

Ik zat vast in mijn eigen hoofd. Ik durfde dingen niet'

Wandelen Evelien Buynsters (31) was altijd bang voor de buitenwereld. Die angst heeft ze overwonnen. Nu wandelt ze door Nederland en belt bij vreemden aan voor een slaapplek. „Ik heb moeten vechten om te willen leven.”

Anouk Kragtwijk

7 februari 2020

Leestijd 5 minuten

Buikpijn krijgen van het onbekende en dan toch elke dag bij totale vreemden aankloppen en daar in een vreemd bed in slaap vallen. Fotograaf Evelien Buynsters (31) maakt het zichzelf niet makkelijk. Ze sliep afgelopen jaar bij zeventig onbekenden. Met blauwe balpen staat in haar reisverslag: 'Overnacht bij: een ex van mijn moeder, iemand die het ventilatiesysteem voor huizen heeft bedacht, fotografen, schrijvers, boeren, iemand die vierduizend kilometer naar de Noordkaap heeft gefietst, drukke gezinnen, mensen herstellend van psychische problemen, uitvaartverzorgers, een gymleraar, een familie met Indiase schoonouders op bezoek'.

Logeerplekken vond ze via Facebook, LinkedIn en haar website Evelien op Weg nadat ze daarop had verteld dat ze een rondje rond Nederland wilde wandelen. Uiteindelijk liep ze 1.460 kilometer: van Pieterburen naar Maastricht. Van Maastricht naar Roermond. Van Roermond naar Sluis (Zeeland) en langs de kust van Nederland weer naar Pieterburen. Op een maandagmiddag in de Waterleidingduinen praat Buynsters over haar wandeltocht. Ze draagt een donkerblauwe spijkerbroek, gekregen op een logeeradres in Bennebroek. „Net nadat ik haar zelfgebakken appeltaart ophad, stond ze op, liep naar de kast en zei ze: pas je deze broek? Neem maar mee.” Een van de vele cadeaus die ze onderweg kreeg. Onder haar broek draagt ze haar vertrouwde rode wandelschoenen die nog vol modder zitten. Daarboven een dikke jas en zelfgebreide roze sjaal, waar ze in wegekruipt.

OVER EVELIEN BUYNSTERS

Evelien Buynsters (1988, Breda) studeerde Sociaal Pedagogische Hulpverlening en werkte in verschillende banen als begeleider.

Meer

Ze vertelt hoe het rondje Nederland haar heeft geholpen om haar negatieve overtuigingen te veranderen. Ze kampte jarenlang met gedachtes als: je kan eigenlijk niets, mensen zien je niet, mensen vinden je niet aardig.

Ze wacht even en glimlacht. „Ik wil niet overkomen als iemand die zielig is. Maar ik wil wel vertellen hoe ik die knop om heb gezet. Als ik nu negatieve gedachtes heb, denk ik 'ga maar slapen Evelien, de wereld ziet er morgen weer heel anders uit'. Ik heb mezelf aangeleerd om zo te denken. Ik heb moeten vechten om te willen leven.”

Ze twijfelt wat ze over die laatste zin nog kwijt wil. „Willen leven was voor mij eigenlijk geen vanzelfsprekendheid. Ik vond contact maken met mensen ingewikkeld. Op mijn negende ben ik verhuisd en van school veranderd. Mijn moeder zegt dat ik een jaar lang heb gehuild, lopend van en naar school. Ik werd ook wel gepest. Op de middelbare school werd ik achternagezeten, of ze tuften op mijn tas. De gedachte dat ik niet gezien werd, maakte me zo ongelukkig. Ik dacht als tiener na over dood willen gaan, ik zag geen uitweg uit al die negatieve gevoelens die in mij zaten.”

Op een dag schreef ze haar verhaal op een briefje en legde dat in het postvak van de vertrouwenspersoon. „Ze kwam me direct uit de klas halen en zei: ga jij dit aan je ouders vertellen of ga ik het doen?”

De vertrouwenspersoon liet haar moeder naar school komen. Haar ouders schrokken. Natuurlijk. „Mijn vader is geen enorme prater. Maar ik weet nog dat hij thuiskwam in die periode en vertelde dat hij de auto langs de kant moest zetten omdat hij ‘Endlessly’ van Muse op de radio hoorde waardoor hij zo hard moest huilen. Hij zette daarna het lied op. Het was zo mooi dat hij zei: ik hou endlessly van jou. Dat je gezien wordt.”

Een paar jaar later overleed haar oma. „Ik realiseerde me dat ik haar niet echt had gekend. Dat wilde ik niet bij mijn andere oma en ging daarom daarna twee keer per week bij haar op bezoek. Het viel me op dat ze steeds angstiger werd. Ze durfde niet meer naar buiten. Ik deed een deel van haar boodschappen. En ze had een huis propvol spullen die ze niet weggooide. Libelles uit 1964 bijvoorbeeld. En overal lapjes van oude stoffen.”

