

1.

knop



2.

bloesem
blad

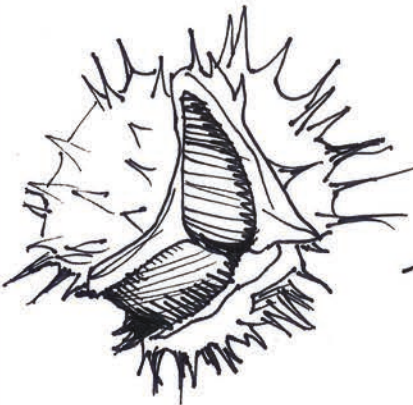


3.



bolster

4.



kastanje

5.



Paarden-
kastanje

LESSEN UIT DE NATUUR

Kijk naar je balkon of (moes)tuin en je ziet aan je plantjes dat alles voortdurend verandert. Meteen een mooie les voor je eigen leven, vindt journalist Caroline Buijs: je kunt ook maar beter niet willen dat alles altijd hetzelfde blijft.

Je hebt een sprankelend feest gehad in een even sprankelende jurk, en de volgende ochtend moet je gewoon weer in je spijkerbroek op je fietsje door de regen naar je werk. Je hebt een nest jonge katjes door je huis zien rennen, en na een week of tien worden ze opgehaald door de nieuwe baasjes. Je herinnert je nog als de dag van gisteren dat je kind voor het eerst naar je lachte, en voordat je het goed en wel doorhebt, hangt-ie als een mikkende puber op de bank. Blader door je fotoalbums en het wordt bijna tastbaar dat alles altijd verandert: niet alleen de personen op de foto's,

maar ook alles wat er toevallig bij is gefotografeerd. De auto's in de straat, de stoelen in de tuin, de tent op de camping, het behang aan de muur, de kapsels en de brillen en niet te vergeten: de kleren die we droegen. Of we willen of niet, niets in ons leven blijft ooit hetzelfde. Wat trouwens niet wil zeggen dat dat makkelijk is. Integendeel. Volgens het boeddhisme is precies onze neiging om alles vast te willen houden de oorzaak van veel onvrede en frustratie.

ALLES STROOMT

Een denker die de beweeglijkheid van dingen al eeuwen geleden benadrukte, was de

eerste westerse filosoof Herakleitos (ca. 540-480 v.Chr.). Hij wees erop dat de wereld voortdurend aan verandering onderhevig is: niets ligt voorgoed vast, alles is altijd weer anders. Ook Plato benadrukte het veranderlijke aspect van de wereld en gebruikte daarvoor de woorden *panta rhei* (alles stroomt). Aan die veranderingen in de wereld ligt volgens Herakleitos een strijd ten grondslag waaruit geen definitieve winnaar naar voren komt, omdat het een strijd is tussen dingen die tegengesteld zijn aan elkaar. Zoals dag en nacht, winter en zomer, leven en dood, goed en kwaad. Deze tegenstellingen zijn niet ➔➔



De natuur gaat altijd door met wat ze doet. Of we nou meewerken of niet

stabiël, maar gaan steeds in elkaar over: dag wordt nacht en nacht wordt dag, enzovoort.

Zonder deze tegenstellingen is er volgens Herakleitos ook geen harmonie. Juist doordat alles met elkaar in strijd is, is er een balans. Zelf denk ik dat er ook wel iets hoopvol zit in tegenstellingen die in elkaar overgaan. Want inderdaad, na een nacht vol gepieker wordt het weer licht en lijkt alles ineens best mee te vallen. En soms is het precies andersom: na een dag vol moeizaam geploeter ben je blij dat het weer nacht wordt en je je bed in kunt duiken.

IN HARMONIE

Misschien is wel nergens beter zichtbaar dat alles stroomt en aan verandering onderhevig is

dan in de natuur – met de vier seizoenen als ijkpunt. Daar hoef je niet per se een verafgelegen natuurgebied voor in te trekken, ook op je eigen balkon of in je eigen (moes)tuin zijn die veranderingen zo mooi te zien. Als je de tijd neemt om het op te merken, voel je bijna als vanzelf dat het leven daar beweegt.

