‘BLOOT ZONNEN IS BEVRIJDEND’

Christine Kouman (49, getrouwd, twee zoons) is directeur van NFN Open & Bloot, hét informatieplatform voor naakt recreërend Nederland. Ze vindt het jammer dat schoonheidsidealen en social media vrouwen weerhouden van bloot zonnen.

Tekst **SABINE LEENHOUTS** *Fotografie* **ANNE REINKE**
Visagie **ASTRID TIMMER**

“Ik noem mezelf geen naturist of nudist, ik vind het gewoon fijn om bloot te recreëren. Ik hou niet zo van hokjes en labels en wil daar zelf ook liever niet in geplaatst worden. Ik doe waar ik me prettig bij voel en dat is bijvoorbeeld bloot in de zon liggen. Ik ga ook niet zeggen dat iedereen dat zou moeten doen. Het is iets wat je alleen maar zelf kunt ervaren. Als je, zoals ik, gewend bent om bloot te recreëren, kun je je pas afvragen waarom je überhaupt een vervelend zittend stukje textiel aantrekt. Mijn ouders gingen vroeger vaak naar naaktstrandjes en later ook naar blootcampings in het buitenland. En die plekken zijn altijd heel mooi en rustig, dus dat is waar je dan aan went. Maar zelf ga ik eigenlijk nooit naar het strand, ik ontspan liever in de tuin van een vakantiehuisje of een rustigere omgeving. Als ik de keuze heb, kies ik voor een mooi stukje natuur of een andere fijne plek. Vaak zijn dat de plekken waar je bloot kunt recreëren. Ik merk dat bloot in de natuur zijn voor heel veel mensen voor een ander soort bewustzijn zorgt. Je bent als mens kwetsbaarder, ook figuurlijk naakter. Misschien dat er daardoor op de naaktstranden altijd meer respect is voor de omgeving. Aan het einde van een drukke stranddag blijft er geen vuilnisbelt achter. Ik móet niet per se bloot, maar als ik de keuze heb, doe ik het. Want als je eenmaal hebt ervaren hoe het is om bloot te recreëren, ga je pas inzien hoe onhandig iedereen soms doet op een textielstrand. Dat gedoe met het omkleden alleen al. En die natte badkleding na het zwemmen. Het schuurt, je krijgt er rare strepen van op je lichaam en uiteindelijk verhult het ook niets. Ik hoor mensen weleens zeggen dat ze liever niet naar het naaktstrand gaan, omdat ze zichzelf niet mooi genoeg vinden. Maar in een bikini of badpak zie je ook bijna alles. En je gaat toch naar het strand om te ontspannen, dan is hoe je eruitziet toch helemaal geen issue?

Verpreutsing

De media laat geloven dat onze maatschappij aan het verpreutsen is. Christine merkt daar niets van, want haar achterban groeit. Wel is er minder openbare naaktrecreatie, uit angst voor foto’s op social media.

“48% van de jonge vrouwen zou graag topless willen zonnen, maar doet dat niet”

Je hoeft niet het perfecte lichaam te hebben om je bloot te geven. Daar gaat het namelijk niet om. Wij noemen het trouwens meestal blootstrand, want dat klinkt fijner dan naakt, vind ik.

Vrijheid

Onze zoons zijn 13 en 17 en die laat ik volledig vrij in hun keuze of ze op vakantie bloot of aangekleed willen zijn. Nu willen ze bijvoorbeeld hun zwembroek aanhouden en dat is prima. Deze leeftijd past ook niet goed bij alles maar delen en helemaal bloot zijn. In de puberteit ben je op alle vlakken nog in ontwikkeling en moet je eerst zelf wennen aan hoe je eruitziet, voordat je dat met je omgeving deelt. Ik moest er zelf ook niet aan denken toen ik hun leeftijd had. Op dit moment weten we dat er zo’n tweeënhalf miljoen mensen weleens bloot recreëren. Daaronder vallen ook de mensen die incidenteel naar het naaktstrand gaan of in hun eigen tuin hun kleren uitdoen, maar er wordt op de een of andere manier toch niet zo vrij over gesproken. Dat is jammer, want het zou een heleboel vooroordelen kunnen wegnemen. Ik hoor bijvoorbeeld echt te vaak van vrouwen dat ze zich niet mooi genoeg vinden, of dat ze het lastig vinden om zich bloot te bewegen. Ik begrijp ook wel dat sommige mensen, die niet zo vrij zijn opgevoed, bloot alleen maar associëren met erotiek en seks. Naaktrecreatie staat heel ver van deze mensen af. Het is aan hen moeilijk uit te leggen dat bloot zijn ook heel andere gevoelens teweeg kan brengen, namelijk een heel prettig gevoel van vrijheid. Maar ik wil deze mensen niet koste wat het kost overtuigen, je kunt het alleen maar door eigen ervaring begrijpen en voelen. Iedereen heeft de keuze, en wil je niet, dan is dat prima. Maar respecteer ook de keuze van de ander.

