

# GEDREVEN

Tekst: *Marc Sluszny*

**T**oen Sir George Mallory zich in 1924 opmaakte om als eerste Brit de hoogste berg van de wereld te beklimmen, vroeg een reporter hem: “Why do you want to climb Mount Everest?” Mallory antwoordde kort en bondig: “Because it’s there.” Dit lijkt een uiterst eenvoudig antwoord. Ik heb er jaren over gedaan om te begrijpen wat hij hiermee bedoelde.

Elk individu beschikt over een bepaalde hoeveelheid energie die het mogelijk maakt om zijn of haar dromen te verwezenlijken – op voorwaarde dat hij of zij beschikt over genoeg moed, doorzettingsvermogen en focus. Toch zoeken wij allen de eenvoudigste weg. Waarom pijn of ongemak verduren? Waarom onze confortzone verlaten?

Met zijn legendarische respons bedoelde Mallory dat niet zozeer de bergbeklimming de uitdaging was, maar het feit dat hij een keuze maakte om zijn doel te bereiken en zijn eigen weg te volgen. Minuties had hij zich voorbereid en zorgvuldig de mogelijkheden gecreëerd om deze hachelijke onderneming tot een succesvol einde te brengen. Het ging niet om geld, roem of glorie. Zijn zoektocht ging om persoonlijke groei! Als mens hoef je geen ‘natuurlijk talent’ te hebben om je dromen te verwezenlijken.

Als je echt iets wil bereiken, zijn er een paar vereisten: inzet, angsten overwinnen en gefocust blijven. Gun jezelf de tijd om (zelf)kennis te vergaren. Werk dagelijks bewust aan je fysieke en mentale ontplooiing, haal het beste uit jouw capaciteiten. Ga op zoek naar inspiratie, zorg ervoor dat je gemotiveerd blijft. Trotseer de uitdaging, zet jezelf maximaal in en wie weet waartoe jij in staat bent. Ook in jou zit er een Mallory! Waarom is het voor velen zo moeilijk in hun opzet te slagen? Het antwoord heet: angst. Angst is de grootste hindernis naar de verwezenlijking van onze dromen. Hetgeen ons ervan weerhoudt om onze objectieven te bereiken, is gebaseerd op angst. Angst is een onderdeel van ons bestaan en bepaalt mee wie we zijn, waar we naartoe gaan en hetgeen we doen. Pas als we onze angsten in de juiste context kunnen plaatsen en de psychologische herkomst ervan doorgronden, kunnen we deze hindernis overwinnen. De meeste mensen hebben de neiging onbekende situaties te vermijden, om zich zo te distantiëren van alle onzekerheden.

Als het je lukt om je geest vrij te maken van angsten en je negatieve gedachten uit te schakelen, dan kun je een zen-toestand bereiken, waarin je geest één is met je lichaam. Pas als geest en lichaam harmonieus samenwerken, kan je je doel bereiken. Het is niet hoe goed je bent, maar hoe goed je wilt zijn. 🧘

Marc Sluszny is een Belgische sportman en avonturier, die voortdurend zijn grenzen verlegt en zijn angsten overwint tijdens het voorbereiden en uitvoeren van extreme sportuitdagingen. Hij is onder andere lid geweest van het nationale Davis Cup-tennisteam, het nationale bobsleeteam en het Olympisch schermteam. Zijn nieuwe boek heet ‘Gedreven’, een compilatie van interviews met iconen uit de Belgische sportwereld.

[info@speakersacademy.nl](mailto:info@speakersacademy.nl)



‘HET IS NIET HOE GOED JE BENT, MAAR HOE GOED JE WILT ZIJN’