Om bij een moestuin te blijven: van het ritme van dat hele proces van planten, verzorgen, plukken, koken en eten kan een geruststellende werking uitgaan. Dat geldt in elk geval voor de Australische filosoof Damon Young, die het boek *Filosoferen in de tuin* schreef.

Werken in zijn eigen groentetuin laat hem inzien dat hij zichzelf niet al te belangrijk hoeft te maken, hij is net als zijn tomaten- en courgette-

plantjes ook maar werk in uitvoering. In zijn boek besteedt hij aandacht aan de denkbelden van de filosoof Friedrich Nietzsche (1844-1900), en je zou kunnen zeggen dat Nietzsche een tuin precies volgens Herakleitos' denkbelden zag: als een plek waar groei en verval, schepping en vernietiging plaatsvinden en waar dat in harmonie is. De troost die Nietzsche in een tuin vond, is denk ik voor ons allemaal herkenbaar: de natuur beoordeelt en bekritiseert nooit. Wanneer je je dat realiseert, kun je je enorm vrij voelen in de natuur. Al was het maar omdat je er onopgemaakt, met raar haar en in oude kleren kunt rondstruinen. Geen boom of struik die zijn wenkbrauwen erover optrekt. Ook voor een schrijfster als Jane Austen (1775-1817) was de tuin een troost: een plek waar harmonie heerste, weg van de mensen (Austen werd altijd omringd door vrienden, familie en bedienden). Want een tuin is niet bezig met kinderachtig gedoe of geroddel. Ze gaat altijd door met wat ze doet, in het ritme van de seizoenen, steeds weer. Of we nou meewerken of niet.



RENDEZ-VOUS MET EEN TOMAAT

Dingen vast willen houden, niet willen dat er iets verandert: het is menselijk. Wat je dan precies moeilijk los kunt laten, zal bij iedereen anders zijn. De een blijft te lang hangen in een slechte relatie, de ander kan niet accepteren dat z'n kinderen groot worden en geeft ze geen vrijheid. Wat ik altijd lastig heb gevonden, is accepteren dat vriendschappen veranderen. Laatst las ik in NRC Handelsblad een interview met een diersterrenkok uit Parijs, Alain Passard. Ik had nog nooit van hem gehoord, maar zijn antwoord op de vraag 'Kreeg u onlangs een mooi cadeau?' bleef steeds maar door mijn hoofd spelen: "Het mooiste cadeau dat ik heb gekregen, is wat de natuur me schenkt: mijn tuin. Ik hou ervan als een tomaat een rendez-vous wordt. Een tomaat is er drie maanden: in juli, augustus en september. Daarna verdwijnt ze weer. Dan moet je op haar wachten als op een verloren gewaande liefde. Het weerzien is even prachtig." Misschien raakte het antwoord me omdat ik op de

