



LIEVER DOOD DAN VERLIEZEN

*Ben Zwezerijnen,
een Nederlandse bokslegende*

Boris van der Vorst

PROLOOG

FRAGMENT VAN EEN SAUNAGESPREK

“Boris, met een eindstoot word je geboren. Of je hem in een wedstrijd kunt geven, hangt af van een aantal factoren. Je tegenstander moet komen en jij moet hem op tijd plaatsen. Timing dus. Dat heb je of heb je niet. Johan Crujff was er ook ineens. Zo voetballen, leer je niet. Dat is aanleg.”

Wat kun je wel leren?

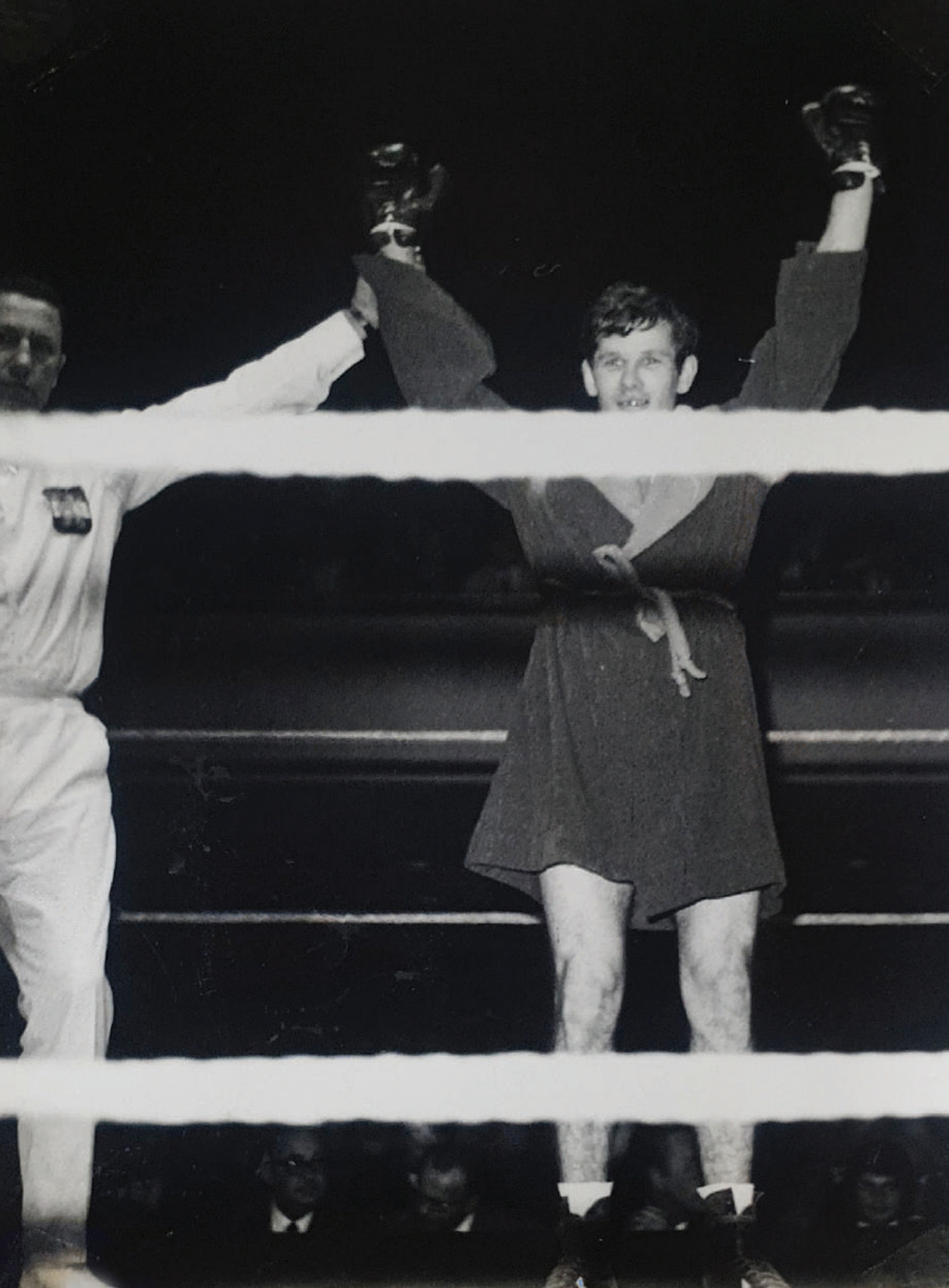
“Vechten voor wat je waard bent. Dat heeft ook te maken met eergevoel. Niet willen verliezen. Dat is er bij mij van jongs af aan in geramd. Door m’n ouwe natuurlijk. Die had een verdwazing en kon niet tegen verliezen. Die heeft mij na mijn laatste amateurpartij gewoon in Brabant laten staan. Ik bokste de finale van de Nederlandse kampioenschappen in Rosmalen tegen Van Schaik. Die verloor ik discutabel. Die ouwe is van pure nijd gewoon in de auto gestapt en naar huis gereden met m’n moeder.”

Hoe ben je dan thuisgekomen?

“Van iemand een lift gekregen. M’n ouwe maakte er niet veel woorden aan vuil. Hij vond dat ik had lopen kneien. Van Schaik had ik het jaar daarvoor in de halve finale nog zwaar knock-out geslagen, maar hij bokste deze keer slimmer. Het was geen pikkenrekker hoor, die Van Schaik, want hij had ook nog van de Nederlands kampioen Schregardus gewonnen.”

