dat podium kom oplopen en even m'n kunstje doe. Maar zo is het niet. Ik wil mensen een inzicht geven wat er allemaal komt kijken bij het leven dat ik leid."

STRESS

Hoe ziet voor jou een ongelukkige avond eruit?

"Na afloop van een nederlaag zit ik vaak vol ongelooft. Er zijn talloze avonden dat ik bij het ingooien veertig of vijftig keer 180 gooi. Eenmaal op het podium lukt me dat vervolgens één of twee keer. Je hebt op het podium natuurlijk allerlei issues. De verlichting is anders, je hebt te maken met luchtverplaatsing en je voelt de stress van het moeten. Darts blijft een mentaal spel. Ik heb ongelooflijk veel avonden gehad dat ik na een wedstrijd op mijn hotelkamer lag en me afvroeg wat

er was gebeurd. Vroeger waren er maar een paar tegenstanders tegen wie ik in de problemen kon komen, nu lijkt het of iedereen voor mij een lastige tegenstander is. Het is alsof ik m'n concentratie niet vast kan houden. Hoelang wil ik mezelf nog pijnigen? Ik heb heel mooie dingen gedaan, maar het lijkt niet meer te lukken."

Waarom niet?

"Ik ben 51, heb al een paar jaar diabetes. Dat helpt natuurlijk niet mee. Tijdens een partij komt het voor dat ik me het ene moment heel lekker voel. Dan heb ik het gevoel dat ik 38 ben. Maar vijf minuten later kan ik me ineens voelen als iemand van 83. Als men dit leest, zijn er vast mensen die denken: hij heeft weer wat te zeiken. Maar misschien is mijn diabetes niet door verkeerde voeding ontstaan, maar door de stress."

Hoe voer jij jouw strijd met 'sluipmoordenaar' diabetes?

"Ik probeer nog steeds op m'n gewicht te letten, maar tegenwoordig wil ik af en toe ook gewoon iets kunnen snacken. Ik ben in zeven jaar dertig kilo afgevallen, heb er alles aan gedaan, maar de diabetes blijft. Koude handen, tintelende vingers, wazig zicht. Dat is een ramp. Ik ben nu dus van mening dat het door spanningen komt waarmee ik te maken heb tijdens wedstrijden. We hebben met een soort scanner gemeten hoe hoog m'n stressniveau was op het podium. Dat was drie keer hoger dan normaal. Als ik vier dagen achter elkaar moet spelen, dan heb ik te maken met heel veel stress. Het lichaam reageert daar gewoon op. Als je dan ook nog bedenkt dat ik zo'n beetje 48 van de 52 weken per jaar op pad ben..."

DEPRESSIE

Wat is de tol van zo vaak weg zijn?

"Ik heb een kleinzoon van bijna drie en ik ben nog nooit op zijn verjaardag geweest. Mijn kleindochter is bijna één, haar verjaardag gaan we later vieren, omdat het samenvalt met



een toernooi van opa. Ik heb veel vrienden met wie ik bijna nooit leuke dingen kan doen. Het komt ook voor dat iemand overlijdt en dat ik niet bij de begrafenis kan zijn, omdat ik in Australië zit. Dat zijn dingen die je vormen en waardoor ik me afvraag: hoelang houd ik dit nog vol? Ik dart al 35 jaar. Welke sporter houdt het zo lang vol?"

Misschien heb je een dipje en zit er straks toch nog een uitschieter in.

"Het zou mooi zijn als het nog eens m'n kant opvalt. Ik wil dolgraag nog een keer wereldkampioen worden. Voor m'n kleinkinderen die beker omhoog houden. Het liefst zou ik nog een paar jaartjes doorgaan. Ik ben een trotse Nederlander, kom graag uit voor m'n land. Maar ik wil er wel toe blijven doen, moet wel het gevoel hebben dat ik het toernooi kan winnen. Maar ik moet nu tegelijkertijd ook wel serieus rekening houden met het slechte verhaal."

Hoe ga je om met verlies?

"Dat komt nog altijd zó hard aan. Kijk, ik ben gewoon een



'HOELANG WIL IK MEZELF NOG PIJNIGEN?
IK HEB HEEL MOOIE DINGEN GEDAAN,
MAAR HET LIJKT NIET MEER TE LUKKEN'

moeilijke man. Na een nederlaag moet je niet in mijn buurt zijn."

Hoe ben je dan?

"Ontoerekeningsvatbaar is het juiste woord, geloof ik. Ik gooi dingen door m'n kamer, doe lelijk tegen vrienden en familie, ik praat mezelf naar beneden. Ik ben zelf mijn ergste vijand."

Hoe kijk je naar jezelf na een nederlaag?