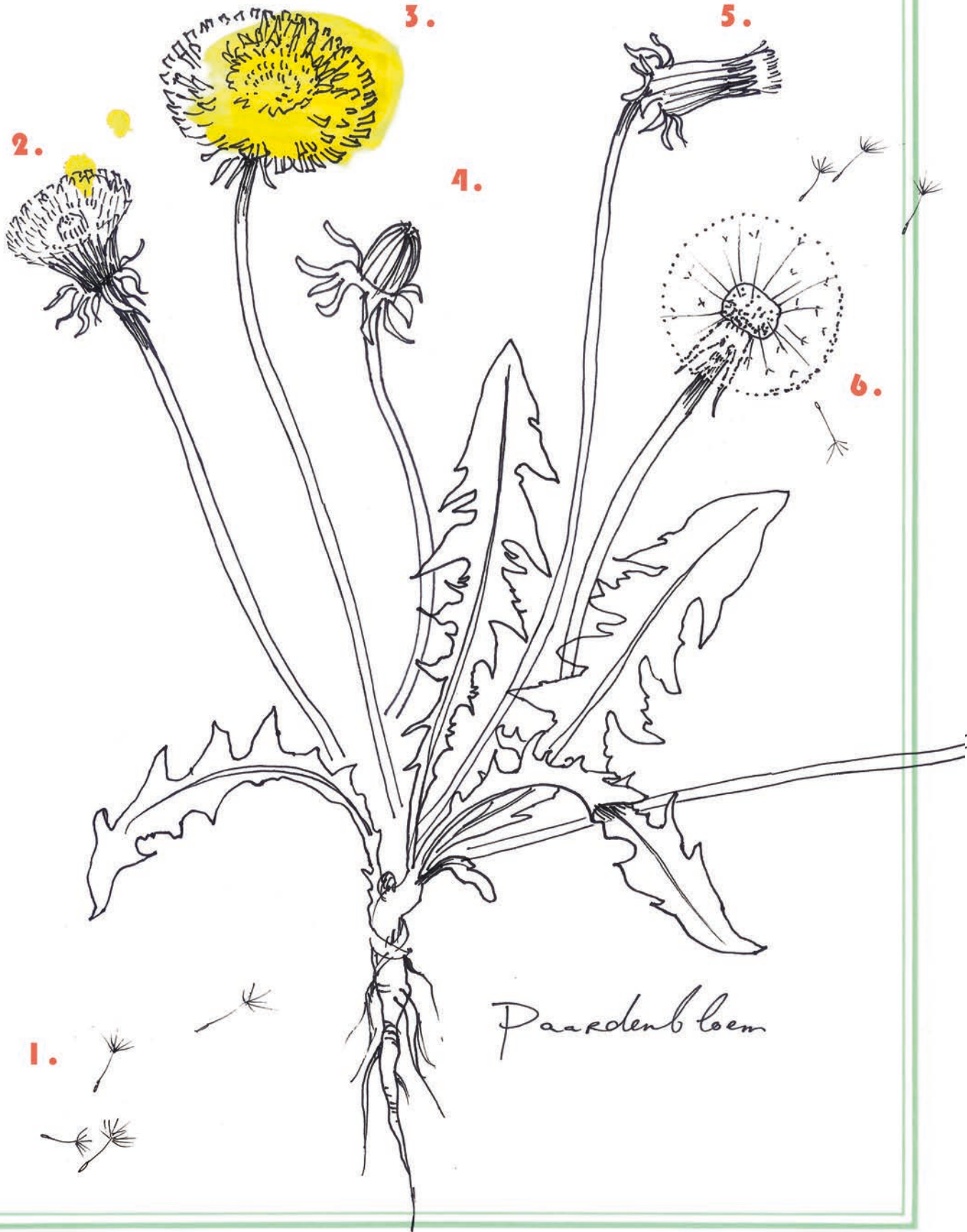
Zijn groentetuin laat Damon Young inzien dat hij zichzelf niet al te belangrijk hoeft te maken. Net als zijn tomatenplantjes is hij ook maar werk in uitvoering

plaats van 'verloren gewaande geliefde', 'verloren gewaande vriendinnen' kon invullen. Sommige vriendinnen ken ik al heel lang, maar zie ik nog maar weinig omdat we allemaal een vol leven hebben. Ergens in mijn hoofd zit een vastgeroest idee dat je elkaar als vriendinnen regelmatig moet zien, wil je van vriendschap kunnen spreken. Maar door het antwoord van de kok uit Parijs kreeg ik gek genoeg een nieuw inzicht. Wat als ik me er nu gewoon bij neerleg dat we elkaar maar één keer per jaar zien – bijvoorbeeld in juli, augustus of september, zoals de kok zijn tomaatjes? Het is niet meer zoals vroeger,

toen we wekelijks of soms zelfs dagelijks bij elkaar over de vloer kwamen, maar op deze manier verliezen we elkaar ook niet helemaal uit het oog. En bovendien past het misschien beter bij mijn leven zoals het nu is. Dat leven is, of ik wil of niet, gedurende de jaren natuurlijk veranderd – en daarmee mijn vriendschappen ook.