Kon je zelf wel tegen je verlies?

“Welnee, man. Ik was daar weken stuk van. Ook als m’n eigen boksers verloren. Dan was ik twee weken later nog steeds in staat om terug te rijden en een teringklap te geven. Zo nijdig was ik daarvan. Ik had er een bloedhekel aan. Da’s toch een afwijking?”



MONUMENT VOOR EEN VERDWIJNENDE BOKSGENERATIE

Vroeger was je bokser en dan was je iemand. In een tijd dat een man was wat zijn daden van hem maakten, stonden boksters ergens voor. Een bokser had discipline en wijze levenslessen, overgehouden aan noeste trainingsarbeid en ervaringen in de ring. Markante persoonlijkheden die niet over zich heen lieten lopen. Niet in de ring, maar ook niet daarbuiten. Dat is Ben ten Voeten uit.

Mijn opa uit Venlo was net zo'n ijzervreter. In zijn jonge jaren had hij gebokst. Aan tafel had hij altijd het hoogste woord en tot op hoge leeftijd deed hij nog steeds fysieke spelletjes. Hij mepte bij elk bezoek mijn hand beurs als we afwisselend op elkaars vlakke hand mochten slaan. Op gepensioneerde leeftijd sloeg hij in Spanje een campinggast knock-out die hem had uitgedaagd voor een potje boksen. Hij heeft mij geïnspireerd om sterk te zijn en aan bokstraining te doen. Eerst in Zeist en later, toen ik ging studeren en werken, in Utrecht en Nieuwegein.

In de regio Utrecht waren de boksscholen De Voltreffer en Verbon destijds toonaangevend. Oppericht door de twee grote boksters die de regio heeft grootgebracht, Ben Zwezerijnen en Joop Verbon. Elk met een eigen vechtstijl. Toevallig ook nog elkaars tegenstander in een roemrucht gevecht om de Nederlandse bokstitel in 1974 in Rotterdam, waarbij de rechtse directe van Ben de linkse hoek van Joop meedogenloos overtroefde. Bij beide boksscholen heb ik een geweldige tijd doorgebracht. In mijn studententijd genoot ik van de uitspraken die Joop Verbon ventileerde tijdens de training. *Het leven is geven en nemen. Halen en brengen.* Dat waren wijsheden die uit de mond van Joop lading hadden. Iedereen in de boksschool wist dat hij zijn werk en trainingsactiviteiten combineerde met de zorg voor zijn doodzieke vrouw. Zijn toewijding aan, en tegelijkertijd relativering van, het leven en boksen dwong respect af. Hij was een man van stavast die na de training onder het genot van een grote sigaar in de kantine bijzondere verhalen vertelde.

Dezelfde uitstraling heeft Ben Zwezerijnen, die nog steeds de motor is van sport-school De Voltreffer. Ik kwam daar in de nadagen van mijn actieve bokseven terecht. De afgelopen jaren heb ik veel tijd met hem doorgebracht. Mooie



gesprekken gevoerd na de training aan de bar, waar hij haarfijne analyses van mensen en bokssituaties gaf. Ik ben in augustus 2017 samen met Ben naar het WK boksen in Duitsland gereden. Gezellig samen Hazes gezongen op de Bundesbahn onderweg naar Hamburg. Eenmaal daar viel me op met hoeveel respect de bondscoach en bokkers, die op het WK waren, mijn reisgenoot benaderden. Op de tribune tijdens de wedstrijden verraste Ben mij met zijn scherpe kennersblik. Het was een memorabele trip.

