

# Een nieuw hoofdstuk.

*Met dankbaarheid aan de Belgische gymnastiek.*

Beste collega's uit de Belgische gymnastiek,

Ik sluit een hoofdstuk af.

Niet omdat ik moest. Niet omdat het niet meer ging. Maar omdat het moment er was en ik het voelde. Na meer dan twintig jaar in de gymnastiek heb ik bewust besloten mijn actieve carrière als turner te beëindigen. Vanuit kracht. Vanuit dankbaarheid. Vanuit vrede.

Ik was van jongs af aan gedreven. Maar gedreven zijn en gefocust zijn, dat zijn twee verschillende dingen. Het heeft jaren geduurd voor ik dat verschil begreep. Talent maakte het in het begin bijna moeiteloos, en net daardoor miste ik kansen die recht voor mijn neus lagen. Tot ik besepte dat niemand het voor mij ging doen. Dat ik zelf de keuze moest maken om alles te geven, elke dag opnieuw. Die les heeft alles veranderd.

Als je me vraagt wanneer ik voor het eerst wist dat ik klaar was, dan was dat in Kitakyushu. Niet op de wedstrijdvloer. In een hotelkamer. Bijna tienduizend kilometer van thuis, midden in de nacht, om vier uur 's ochtends.

Het was het hoogtepunt van Covid. De weken ervoor had ik getraind met een open wond in mijn hand die eigenlijk gehecht moest worden, maar dat kon niet, de volgende training moest ik weer grip hebben op alles. Elke minuut deed pijn. Het eten was een ramp, want we zaten opgesloten op onze kamers en kregen maaltijden die niets te maken hadden met wat je van Japan zou verwachten. Elke ochtend moest je een Covid-speekseltest doen voor je de deur uit mocht. Positief betekende einde verhaal. Die stress zat er bovenop, elke dag.

De avond voor de wedstrijd had ik een noodgesprek met mijn psycholoog om mijn mentale gereedschap op te frissen. Maar die nacht lag ik daar, alleen, klaarwakker, bijna in tranen. Niet omdat ik bang was voor de wedstrijd. Maar

omdat alles te veel was. De pijn, de vermoeidheid, de eenzaamheid. En toen, om vier uur 's ochtends, nam ik mijn besluit: *dit was de laatste keer. Ik was klaar. Ik zou stoppen na dit WK.*

Het gekke was: dat besluit gaf me rust. De opluchting was zo groot dat ik eindelijk in slaap viel.

Mijn wekker ging. En ik werd wakker als een ander mens. Geladen. Vrij. Niet één gedachte aan stoppen. Ik liep naar die wedstrijdvloer alsof ik er door niets of niemand af te krijgen was, en ik leverde de beste prestatie uit mijn carrière tot dan toe.

Ik heb die nacht nooit vergeten. Niet als een donker moment, maar als een les die ik sindsdien elke dag meeneem: alles gaat voorbij. De pijn, de twijfel, de angst. Als je er doorheen gaat, kom je er sterker uit. Het enige wat je moet doen is niet stoppen voor je er bent.

Ergens rond mijn achttiende voelde ik voor het eerst dat leiderschap mijn roeping was. Niet omdat iemand het me vroeg. Maar omdat ik het zag en het niet kon laten. Ik begon te lezen — over leiderschap, over psychologie, over filosofie, over wat mensen drijft. Meer dan tweehonderd boeken door de jaren heen, van CEO-biografieën tot boeddhisme. Ik probeerde veel, faalde veel, en probeerde opnieuw.

Als kapitein van het Belgisch mannenteam leerde ik dat de rol groter was dan ikzelf. Kapitein zijn is geen ornament. Het is de keuze om er te staan voor je ploegmaats, ook als je zelf bijna breekt. Maar ik ga eerlijk zijn: ik heb de controle over mijn emoties verloren, vaker dan ik wil toegeven. Ik was te hard voor mijn team. Ik was te zacht voor mijn team. Ik heb me ziek gemeld als ik er had moeten staan. Ik heb mezelf niet gehouden aan standaarden die ik van anderen eiste. Ik heb geprobeerd de verantwoordelijkheid af te schudden, meer dan eens, maar iets bleef me terugtrekken.

De grootste les die ik eruit meeneem: je bereikt niets groots alleen. Omring jezelf met mensen die beter zijn dan jij, en maak hen beter.

Het WK in Antwerpen 2023 was de ziel van dit verhaal. Eindelijk konden de mensen die ons altijd van ver volgden het live meemaken. Want internationale competities zijn niet om de hoek. Ze kwamen, en wij gaven alles.