EEN JAAR VERDER

Ook in de prachtige film *Another year* van Mike Leigh staat een moestuin centraal. Niet alleen als symbool voor het leven dat verandert en doorgaat, maar ook voor een aandachtig leven. De film ➔



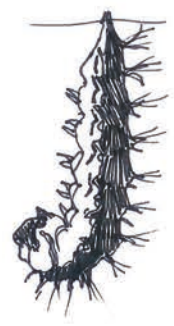
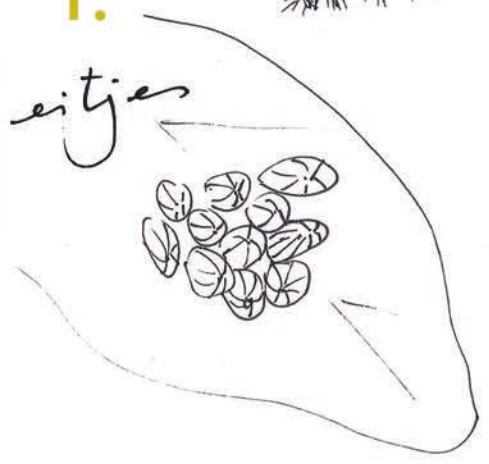
Paardenbloem

2. rups

3.

1.

eitjes



4.

pop

Distelvlinder



6.



5.



Vanuit de wetenschap dat alles verandert, kun je leren dat er na slechte tijden weer goede volgen

Meer lezen

DE DEINING VERANDERT

Een licht onderwerp is het niet: een verslag van de Amerikaanse schrijfster Joan Didion over het eerste jaar na de dood van haar man John, maar schitterend is het wel. Met zo'n mooi einde. De twee gaan zwemmen en Joan is bang voor de kracht van het veranderende water. 'John had die angst nooit. Je moest voelen hoe de deining veranderde. Je moest gewoon met die verandering meegaan. Dat heeft hij tegen me gezegd.' 'Het jaar van magisch denken', Joan Didion (Prometheus)

BRIEVEN VAN VAN GOGH

Van Goghs brieven laten zien dat hij de natuur als troost zag. Op 10 juli 1890 (iets meer dan twee weken voor zijn dood) schreef hij broer Theo over drie doeken die hij had geschilderd: 'Ik heb nadrukkelijk geprobeerd er triestheid, extreme eenzaamheid in uit te drukken. [...] Ik weet bijna zeker dat die doeken jullie zullen vertellen wat ik niet in woorden kan uitdrukken: hoe gezond en hartversterkend ik het platteland vind.' 'De kunst van het woord – Zijn mooiste brieven', Vincent van Gogh (Carrera)

beslaat precies een jaar, en in de loop van de vier seizoenen – van de lente naar de winter – zie je het gelukkig getrouwde stel Tom en Gerri aan het werk in hun volkstuin. Komt er een bui aan, dan schuilen ze samen in de auto met een thermoskannetje koffie en wachten ze geduldig tot de bui voorbij is en de zon weer doorbreekt. Ook leer je hun vrienden kennen, voor wie de twee liefdevol koken van de oogst van hun tuin.

Zo goed als Tom en Gerri het samen hebben, zo treurig en eenzaam zijn hun vrienden. Misschien dat die tegenstelling de film zo mooi in balans brengt. Een jaar geleefd is ook onomkeerbaar een jaar ouder worden: Gerri's haar is aan het einde van de film zichtbaar grijzer geworden. En alleen al voor het zinnetje "Het leven is niet altijd vriendelijk, hè?" dat Gerri tegen een eenzame collega uitspreekt, zou je de film willen zien.