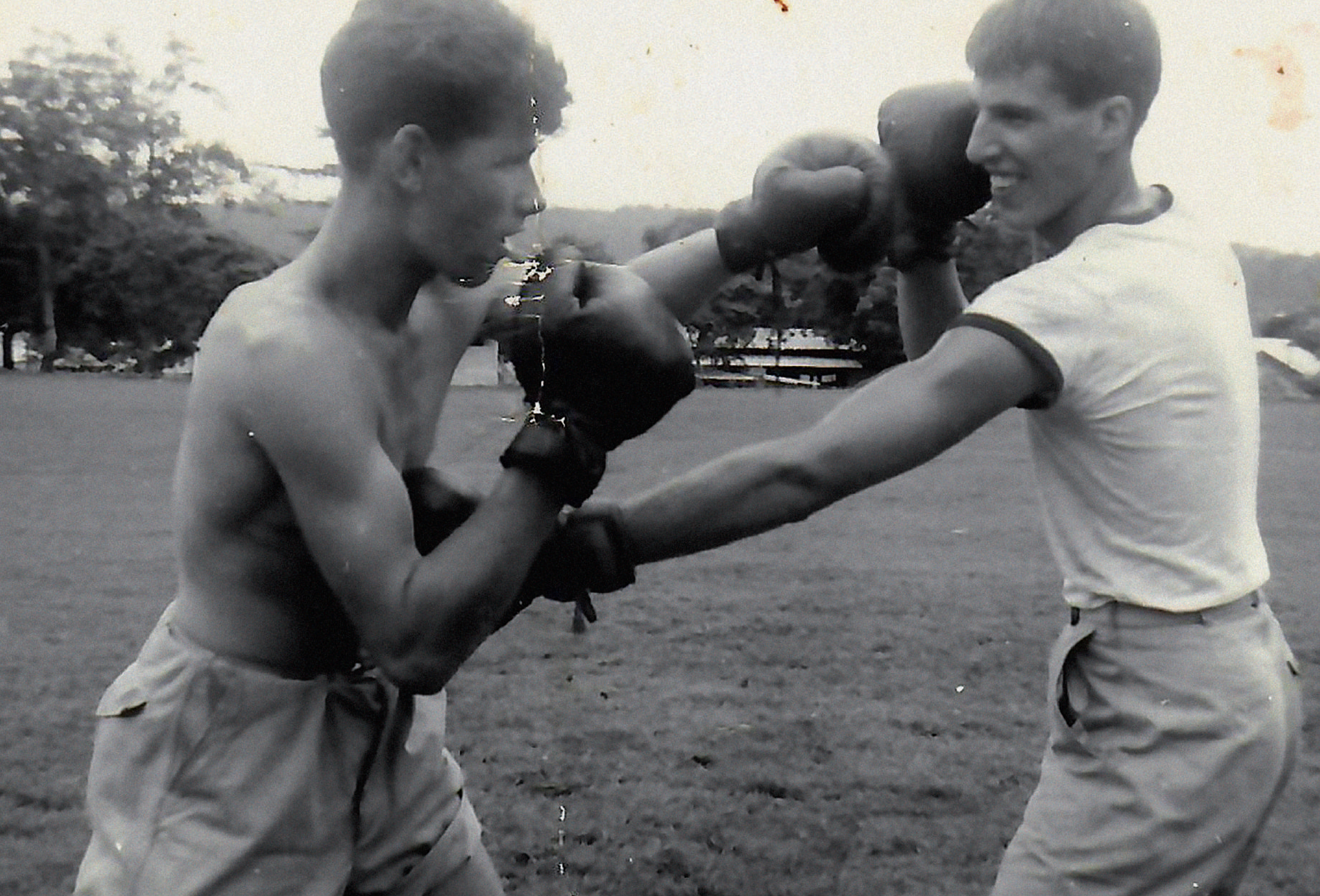
Het kantoor van mijn bedrijf ligt naast de door Ben zelfgebouwde locatie van De Voltreffer, waar hij sinds 2003 permanent verblijft. Tijdens de coronaperiode werd het contact intensiever. Dagelijks spraken we elkaar. De sportschool was leeg, maar aan de bar en in de sauna genoot ik van de mooie anekdotes en bijzondere verhalen. Ze waren niet altijd goed verstaanbaar, want Ben praat soms binnensmonds en met Utrechts accent. Het werd mij wel steeds duidelijker dat Ben een representant is van een oude boksgeneratie die langzaam verdwijnt.

Als Ben op 3 november 2021 tachtig jaar wordt, is hij al zestig jaar actief in de Nederlandse bokssport. In ongekend veel verschillende vormen: amateur- en profbokser, trainer, manager, promotor, organisator, bondstrainer, bondscoach, boksvader en *last but not least*, oprichter van én drijvende kracht achter sportschool De Voltreffer. Een markante persoonlijkheid, type ruwe bolster, blanke pit. Niemand loopt over hem heen. Klein en ingetogen, maar duidelijk in zijn mening. Mensen die Ben niet kan waarderen zijn “gebunkerd” en “nagemaakte pikken-trekkers”. De passie voor het boksen blijft, die neemt hij mee tot zijn laatste adem.

Tijd om met dit boek een toren voor hem op te richten waarin hij kan staan tot in de eeuwigheid. Dat verdient deze monumentale boksheld. Met alle ervaring als bokser, trainer en bondscoach heeft hij voor de huidige en toekomstige generaties nog een aantal wijze lessen over achteruit boksen, een eindstoot die gebracht moet worden, eergevoel en karakter. Hij kan daarbij putten uit een rijk boksleven en kijkt daar met tevredenheid op terug: “M’n verrotte vuist is nooit meer goed gekomme, maar ik ben trots op me eigen en m’n zoons. Ik heb, met boksen-van-niks, alles zelf verdiend.”

Dit is het verhaal van Ben Zwezerijnen. Een Nederlandse bokslgende.

Boris van der Vorst
Nieuwegein, september 2021





INTERMEZZO 1 UTRECHTSE TITANENSTRIJD OM DE NEDERLANDSE TITEL

OPERATIE

Het is eind juni 1974, ruim drie maanden voor het gevecht om de Nederlandse titel in het zwaarwelergewicht. Vandaag wordt Ben geopereerd aan zijn rechterhand. Er zit weer een knobbel bij zijn gewricht tussen het middenhandsbeentje en het vingerkootje. Het resultaat van de harde klappen die hij eerder dit jaar heeft uitgedeeld aan Oscar Ilunga – de Congolese kampioen met z'n stierenkop –, de West-Duitse punchbal Alfred Fries en de Joegoslaaf Branco Barakovic.