"Ik kijk nooit iets van mezelf terug, vind het verschrikkelijk om mezelf nog een keer te moeten zien verliezen. Dan blijft het hangen in mijn kop. Ik vind het ook niet leerzaam."

Maar analyseer je wel wat er misging meteen na afloop?

"Kijk, als iemand een penalty mist, dan kun je dat analyseren. Maar met darts heeft dat weinig zin. Er komen ongelooflijk veel zenuwen bij kijken. Daardoor ga je te geforceerd spelen. Nu mijn ranking onder druk komt te staan, verhoogt dat de stress. Twee jaar terug heb ik de halve finale gehaald op het WK, dat resultaat moet ik in december dus verdedigen. De ranking is gebaseerd op geld dat ik in twee jaar tijd heb

verdiend, ik heb bij het WK 80.000 pond te verdedigen. En als ik uit de top 16 van de wereldranglijst val, dan ben ik veroordeeld tot het spelen van vloertoernooien. Moet ik via die kleine toernooien waaraan heel veel spelers meedoen die ik niet eens ken, mijn ranking weer zien op te krikken. Aan het spelen van vloertoernooien heb ik juist een hekel."

Wat voor reacties krijg je na een nederlaag?

"Je moet niet onderschatten dat mensen hun geld op me inzetten. Als men 200 pond verliest door jou, dan leer je er snel nieuwe ziektes bij. De leuke reacties ten spijt, want die krijg ik ook genoeg, maar daarom doe ik mijn social media niet zelf. De hele maatschappij is gek geworden."

Kun jij wel slapen na een nederlaag?

"Soms lig ik drie uur lang te draaien. En soms mag ik er dan na een uurtje slaap weer uit om mijn vlucht te halen."

Als ik dit allemaal zo hoor, dan maak ik me wel zorgen om je.

"Nou, je kunt wel spreken van een depressie waar ik al een jaar of vier in zit. Het lichaam sputtert steeds meer tegen en ik heb geen zin om een keer neer te vallen. Mensen hebben het over een burn-out, die hebben ze in het ziekenhuis bij me vastgesteld. Maar wat moet ik doen? Als ik een half jaar stop om bij te komen, dan lig ik eruit en mag ik opnieuw beginnen. Het is anders dan niet naar je baas gaan. Ik ben mijn eigen baas."

CHAMP

Hoe ben je ooit begonnen met darts?

"Mijn oom had een dartbord hangen. We hadden een feestje, ik was een jaar of acht en dat spelletje ging me vrij goed af. Verder nooit iets mee gedaan. Tot ik af en toe een broodje ging eten bij Bert, een schoolvriendje die wedstrijden darte. Toen wilde ik een bord voor mijn zeventiende verjaardag. Na drie maanden won ik het Rotterdam Open. In 1984 was dat.



Ik won 500 gulden. Voor een jongetje van zeventien was dat veel geld. Toen ik klein was, zei ik tegen mijn moeder altijd: *don't worry*, later word ik rijk. Ik heb altijd het gevoel gehad dat er iets in mijn leven zou gebeuren waardoor ik geld kon verdienen. Ik heb het leuk gedaan. Maar ja, Michael van Gerwen verdient nu in één week soms meer dan ik met mijn eerste drie gewonnen wereldtitels bij elkaar.”

Voelt dat oneerlijk?

“Nou, het draait in de eerste plaats om het winnen van prijzen. Ik heb de olympische gedachte altijd omgedraaid: winnen is belangrijker dan meedoen. Maar ik verdiende 32.000 pond met mijn eerste wereldtitel in 1998. De darter die dit jaar de wereldtitel pakt, krijgt een half miljoen. Voor mijn partij in de eerste ronde op het komende WK krijg ik 15.000 pond, in 1998 was dat het prijzengeld voor de verliezend finalist.”

Ben je in de verkeerde tijd begonnen?

“Een beetje wel, ja. Maar goed, als Johan Cruyff in deze tijd was geboren, had hij ook veel meer verdiend. Dat blijft

altijd zo. Aan de andere kant zullen mensen me wel altijd als vijfvoudig wereldkampioen herinneren, dat is natuurlijk belangrijker dan geld. Ik heb het niet slecht, verdien prima, maar ik presteer de laatste tijd onder m'n kunnen. Er gaat niets boven spraakmakend zijn, om mooie dingen te doen die iedereen ziet. Het is fijn als mensen me *legend* of *champ* noemen. In de tijd dat ik m'n wereldtitels won, keken er zo'n vijf miljoen mensen naar het WK. Als ik op de snelweg reed, dacht ik weleens: in een van de drie auto's die ik tegenkom, zit iemand die naar me gekeken heeft.”

Is het moeilijk om te bekennen dat je onder je kunnen presteert?

