

Tranen van geluk bij Camino Anders Bekeken

Het uitgangspunt van Stichting Anders Bekeken is dat buddy's en slechtzienden gelijkwaardig samen op camino gaan. En dat maken ze waar, constateren deelnemers na afloop.

Sinds 2015 organiseert de Stichting Anders Bekeken camino's met zes wandelaars met een visuele beperking en zes goed ziende buddy's. In Jacobsstaf 143 vertelden twee van hen over de voorbereidingen voor hun tocht. Na afloop van hun camino spraken we opnieuw met (buddy) Marion Sanders en Nelly de Leeuw van Weenen en ook met Truus Cohen.

SLUIPMOORDENAAR

'Het was een bijzondere onderneming waar ik wel met spanning naar uitkeek', vertelt Truus. 'Mijn visuele beperking houdt verband met mijn PXE, een progressieve erfelijke aandoening waarbij de elastinevezels in het bindweefsel verkalken. In je ogen leidt dat tot macula-degeneratie. In het bewegingsapparaat leidt het tot stugge gewrichtsbekleding en pijn. Van binnen ben ik twee keer zo oud als van buiten. PXE is heel zeldzaam en er is geen medicijn tegen. In Nederland zijn er maar ongeveer vierhonderd mensen die dit hebben, maar het is een sluipmoordenaar. Mijn intentie voor deze camino was daarom ook om die sluipmoordenaar een gezicht te geven. Tijdens de familiedag ben ik in tranen uitgebarsten. Dat had ik niet voelen aankomen. Hoe zou mijn lijf

het houden, met lopen, met een rugzak? Ik had gevoeld hoe pijnlijk het kon worden.'

DROOG BROOD EN LINZENSOEP

Eenmaal op weg maakte de spanning plaats voor saamhorigheid en zorg voor elkaar. 'Ik heb heel mooie gesprekken gehad met buddy's en genoten van de omgeving, van in het moment zijn. En van het pelgrimeren; zoals we twee weken hebben geleefd. Elke dag nam ik bij de koffie iets lekkers, want je wist nooit wat de volgende gelegenheid zou zijn om iets te eten. Vrienden die dachten dat ik twee weken aan droog brood en linzensoep moest, moest ik teleurstellen. We hebben elke dag

Helemaal in het hier en het nu



Vertrek in het donker

heerlijk gegeten met een wijntje erbij! Maar vooral het ritme – een beperkt leven op je rug meedragen, van slaapplek naar slaapplek lopen, goede gesprekken onderweg – maakte het zo mooi.’ ‘De dag begon altijd om acht uur’, vertelt Nelly, ‘dan stonden we klaar met rugzak en las Sofie (buddy en medeorganisator) de koppels voor – die waren elke dag anders. Ze gaf ook in grove lijnen wat routeaanwijzingen: de volgende herberg, iets over de horeca onderweg en of er nog een steile beklimming in zat. Niet hoeveel kilometer we voor de boeg hadden, dat hoefde ook niet, we liepen gewoon en dat was heerlijk. Omdat je elke dag met een andere buddy loopt, spreek je voor vertrek samen even door wat je van elkaar nodig hebt en daarna ga je op pad. Eerst ontbijten of meteen op pad en ergens onderweg ontbijten.’

IN HET HIER EN NU

‘Het was een bijzondere reis die me veel heeft gebracht, mentaal en fysiek,’ vertelt Marion. ‘De verbondenheid maar ook in het hier en nu zijn. Het maakte me niet uit waar we heen gingen, ik liep gewoon. Helemaal in het hier en nu. Thuis kan ik dat niet zo goed.’

Vooraf verwachtte Marion ook zware momenten, maar dat viel mee. ‘Ik heb wel heel veel gehuild, niet omdat ik het zwaar of moeilijk had, maar doordat ik overweldigd werd door wat ik om me heen voelde. En waarschijnlijk ook omdat ik de vrijheid voelde om het maar te laten gaan.’ Ook Nelly voelde zich veilig en vrij. ‘Omdat ik niet “echt blind” ben – door een kleine koker zie ik nog

wel wát – val ik vaak overal een beetje tussenin. Met deze tocht viel dat weg. Toen ik in de enorme herberg in Villafranca del Bierzo even mijn oriëntatie kwijt was, hoorde ik naast me “volgens mij ben je het kwijt”. En dat is zo mooi: er wordt op je gelet, er wordt zo goed voor je gezorgd.’

‘TOCH EEN MOOIE DAG’

Zware momenten waren er toch ook. Truus beleefde die vooral bij het klimmen. ‘Dan hebben mijn kuitspieren extra bloed nodig maar mijn bloedvaten kunnen dat niet snel genoeg aanvoeren. En dat doet pijn. Etalagebenen. Aan de ene kant had ik dat verwacht, aan de andere kant voelde het als een klap in mijn gezicht. Daar heb ik tranen om gelaten maar ook gedacht “oké, dit is het, waar een wil is, is een weg”. Dus dan verzon ik een smoesje om even te pauzeren – even dit bijzondere bloemetje bekijken.’