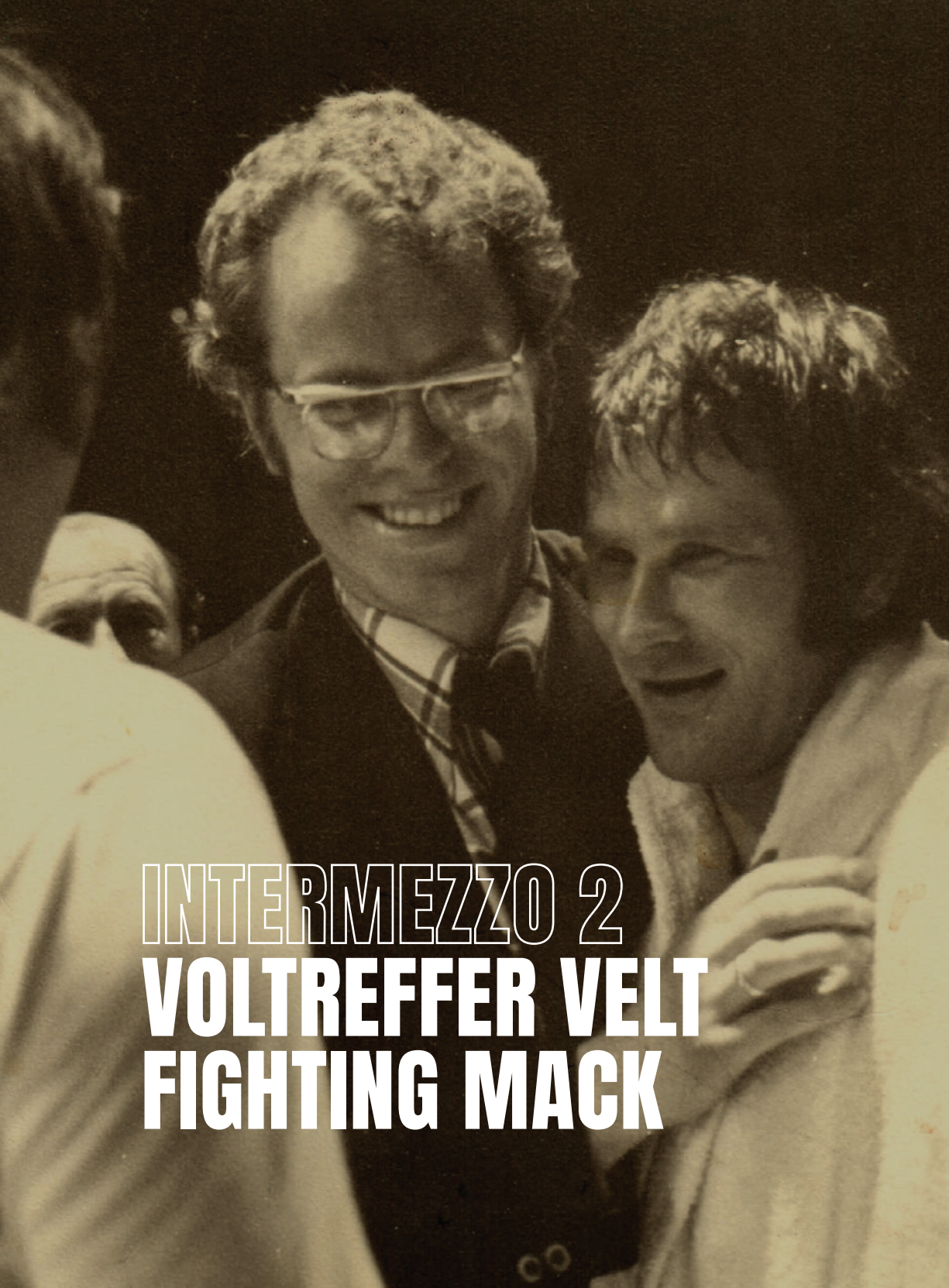
Alle partijen werden gewonnen, maar zijn hand is dik gebleven, door 'sponsvormend weefsel'. In een kliniek aan de Mariaplaats wordt hij door zijn vaste orthopeed Strikwerda voor de zevende keer aan dezelfde hand geholpen. Het woekerend weefsel dat voor de verdikking zorgt, wordt weggehaald. Ben weegt 79 kilo, tien kilo zwaarder dan zijn wedstrijdgewicht. Er moet nog veel gebeuren wil hij eind september wedstrijd-fit zijn.

BEURSBIEDING TITELGEVECHT

Op 20 augustus 1974, zes weken voor de Nederlandse titelstrijd, staat in de kranten een openbare aankondiging voor een beursbieding van de Nederlandse Boksbond. Alle bokspromotors kunnen zich inschrijven voor het gevecht tussen titelhouder Joop Verbon en uitdager Ben Zwezerijnen, dat vóór 10 oktober moet plaatsvinden. De belangrijkste gegadigden zijn de promotors Huizenaar en Ruhling. Ruhling wil de titelstrijd laten plaatsvinden in Sportpaleis Ahoy, waar hij in het najaar samen met de Nederlandse Boksbond en sponsor Heineken een serie van acht boksgala's organiseert. Maar de oude promotor Huizenaar, die ook manager en trainer is van Joop Verbon, overtroeft Ruhling met het hoogste bod en mag de Utrechtse titanenstrijd organiseren. Ben hoopt dat het titelgevecht met zijn streekgenoot op een Utrechtse locatie wordt gehouden. Zijn conditie wordt beter van het hardlopen en in de sportschool werkt hij om de dag twaalf bokszakken af om de inhoud te hebben voor twaalf boksronden.

VOORBESCHOUWING IN DE MEDIA

Twee dagen voor het gevecht. De landelijke en regionale kranten staan vol met voorbeschuivingen over de strijd tussen de twee Utrechtse provinciegenoten, die niet in Utrecht maar in Rotterdam gaat plaatsvinden. De landelijke en regionale dagbladen schrijven veel over het boksen. De media zien Joop Verbon als de favoriet. Joop is even oud als Ben, maar al zeven keer kampioen geweest in verschillende gewichtsklassen. De wereld is ook in de ban van het wereldkampioenschap boksen in Zaïre, waar Muhammad Ali en George Foreman over een maand hun Rumble in