Maar haar oma was ook een spiegel. „Ik dacht: ik ben ook al zo, bang voor de buitenwereld. Ik zat ook vast in mijn eigen hoofd. Ik durfde dingen niet. Al heel lang wilde ik op wereldreis, of op dansles, maar ik dacht dat ik het niet zou kunnen. Breda was mijn veilige haven, ik wilde daar niet weg. Mijn vriend wilde met mij gaan samenwonen in Leiden en ik heb daar echt hysterisch om gehuild.

Op de eerste dag sliep ik in een caravan. Ik had enkel nog een krentenbol

Evelien Buynsters

„Maar door oma realiseerde ik me: ik wil zo niet blijven leven. Ik wil me niet ellendig voelen. Dit is geen kwaliteit van leven. Ik ben meegegaan naar Leiden. Met heel veel buikpijn, maar ik dacht: daar kent niemand me, daar kan ik een andere variant van mezelf zijn. Iemand met meer zelfvertrouwen.”

Een ding hielp haar daarbij: „Als ik nieuwe dingen wilde ondernemen vroeg ik mezelf af: ga ik hier dood aan? Dat is een extreme vraag, maar ik moest hem wel stellen, want anders bleef ik gewoon thuiszitten. En als het antwoord dan nee was, wat altijd zo was, dan kwam ik in actie.”

Ze bleef zichzelf uitdagen. In 2014 zag ze op Facebook een bericht over een wandelreis naar Schotland. Het kriebelde. „Wandelen past bij mijn lichaam. Ik ben traag van mezelf, maar hou wel van bewegen.”

In Schotland werd ze heftig geconfronteerd met haar gedachtes. Halverwege de week moest ze een snelstromende rivier oversteken via stapstenen. „Bij een steen moest je een heel klein hupje maken. Ik dacht alleen maar: ik kan dit niet, ik kan dit niet. En dan heb je ook nog achttien kilo op je rug. Misschien heb ik daar wel een half uur gestaan. Huilen, huilen, want in mijn beleving was iedereen al doorgelopen; zie je wel, mensen zien me niet. Uiteindelijk heb ik de stap gezet. Aan de oever zag ik een uitgestoken hand. Van de gids. Ik had hem niet eens gezien. Vervolgens moest ik nog harder huilen. Ik dacht: o nee, wat ik dacht klopt ook nog eens niet.”

Het was een keerpunt in haar leven. Ze realiseerde zich: mensen wachten ook op haar. Evelien Buynsters besloot vaker te gaan wandelen, door Nederland. In de herfstvakantie van 2016 liep ze van Breda naar Leiden. „Ik had het plan niet echt doorgedacht, ik wilde lopen en vroeg mensen of ze een slaapplek hadden. Op de eerste dag sliep ik in een caravan. Ik had enkel nog een krentenbol, die ik voor de volgende ochtend bewaarde. Het dorp was zes kilometer verderop. Ik heb rijst proberen te koken in een waterkoker, maar dat gaat natuurlijk niet.

„Die dag daarna kreeg ik echt verschrikkelijke blaren. 's Avonds was ik moe, chagrijnig en ik had honger. Ik sliep gelukkig bij vrienden van vrienden, al kende ik hen niet. Maar toen ik bij het logeeraadres aankwam, kreeg ik meteen de vraag van die jongen: zal ik je blaren even behandelen? Ik mocht in een heet bad liggen. Vervolgens was er warm eten. Uiteindelijk zei die jongen voordat ik ging slapen: zal ik je benen masseren? Ik ben sportmasseur.”

Na die tocht en het rondje Nederland weet ze zeker: de meeste mensen zijn ontzettend lief. „Ik kreeg bijna elke dag een koekje bij de thee, een avondmaaltijd, een douche, een ontbijt en vaak ook nog een lunchpakketje.” Het onbekende kan ze nog eng vinden, aankloppen bij vreemden niet.

Het mooiste aan de wandeltocht zijn de gesprekken. „Ik snap nu steeds meer dat ik geen moeite heb met contact maken, maar dat ik niet tegen oppervlakkig contact kan. Ik herinner me een prachtig gesprek met een christelijke vrouw over geloof. We kwamen erachter dat we precies hetzelfde dachten, alleen waar zij god zei, zei ik 'ik'. Ze wilde me haar eerste jongerenbijbel meegeven, gewoon als aandenken.”

Komend jaar gaat ze weer wandelen, van Bergen aan Zee naar Enschede. Van haar liefde voor wandelen en nieuwsgierigheid naar mensen heeft ze inmiddels haar werk gemaakt. Ze loopt als wandelcoach/fotograaf met mensen door de duinen, praat met hen over de grote en kleine dingen van het leven, maakt met haar camera een portret en geeft een tekst mee met ook de inzichten van zo'n sessie. „Sommige mensen staan op een kruising en willen een keuze maken. Die hebben rust en ruimte nodig. Dat is wat wandelen mij elke keer brengt. Ik ben niet bang voor beladen onderwerpen. Juist omdat ik ze herken, kan ik mensen helpen. Ik had afgelopen zondag een mooie opdracht van een vader en een dochter. Deze man gaat binnenkort dood. Dan wandel je samen en bespreek je hoe dat voelt. Het is waardevol die diepgang op te zoeken. En om hem mooi op de foto te zetten.”