Blote hippies

In de media zie je vaak een bepaald type blootrecreant: iemand die wel een dikke trui aantrekt tegen de kou, maar vervolgens zonder broek de boodschappen doet. Dat je die mensen laat zien, begrijp ik wel, want ik ben oersaai. Ik doe mijn kleren alleen maar uit als het lekker warm is en ›

ik ontspannen ben. Ik ga geen kou lijden, omdat ik zo nodig bloot wil zijn, haha.
Het stereotype beeld van de naakrecreant is in de jaren zestig ontstaan, omdat de eerste mensen die ervoor uitkwamen dat ze het prettig vonden om naakt te zijn, een wat idealistischere inslag hadden. Een hippie-achtige overtuiging. Maar de tijden zijn veranderd en deze groep is ook enorm veranderd. Daarom hebben we binnen onze belangenvereniging ook twee merken. Er is namelijk een groep die er echt een lifestyle van heeft gemaakt, maar een nog veel grotere groep vindt het alleen maar fijn om, wanneer ze vakantie hebben of in de zon gaan liggen, niet gehinderd te worden door dat stukje textiel. We zien nu wel een groei van jonge gezinnen ontstaan. Bloot recreëren is supermakkelijk als je jonge kinderen hebt. Het is misschien ook wel een tegenreactie op het 24/7 online zijn. Op de naaktstranden en -campings zijn smartphones wat minder aanwezig, omdat het een ongeschreven maar wel absolute regel is dat er niet gefotografeerd of gefilmd wordt. Dus zitten mensen minder op hun telefoon en wordt er veel meer kwaliteitstijd met elkaar doorgebracht.

Ideaalbeeld

In de media wordt voortdurend de suggestie gewekt dat we verpreutsen met z'n allen, maar dat lijkt niet te kloppen want wij zien juist dat onze achterban nog steeds groeit. Het klopt wel dat men voorzichtiger omgaat met openbare naaktrecreatie, uit angst om naakt op het internet te verschijnen. Zeker jonge mensen zijn daar bang voor. Dat hebben we bijvoorbeeld gemerkt bij de Nationale Toplessdag die we jaarlijks organiseren (dit jaar op 21 juni, red.). Aan de hand daarvan is groot onderzoek gedaan en toen bleek dat bijna de helft van de jonge vrouwen (48%) graag topless zou willen zonnen, maar dat niet doet. Allereerst omdat ze zich niet mooi genoeg vinden, wat heel treurig is, maar de tweede reden is dat ze bang zijn om gefotografeerd of gefilmd te worden. Ik denk dat we ons juist kwetsbaar maken door níet meer topless te zonnen. Als iedere vrouw weer topless zou lopen, is het toch niet meer interessant om er een foto van te maken?
Ook denk ik dat vrouwen wat liever en minder kritisch over elkaar zouden mogen zijn. Want dat wij over elkaar zeggen dat je vanaf een bepaalde leeftijd de boel moet bedekken, gaat toch nergens over? Hoezo moeten we ons verbergen? Alle vrouwen zijn mooi, op elke leeftijd en in elke vorm. Helaas zien we alleen nog maar zogenaamd perfecte lichamen in de media en op internet en dan lijkt het alsof dat de norm is.
Ik voel als vrouwelijke directeur van NFN een behoefte om de positie van ons vrouwen te verdedigen. Het is nog niet zo lang geleden dat wij moesten stoppen met werken als we trouwden. We zijn ook nog niet zo heel lang baas over eigen buik. Dus waarom laten we ons nu ineens opleggen dat we niet mooi genoeg zijn? In de jaren tachtig had je niet eens een bovenstukje en waren blote borsten geen issue. Nu durven vrouwen dat vervelend zittende bovenstukje, dat ook nog eens veel langer nat blijft omdat er zo nodig vulling in moet zitten, niet meer uit te doen omdat hun borsten niet aan het ideaalbeeld zouden voldoen. En dat houden we ook nog eens zelf in stand. Ik vind dat zorgelijk en zou dat graag willen veranderen.
Vandaar dat we de Nationale Toplessdag in het leven hebben geroepen. Het is gewoon hard nodig. Iedere vrouw zou vrij moeten zijn om te kiezen of ze met of zonder bovenstukje in de zon wil. Je ligt niet te zonnen als *beautyqueen* of om seks uit te stralen en dus op die manier bekeken te worden. Je ligt er voor je ontspanning en dat mag je doen op een manier zoals jíj dat wil. Je bent gewoon goed zoals je bent." ●

NAAKTE WAARHEID

- In Nederland zijn ongeveer 100 naaktstranden. Op www.blootkompas.nl ziet u waar en welke stranden eventueel alweer open zijn na de coronacrisis.
- 1 op de 7 Nederlanders recreëert in meer of mindere mate bloot.
- De NFN Open & Bloot heeft 58.000 betalende leden.
- Op 21 juni is het Nationale Toplessdag (conform de richtlijnen van het RIVM).
- Op www.blootgewoon.nl of op www.natuurlijknfn.nl vindt u alle informatie over blootrecreatie.