INTERMEZZO 2

VOLTREFFER VELT FIGHTING MACK

DE WEGING

Het is 26 mei 1975. Vanavond is het *fight night*. Maar eerst de weging. Het is een krankzinnig boksritueel. Boksers hongeren zich uit en zweten de ponden eraf om op gewicht te zijn voor een gevecht. Volgens de regels moet je op gewicht zijn om voor de kampioensgordel te vechten. Je mag nog geen kwart onsje zwaarder zijn dan de afgesproken 69,8 kilogram. Maar, is een gordel belangrijk voor je, dan zorg je dat je afvalt. Hoe zwaar ook. Wie het gevecht accepteert, moet het gewicht halen. Vijf kilo is Ben kwijtgeraakt de afgelopen drie weken. Kilo's die hij in de hoog opgestookte sauna in Jutphaas heeft uitgezweet, op een hometrainer, gehuld in een trainingspak met vuilniszak eromheen. Ben oogt droog en sterk bij de weging. Edwin Alberto, die bokst onder de naam *Fighting Mack*, oogt atletischer en gespieerder, maar weegt ruim een kilo te veel en moet in de komende uren nog wat afvallen.

'S MIDDAGS

Nog 9 uur voor het gevecht in Amsterdam begint. Ben heeft zich in zijn vertrouwde Voltreffer teruggetrokken en zit aan de bar, omringd door zijn vertrouwelingen. Zijn moeder schenkt een kop hete thee in. Er spoken allerlei gedachten door zijn hoofd. Na de partij tegen regiorivaal Joop Verbon is hij lang inactief geweest. En is *Fighting Mack* geen maatje te groot? Manager Ruhling heeft maandenlang gezocht naar een passend vervolg op de thriller in Lommerrijk in Rotterdam. Internationale tegenstanders vielen af. De animo wordt dan wat minder. Ben heeft de afgelopen tijd zijn energie gestoken in de sportschool en in zijn werk in het Utrechtse nachtleven. Boksen en trainen zijn bijzaak geworden. Zijn Nederlandse titel moest de afgelopen acht maanden ook gevierd worden. Je vechtersmentaliteit wordt minder door te genieten van het leven. Maanden gaan voorbij, zonder dat je vecht. Nu staat hij aan de vooravond van een titelverdediging tegen oud-Europees kampioen *Fighting Mack*, de gedoodverfde favoriet die ook uit de stal van manager Ruhling komt. Trainer Wim Snoek praat aan de bar nog op Ben in om hem wat meer zelfvertrouwen te geven.

VOOR DE WEDSTRIJD

Nog 2 uur tot het gevecht, bij Ben worden de zwachtels omgedaan. Naast hem zit clubgenoot Adrie Huussen, die zijn profdebuut maakt. Ben pept de nerveuze Adrie wat op. Even later breekt in de kleedkamer van de Jaap Edenthal ook Ben het angstzweet uit. Waar is hij aan begonnen? Hij wil niet voor schut staan. Hij beschouwt zichzelf als een modale bokser, ook na zijn Nederlandse titel. Het zal niet eenvoudig zijn om tegen Mack een succesvol strijdplan te maken. Op grote gala's heeft hij altijd

**MA
26
MEI**

EDENHAL

Bij AJAX-STADION ingang Jaap Edenbaan
Radioweg 64 - 20.00 UUR - (zaal open 19 uur)

RUIME PARKEERPLAATS

**KAMPIOENSCHAP
VAN NEDERLAND**

ZWAARWELTERGEWICHT

12 rondes

BENNIE *kampioen*
ZWEEZERIJNEN
FIGHTING MACK
witdager

Hennie Thoonen - 6 rondes
Holland

Adri Huussen - 6 rondes
Holland (profdebuut)



Guus Bleus - 6 rondes
Holland (profdebuut)

Village Kid
Curacao

EN AMATEUR-PARTIJEN

in de schaduw gestaan van de Antilliaanse zwaarwelter, die in 1968, al op jonge leeftijd, in Italië Europees profkampioen werd door met een machtige klap de kaak van zijn tegenstander Bossi te breken. Daarna kent de carrière van Fighting Mack een grillig karakter. Hij trouwt, bokst vrijwel ongetraind een paar grote wedstrijden en verdwijnt dan een paar jaar min of meer uit beeld. In 1973 maakt hij in Nederland overtuigend zijn comeback met een boksshow tegen de sterke Fransman Cola. Een lange zegereeks volgt. Mack bokst in 1973 alleen onbeslist tegen de regerend Europees kampioen José Duran. *Mack is back* en heel Europa zal dat binnenkort weten. De kranten jubelen over 'de Nederlandse Ali'.

PROMOTOR RUHLING OP DE EERSTE RIJ

Nog 15 minuten voor het gevecht begint. De Edenhal zit stampvol. Op een strategische plek vooraan zit boksmanager Henk Ruhling. Bijna alle Nederlandse bokscampioenen vallen onder zijn beheer, maar de 28-jarige Mack is zijn internationale troef. Als Mack wint, ligt de aanvraag voor een Europees titelgevecht tegen Duran al klaar. Ruhling vindt Ben geen bijzondere bokser, maar hij waarschuwt Mack vooraf wel voor de levensgevaarlijke pit van de titelverdediger. De Antilliaan leeft helemaal van het boksen. Ben heeft De Voltreffer nog achter de hand. Vooraf is er in de kranten nog gespeculeerd dat hij Mack voor een paar centen een handje moet helpen door te verliezen, maar dat ligt niet in de aard van Ben. Dat is antireclame voor zijn geliefde bokssport en zonde van zijn opofferingen om gewicht te verliezen. Ruhling maakt zich op de eerste rij vooral zorgen over de uitbundige supporters van Mack. Die gaan straks natuurlijk massaal de ring bestormen als hun man gewonnen heeft. Een overwinning van Ben komt niet in hem op.