Ik herinner me het moment dat we door de catacomben van het Sportpaleis liepen richting de wedstrijdvloer. Bliksem door mijn aderen. Nul stress, nul twijfel. Ik voelde dat dit een moment was dat zich voor altijd in mijn geheugen zou branden en ik was vastbesloten: all out, geen restjes op de vloer, full gas.

Drieëntwintigduizend zitplaatsen. En ik voelde alsof ze er allemaal voor ons zaten.

Ik haalde een allround finale op een WK in eigen land. En na mijn brugoefening, het moment dat mijn voeten de mat raakten na de afsprong — *dat gevoel*. Je zou je leven kunnen verspillen dat gevoel achterna te gaan. Als ik dat gevoel kon bottelen en verkopen, was ik miljardair. Ik denk niet dat veel atleten ooit zullen weten hoe dat voelt. Parijs 2024 was de bekroning. Beide momenten draag ik voor altijd met me mee en staan voor altijd in de geschiedenisboeken.

Ik ben trots op wat de Belgische gymnastiek geworden is. We staan op de internationale kaart. Dat is geen toeval. Dat is het resultaat van mensen die elke dag in een turnzaal staan en er alles aan doen. De trainers die vroeg opstaan en laat naar huis gaan. De clubverantwoordelijken die de administratie doen zodat de atleten kunnen trainen. De jury's die elke wedstrijd eerlijk en nauwgezet beoordelen. De gymfederatie die de structuur draagt waarop wij allemaal bouwen. De sponsors die geloven in een sport die te weinig op prime time komt. De ouders en vrijwilligers die alles draaiende houden zonder dat er een camera op hen gericht staat.

En mijn familie. Ik was negen jaar jong toen ik ons huis verliet voor de topsportschool. Negen. Een kind met te veel energie en een droom die groter was dan hij kon begrijpen. Mijn ouders lieten me gaan. Ze hebben twintig jaar lang elke keuze gesteund zonder ooit iets terug te vragen. En Ruby, die al die jaren naast me stond, de reizen, de afwezigheid, de stress, en me door alles heen vasthield. En dan Jax, onze zoon, die mij elke dag herinnert aan waarom

het allemaal de moeite waard was. Ik vertrok als kind uit een gezin. Ik kom eruit als vader van mijn eigen gezin.

Ik geloof in waanzinnig ambitieuze dromen en meedogenloos pragmatische uitvoering (af en toe gemixt met chaos en onzin, haha). Dat was hoe ik mijn carrière heb geleefd, en dat is hoe ik verder ga.

Binnenkort start ik een tweede carrière bij Eurogym. De gymnastiek verlaat ik niet. Ik verander van perspectief.

Het mooie is dat dit niet geforceerd was. Het kwam via-via, natuurlijk, zoals het moest. Ik voelde meteen dat de liefde wederzijds was. Bij Eurogym is iedereen gepassioneerd door gymnastiek, iedereen heeft een achtergrond in de sport, welk niveau dan ook, de passie is dezelfde of soms nog groter. De connectie was er onmiddellijk.

Na meer dan twintig jaar in een stoffige, krijtige turnzaal klonk het idee om even een stap terug te zetten als muziek in mijn oren en wetende dat ik via Eurogym juist een sterkere band zou krijgen met turnzalen door het hele land. Niet meer alleen de mannengymnastiek, niet meer alleen de topsport. Mijn schouders onder de hele gymnastiekgemeenschap. Dat voelde juist. Dat voelde als het logische vervolg.

Ik heb altijd geprobeerd de sport beter achter te laten dan ik ze aantrof. Dat gevoel is er, op schaal, door mijn carrière. Maar ik geloof dat de impact door deze tweede carrière nog groter kan zijn. De kennis die ik in twintig jaar heb opgebouwd, geef ik terug aan de sport. De clubs, de zalen, de omgeving waarin atleten groeien: daar wil ik het verschil maken. Niet als buitenstaander, maar als iemand die de turnzaal van binnenuit kent.

De beste jaren van de Belgische gymnastiek moeten nog komen. Dat geloof ik zonder twijfel. En de sleutel ligt bij jullie clubs, jullie zalen, jullie mensen.

Gymnastiek maakt je niet rijk. Er zijn geen grote contracten, geen prime time, geen miljoenen aan het einde van de weg. En toch blijven jullie. Elke dag. Elke training. Elke wedstrijd. Dat zegt veel over wie jullie zijn. Gymnasten kiezen

hun sport niet één keer. Ze kiezen haar elke dag opnieuw, voor niets anders dan de liefde ervoor. Dat maakt ons anders. Dat maakt ons een familie. En zoals iemand groots in de sport ooit tegen me zei: dat maakt ons onsterfelijk.

Jullie weten me te vinden.

Luka,