“Ik ben wel realistisch. Vroeger was ik arrogant. Dat moest ook, want ik wilde m'n tegenstanders angst inboezemen. Die houding die ik had in de tijd dat ik wereldkampioen werd, heeft Michael nu. En ik ben het sukkelkje aan het worden. Mijn voormalige manager zei altijd: 'Winnaars hebben een plan en verliezers een excuus.' Ik voel steeds meer dat ik bij die laatste



'IK WAS DOLENDE VOOR IK SILVIA LEERDE KENNEN, VROEG ME ALTIJD AF OF IK WEL AAN EEN MEISJE KON KOMEN'

groep kom te zitten. Er zijn zoveel goede darters bij gekomen. Jarenlang ging het tussen Phil Taylor en mij. Michael is op dit moment de beste darter. Hij is 29, hè.”

Heb je ooit mentale begeleiding gehad?

“Ik heb alles gedaan, maar het helpt niet. Ik kan een psycholoog nemen, gaan mediteren, aan mezelf lopen puzzelen, maar ik kan niet voorkomen dat andere mensen beter gooien dan ik. Dat blijft. Wat wel helpt is Gezond Management. Ik ben een jaar of twaalf geleden in contact gekomen met haptonoom Marco van Gorp, hij zorgt ervoor dat ik beter in m'n vel kom te zitten. Vroeger ging hij ook mee naar toernooien. Toen hij op het WK bij me was, kon hij me echt 'omzetten'. Als hij me heeft behandeld, denk ik meteen: kom maar op.”

PISTOOL

In juni drongen overvallers jullie huis binnen. Vreselijk.

“Dat heeft grote impact gehad. Vooral op m'n vrouw, want het is niet niets als je een pistool tegen je hoofd gedrukt krijgt. Vreselijk. Op het moment dat het gebeurde, was ik weer eens in het buitenland. En dat feit zorgt weer voor spanningen in onze relatie. De daders zijn gepakt en hebben bekend, maar daarvoor is de zaak zeker voor Silvia natuurlijk nog niet gesloten.”

Heeft de sport een zware wissel getrokken op jouw huwelijk?

“Natuurlijk zijn er scheurtjes voelbaar. Ik ben onwijs gegroeid, op een gegeven moment ga je niet meer dezelfde taal spreken, omdat je vrouw niet met je mee groeit. En ik ben dus niet de makkelijkste als ik verlies.”

Is het eenzaam voor jouw vrouw?

“Dat is het voor ons allebei, denk ik. *Sil* heeft altijd wel wat te doen met de kinderen of de kleinkinderen. En ik zit daar vaak in m'n uppie op een hotelkamer. De tijd doden met een boekje of met een muziekje. Van de zeven dagen in een week ben ik er gemiddeld vijf weg. En van de twee dagen dat ik thuis ben, ben

ik er vaak ook nog één van slag door een nederlaag die ik heb moeten slikken.”

Hoe is het begonnen tussen jullie?

“Ik was dolende voor ik Silvia leerde kennen, vroeg me altijd af of ik wel aan een meisje kon komen. Sil zag het wel voor zich met me. Ze had al wel twee kinderen, eentje van drie jaar en eentje van zes weken. Niet veel later had ik drie kinderen op schoot en verdiende ik de kost als postbode. Dat waren financieel geen geweldige tijden, maar ik koester ze wel. Als ik met darten wat won in het buitenland, dan nam ik cadeautjes mee. Eenmaal thuis kon ik verstoppertje spelen met de kinderen. Nu wordt al mijn tijd opgeslokt, ik heb amper tijd om iets leuks met m'n kleinkinderen te doen.”

Wanneer ben je voor het laatst op vakantie geweest?

“We gaan weleens weg, hoor. Maar dat ik lekker vijf weken zorgeloos weg kon in de zomer, is een jaar of vijf geleden. Toen kwam ik als herboren terug. In de zomer zijn tegenwoordig de World Series, lucratieve toernooien waarvoor we naar Azië en Australië gaan.”

Daar kun je toch een keer nee tegen zeggen?

“Tegen zoveel geld zeg je geen nee.”

Wat was het grootste prijzengeld dat je ooit in de wacht hebt gesleept?

“Dat was mijn eindzege in de Premier League in 2014, meteen ook m'n laatste grote individuele prijs. Ik pakte toen 150.000 pond.”

Wat ga je doen na het darten?

“Ik zou het leuk vinden om jeugd te begeleiden. Maar eerst wil ik bijkomen van al die jaren vol stress.”

BARNEY, DE DOCU
RAYMOND VAN BARNEVELD IS EEN JAAR LANG GEVOLGD.
DE DOCUMENTAIRE IS TIJDENS HET WK DARTS
(13 DECEMBER-1 JANUARI) TE ZIEN OP RTL 7.