NAAR DE RING

Het uur U is gekomen. De deur van de kleedkamer gaat open en Ben loopt de zaal in. De Edenhal zit vol Antilliaanse toeschouwers, die met vertrouwen uitkijken naar het hoofdgevecht. Tussen de tweeduizend aanwezigen zitten ook de nodige Utrechtse supporters van Ben, maar die zijn in de minderheid. Ben wordt onderweg naar de ring uitgescholden door de supporters van Mack, die openlijk speculeren dat 'boerenkool met worst' niet lang overeind zal blijven. Eén man maakt het zo bont rondom de ring dat hij, wapperend met briefjes van honderd en duizend, luid schreeuwend aanbiedt dat hij iedereen die honderd gulden inzet op winst van Ben 1.000 gulden uitkeert. Er zijn niet veel mensen die de weddenschap durven aan te nemen. Het zet de toon voor een bijzondere avond. Alleen de uitbater van de Utrechtse kroeg De Witte Raaf neemt de uitdaging aan.

EERSTE RONDE

Helpers weg, eerste ronde. Ben ziet er fysiek imposant uit. Zoals verwacht, bokst Fighting Mack direct met een enorme souplesse. Met een flair en overmoed, die Muhammad Ali in zijn beste dagen niet zou hebben misstaan, bokst hij uitdagend, nonchalant bijna, de handjes losjes langs het lichaam, soepel als een kat en beweegt hij zich constant links en rechts voor Ben. Die uitdagende houding is niet zonder risico. Maar dat gaat hij nu eenmaal niet uit de weg. In de boksring is niets zonder risico. Niets is Mack te gek. Van gevaarlijke poses zonder dekking in de hoek, tot de beroemde Ali-shuffle, waarop hij veel traint. Mack is nog steeds de showman.

Ben is de realist die nederig weet dat hij de eerste ronden goed door moet komen. Dan loopt het wellicht goed af, want hij is nog weinig op zijn kont gegaan. Halverwege de eerste ronde struikelt hij. Door het afvallen staat hij minder stevig op zijn benen. Hij is prof, maar boksen is vanavond meer dan werk. Het is oorlog nu tegen de ontketende en overmoedige Mack met z'n lange armen en hoge tempo. Elke dag is lang, maar een ronde van drie minuten duurt tijdens een bokswedstrijd soms nog langer. Ben moet overleven en tot het gaatje gaan om de kampioensbelt in Jutphaas te houden. De strategie blijft hetzelfde, raken en niet geraakt worden. Het publiek leeft intens mee.

TWEDE RONDE

De bokscampioenen nemen pauze. Mack blijft ongeduldig staan. Ben zit op een houten krukje en leunt met zijn armen over de ringtouwen alsof hij er al tien ronden op heeft zitten. De bel. In het begin van de tweede ronde beheerst Mack het gevecht volledig, danst als een veertje om zijn tegenstander en lijkt moeiteloos op de overwinning af te stevenen. Dan herpakt Ben zich halverwege de ronde en Mack loopt voor het eerst op een linkse hoek. Daar reageert de Antilliaan furieus op en Ben gaat kort voor het einde van de ronde zelfs acht tellen neer op een rechtse. De Edenhal staat op z'n kop. De supporters van Mack ruiken bloed. Toch heeft Ben in deze ronde een waarschuwing uitgedeeld, die door Mack misschien niet op juiste waarde wordt geschat.

DERDE RONDE

Je hele leven, je hele geschiedenis, je hele carrière kan met één stoot veranderen. Een kampioen bewijst dat het onmogelijke mogelijk is. Om een geweldige bokser te zijn, is een winnaarsmentaliteit nodig. Die heeft Ben, want alleen de mensen die dat kunnen activeren, blijven kampioen. De specialiteit van het huis, de meedogenloze rechtse directe, krijgt in de derde ronde tegen Fighting Mack een nieuwe dimensie.