Nelly beleefde een moeilijk moment bij aankomst in de herberg in O Cebreiro: ‘Een soort error in mijn hoofd. Een slaapzaal met zeventig bedden, overal rugzakken en kleding die te drogen hing, heel veel lawaai en dan de vraag: wil je dit bed of dat bed? Heel lief bedoeld, want ze probeerden bedden te ruilen zodat wij dichterbij onze buddy’s konden slapen. Maar op zo’n moment raak ik overprikeld. Zet me even op een stoel, geef me wat te eten en te drinken, dan gaat het wel weer. Dus toen ze dat deden, was het ook snel over.’ Ook zwaar was de afdaling vanuit O Cebreiro, waar de groep werd belaagd door restanten van storm Kirk: ‘we moesten elkaar vasthouden om niet weg te waaien,

*Een soort error in
mijn hoofd*





Verbonden door een beugeltje



Samen hindernissen nemen

paden waren veranderd in modderstromen, iedereen probeerde natuurlijk zijn schoenen droog te houden, maar binnen tien minuten voelde je het water tussen de tenen omhoogkomen. We regenden tot op onze onderbroek nat. Achteraf bleek dat veel anderen die dag niet hebben gelopen.' Truus: 'en toch voelde het als een mooie dag. We hebben het toch maar geflikt!' En Nelly: 'wij kwamen die dag als laatste aan en het was meteen: kom maar hier met je rugzak, kranten in de schoenen, ons bedje was al opgemaakt. Zo fijn!'

MAGISCH

'Richting het einde', ervaren Nelly, 'gaan al je zintuigen openstaan. Je wordt emotioneler, ook omdat het zo fijn is. Tijdens de dienst in de kathedraal, toen de voorzanger begon en het orgel waar ik onder stond inzette, heb ik enorm staan huilen. Al mijn emoties gingen rechtstreeks uit mijn hart de hemel in.' Bij Marion kwamen de tranen al bij het samenkomen vlak voor het betreden van het plein. 'Ik kon alleen maar huilen. Mijn hoofd en hart liepen gewoon over van alles wat zich erin had verzameld. Dat we het met z'n allen hadden volbracht. Want ook die ene deelnemer die wegens lichamelijke problemen moest afhaken was er in onze gedachten bij.' Voor Truus was het zwaaien van het wierookvat een hoogtepunt: 'Zo'n oud gebruik heeft bijna iets magisch. Maar ... ik

probeerde het wel steeds in de gaten te houden, want ik zag ook zo een nieuwe aflevering van *Midsummer Murders* ontstaan. Ik zat ook precies onder het punt waar het vat het hoogste punt bereikte!'

GEEN DAG MOE

Op de vraag of de camino een blijvend effect heeft, antwoordt Marion: 'ik voel me echt wezenlijk anders. Onderweg voelde ik me fysiek zo sterk, zo levend en goed dat het me steeds weer verbaasde. Misschien dat ik me daarom zo kwetsbaar kon opstellen en mijn tranen laten stromen. Verder heb ik geleerd dat ieder zijn eigen pad loopt. Ik begrijp nu beter dat de ander zijn eigen pad moet bewandelen en zich in zijn eigen tempo moet ontwikkelen. En ik ben gegroeid. Kan heel erg meebewegen met een groep zonder mezelf kwijt te raken. Op een natuurlijke manier.' 'Mijn lijf kon het aan', kijkt Truus terug. 'Dat voelde als een overwinning? Een openbaring? Ik weet er geen goed woord voor. Mijn basisconditie was zo goed dat ik geen dag moe ben geweest. Maar zelf had ik daar vooraf niet op durven vertrouwen. Mijn lijf heeft mij meer vertrouwen in mijn lijf gegeven. Dat kan ik er mooi in mijn rugzak bijstoppen! Wat de camino mij heeft gebracht, is de bevestiging dat lopen, lopen en nog meer lopen mijn "medicijn" is.'

Zo bijzonder dat het zo snel goed ging

BOOST

Nelly had enorm opgezien tegen lopen met een rugzak 'maar binnen een paar dagen was ik vriendjes met mijn rugzak. En ik heb vrede gesloten met mezelf: mijn beperking hoort bij mij net zoals al mijn andere kenmerken, haarkleur, ogen, alles. Ik heb het geïncorporeerd in mijn leven. Deze ervaring heeft me een enorme boost gegeven. Er is echt een periode vóór de camino en een periode ná de camino. Nu denk ik oprecht: als ik nét even wat meer hulp zou toelaten, zou het leven een stuk makkelijker worden. Dat is mij tijdens een revalidatie op Loo Erf ook wel verteld, maar ik ben al van kinds af aan van "ikke zelf

doen", en dat heb ik nog steeds. Maar omdat dat veel inspanning kost, heb ik aan het eind van de dag vaak hoofdpijn. Tijdens de tocht heb ik dat geen dag gehad.'

'Normaal vind ik restaurantbezoek moeilijk, maar nu deed mijn buddy alles: zocht een plek, las het menu voor, deed de bestelling, ging met me mee naar het toilet, wees me het lichtknopje en de wasbak, gaf zo nodig uitleg over een afwijkende kraan en liet me daarna mijn ding doen. Ze gaan mee en weten wat je wel en niet kunt. Zo fantastisch! Nu heb ik *gevoeld* wat ze op Loo Erf bedoelden. En dat is best lekker! Ook lopen met de beugel is heel fijn; anders loop ik altijd heel erg te turen, nu volgde ik de beugel en kon ik mijn aandacht op andere dingen richten. Zo bijzonder ook dat dat zo snel zo goed ging, want het zijn geen professionele buddy's en elke dag liepen ze met een ander. Dat zij geen hoofdpijn hadden!' 🍇