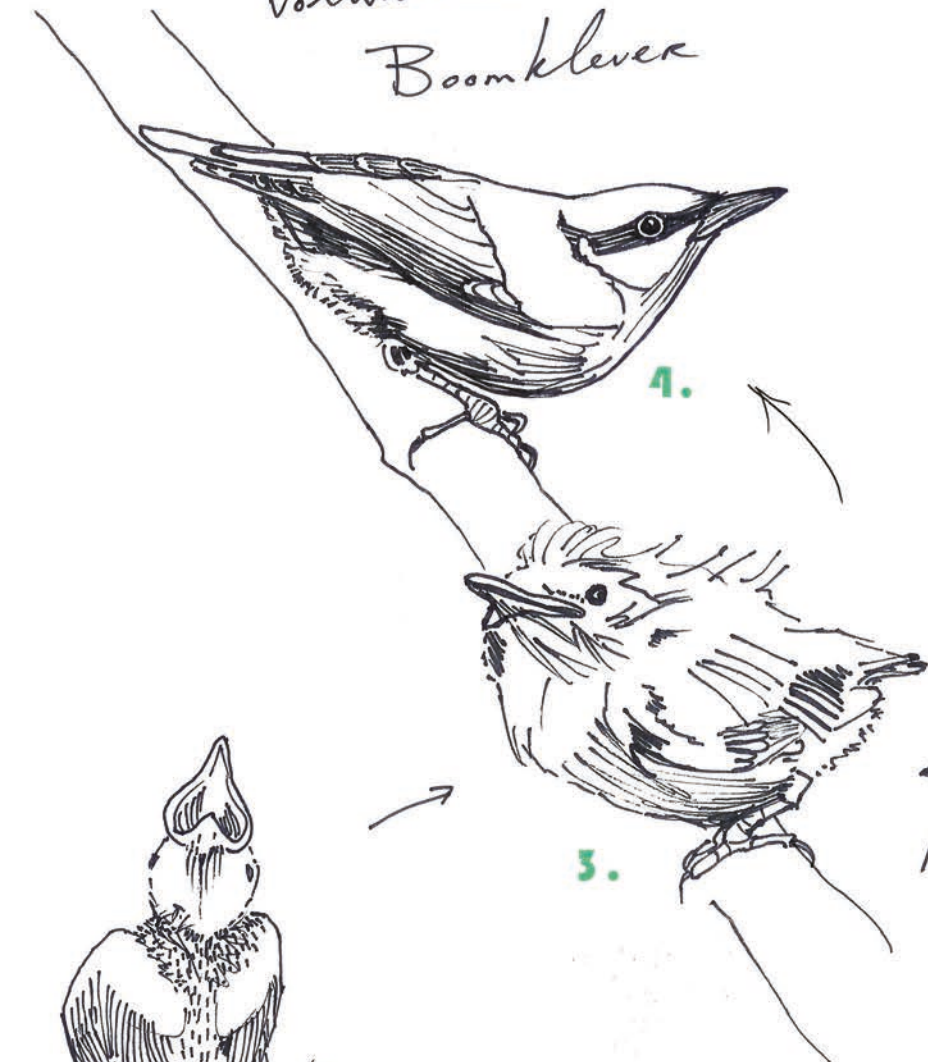
Ooit reisde ik rond in Nieuw-Zeeland, en ervoer ik letterlijk dat de titel van het liedje *Four seasons in one day* van Crowded House klopt: een dag, die

begon met binnenstromende zwoele lentelucht, eindigde in een sneeuwstorm op een berg. Ook zelf kun je weleens meerdere 'seizoenen' op een dag ervaren: opstaan met een niets-aan-de-hand zomers humeur, dat gedurende de dag (bijvoorbeeld door een opeenstapeling van kleine dingen zoals een verkeerd geïnterpreteerde opmerking van een collega, een kortaf-appje van je lief) verandert in een zware onweersbui, om later weer over te gaan in iets voorjaarsachtigs omdat je van je burens het aanbod krijgt om mee te eten. 'Finding out wherever there is comfort there is pain. Only one step away, like four seasons in one day', zingt Crowded House. Vanuit de wetenschap dat alles doorgaat en verandert, kun je leren dat er na slechte tijden weer goede volgen. Na de winter volgt de lente, ook in je eigen leven. ●

* 'Herakleitos – Alles stroomt', vertaald door Paul Claes (Athenaeum-Polak & Van Gennep)

* 'Filosoferen in de tuin', Damon Young (Ten Have)

volwassen
Boomklever



puber



2. kniken



1. ei

TEKENPAGINA