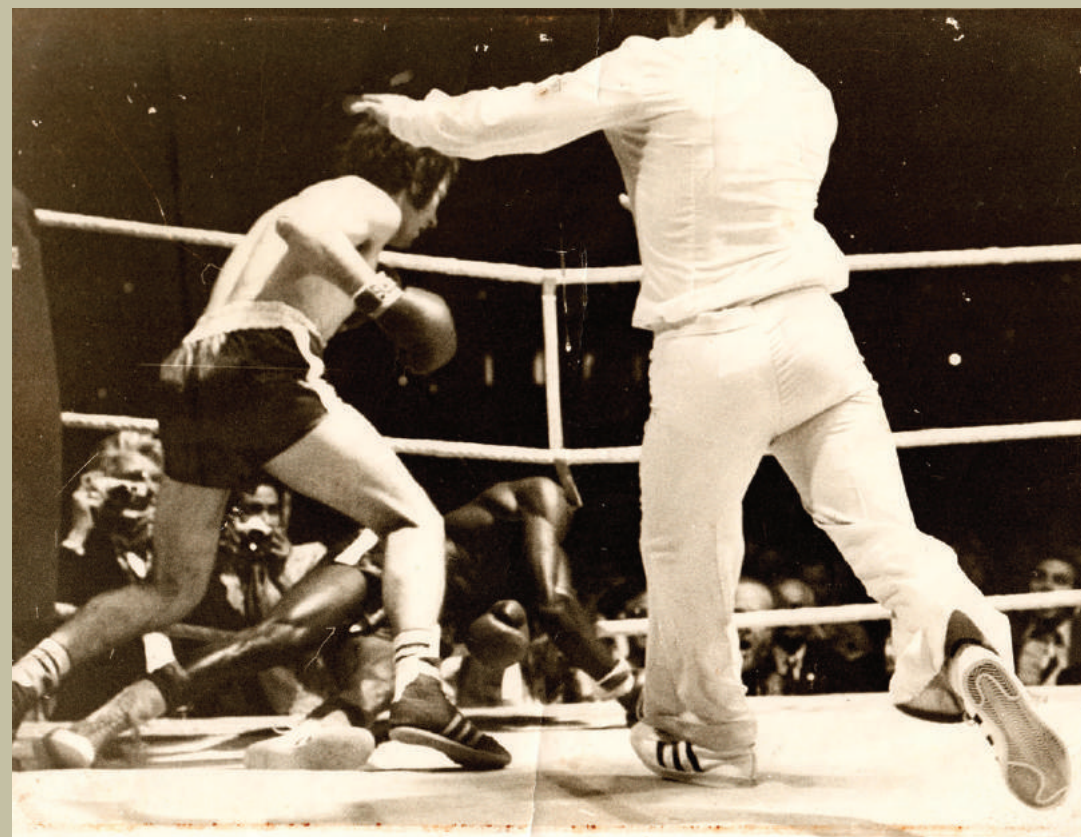
Mack is in de tweede ronde al gewaarschuwd. Hij heeft een voorproefje gehad, maar houdt in deze ronde toch te weinig rekening met de rechtse van Ben, die het gevecht overneemt. Terwijl Mack na een linkse op zijn lichaam wil slippen uit de hoek, treft Ben hem twee keer vol met rechts op de kaak. De eerste brengt hem uit zijn evenwicht, de tweede geeft de doorslag. Fighting Mack valt voorover op het canvas en blijft roerloos op zijn buik liggen.

NA AFLOOP

Het duurt even, voordat het tot de tweeduizend toeschouwers in de Edenthal doordringt dat ex-Europees kampioen Fighting Mack uitgeteld op de grond ligt. De verwoestende rechtse directe van Ben heeft zijn werk grondig gedaan. Een sensationele wending. De chaos is compleet. Te midden van het Utrechtse feest ligt Mack minutenlang bewusteloos op de grond. De laatste rechtse directe van Ben is zuiver en hard op de kin geweest. Mack heeft in zijn hele leven nog nooit zo'n harde stoot te verwerken gehad.

Het contrast kan niet groter zijn. Terwijl verzorger Wim Faber en manager Henk Ruhling met sponzen, water en handdoeken proberen om Fighting Mack weer bij zijn positieven te brengen, stormen uitgelaten supporters van Ben de ring in. Euforisch. Ben kan het zelf nog niet geloven en zit nog wat verwonderd op de schouders van zijn trouwe fans die de overwinning vieren van hun Utrechtse held. De ouwe Toon staat aan de rand van de ring. Zijn zoon, Ben Zwezerijnen, heeft het geflikt. Weer een knock-out overwinning op een sterke tegenstander, een voormalig Europees kampioen nota bene. Eentje voor in het collectieve boksgeheugen.





IN NOMINE PATRIS ET FILII ET SPIRITUS SANCTI. AMEN

De Voltreffer is verouderd en niet met de tijd meegegaan. Vroeger liepen we voorop met jeugdboksen, bootcamp-trainingen in het bos en de sauna. Ben was altijd ondernemend en pakte alles aan. Hij zou het nu meer over moeten laten aan de nieuwe generatie. — Riet

De mooiste trainingszaal van Nederland en binnenkort veertig jaar bokstempel als blauwdruk. — Algemeen Dagblad, 23-10-2006

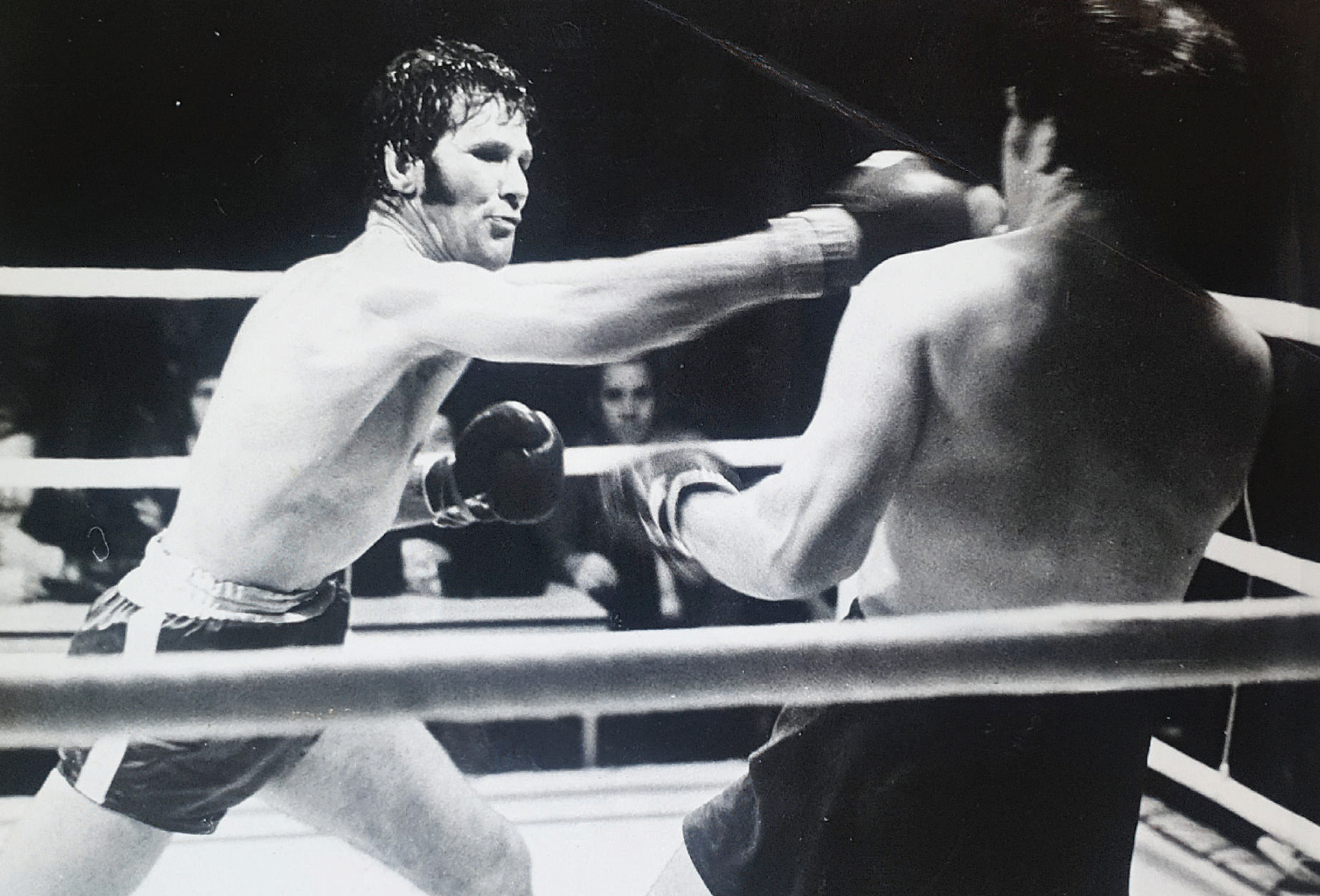
“De trainingszaal is nog hetzelfde als toen ik hem bouwde met de donkerbruin houten vloer. De boksring staat centraal. Sommige leden hebben wel eens gezegd dat ik die eruit moet donderstralen omdat zo’n ring tegenwoordig geen euro oplevert. Ik snap ook wel dat er een koerswijziging moet komen en het bij ons commerciëler kan. Er is alleen één ding waartegen mijn verstand het altijd afgelegd heeft. Het is mijn bezetenheid voor de bokssport die alle wenselijke veranderingen blokkeert.

De Voltreffer is nu leeg door die corona. Er is verder geen klote te doen. Ik ben ervan overtuigd dat de bokssport niet dood is. In deze bokstempel van De Voltreffer ben ik op dit moment alleen een priester in een goddeloze tijd. Dat staat toch ook in de Bijbel? Zeven vette jaren worden gevolgd door zeven magere. Buiten trainen op een parkeerplaats vind ik niks. Dat is armoedig. De leden hoeven geen euro contributie te betalen. Ik probeer mezelf fit te houden met wandelen en trainen met gewichten. Dat laatste heb ik vroeger nooit gedaan, want in mijn ogen werd je van ijzer niets wijzer. Ik heb altijd wel veel trainingszalen gedweild en in de bouw gewerkt. Dat was functioneel trainen. Schaduwboksen ook, maar dat kan ik nu niet meer vanwege mijn schouders. Als ik overdag niets te doen heb, kijk ik sport op tv. Het is een rare wereld.

Alles wat ik doe, doe ik bewust. Je hebt mensen nodig, anders kom je er niet. Toen de sportschool populair werd, moest ik het uitbuiten. We hebben jarenlang alles aangepakt. De sportschool zat altijd vol. Er kwamen overdag zelfs kaartende bejaarden in De Voltreffer als er even geen training was. D’r zijn er zat die lopen mooi weer te spelen, maar hebben nooit wat gedaan.

Ik heb drie Nederlands profkampioenen met knock-out verslagen. Wie heeft dat nog meer gedaan? Ik ben altijd trots op m’n eigen. Het is echt zo. Ik heb met boksen van niks, alles zelf verdiend. Niet gestolen en geroofd. Nooit iemand bedonderd. Daarvoor werk ik nog steeds hard. Een mooi leven is anders, maar wel genoeg om trots op te wezen. Ik heb nergens spijt van. Dat is achterafgelul. Als ik het over moest doen, dan deed ik het weer hetzelfde.”

[Zingend op de melodie van ‘Adios amor’ van Corry Konings, BvdV] “Maar ja, het leven gaat door. En je moet het toch zelf doen. Tot stof zult gij wederkeren, je komt alleen en gaat alleen. In nomine Patris et Filii et Spiritus Sancti. Amen.”





VERROTTE VUIST

Er is niet veel meer van over. Die rechtse heb ik stukgeslagen bij het boksen. Gebroken ook. Dat is nooit meer goed gekomme. Die hand heb een vermogen gekost. Twee en een halve ton aan operaties. Ik ben er acht keer aan geopereerd. Door die paardenslager van een Strikwerda. Eigen schuld. Ik trainde zelden met zwachtels. Als je te hard slaat voor je vezels, dan gaat je bindweefsel scheuren en komt er vocht tussen. En als er weer eens iets gebroken was, verwaarloosde ik het genezingsproces. Mijn pink staat haaks op mijn hand en mijn ring- en middelvinger heb ik na het boksen nooit meer kennen strekken. Tis alleen lastig als je iemand een hand moet geven. Krijgen ze zo'n slap pootje van me. Een kerel in de kroeg vroeg of ik polio had. Krijg jij de tering maar, zei ik.

— Ben Zwezerijnen, juni 2020

