

SCHEPPINGS(t)ROUW

Wat anderen zeggen over *Scheppings(t)rouw*

‘De oude profeten leren ons dat een gebroken hart een open hart is. Open voor Gods Geest en voor visioenen van hoop. Lysanne plaatst deze tijdloze wijsheid op een oprechte en vernieuwende manier in onze tijd.’

– *Paul Schenderling, auteur ‘Er is leven na de groei’*

‘Een goed gefundeerd appel aan kerken en theologie: laten we rouwen zodat we kunnen leren wat echte vreugde is.’

– *Trees van Montfoort, auteur ‘Groene theologie’*

‘Lysanne raakt me en zet me aan het denken. Ze put uit wijze bronnen – over het toelaten van pijn zonder dat het je verlamt; over Bijbels omdenken en moed vatten; over het verschil tussen optimisme en hoop; over sjalom en een alledaagse spiritualiteit. Een behulpzaam boek.’

– *Ronald Westerbeek, New Wine Nederland*

‘Mooi, persoonlijk, wijs, diep en verrijkend. Door de rouw te omarmen, voegt dit boek echt iets nieuws (en zeer zinvol!) toe aan alle boeken die over het klimaat geschreven zijn.’

– *Carla Dik-Faber, GroeneKerken*

‘*Scheppings(t)rouw* is van grote waarde voor de huidige generaties, die zich moeten leren verhouden tot de milieucrisis. Wegkijken of wegredeneren is beslist geen optie meer. Dit boek helpt je om de realiteit onder ogen te komen, hierover te rouwen, in actie te komen en bovenal hoop te houden.’

– *Jan Wolsheimer, Christian Climate Action, CAMA Zending*

‘Lysanne schrijft recht vanuit haar hart. Haar woorden schuren waar nodig én helpen om onze rol in de huidige staat van de wereld te begrijpen.’

– *Annemarthe Westerbeek, A Rocha Nederland*

‘Persoonlijk, kwetsbaar en toch ook met de vuist op tafel. Dit boek brengt de broodnodige diepgang aan in het gesprek over de klimaatcrisis.’

– *Harmen Niemeijer, Micha Nederland*

‘Een innig pleidooi om opmerkzaam en met gelovig vertrouwen aan het werk te gaan voor Gods goede schepping en je met handen en hart te laten betrekken bij wat nodig is.’

– *ds. Margriet van der Kooi, Daan Theeuwes Centrum Woerden.*

SCHEPPINGS(†)ROUW

Een zoektocht naar doorleefde hoop

Lysanne van de Kamp-Rinzema



Buijten & Schipperheijn *Motief*
Amsterdam

Micha
NEDERLAND



Micha Nederland gelooft dat juist christenen de opdracht hebben gekregen om te streven naar gerechtigheid, en hierin voorop zouden moeten lopen. Daarom brengen wij de kerk in Nederland in beweging, geïnspireerd vanuit de bekende Bijbeltekst Micha 6:8: 'Er is jou, mens, gezegd wat goed is, je weet wat de HEER van je wil: niets anders dan recht te doen, trouw te betrachten en nederig de weg te gaan van je God.'

Scheppings(t)rouw maakt deel uit van de Micha-boekenreeks. De Micha-boekenreeks is een samenwerking tussen Micha Nederland en uitgeverij Buijten & Schipperheijn. Samen brengen we nieuwe boeken of boekvertalingen uit die:

- christenen raken, prikkelen en motiveren om een rechtvaardige leefstijl te ontwikkelen;
- meer diepgang brengen rondom sociale en ecologische gerechtigheidsthema's;
- bijdragen aan de doelstellingen van Micha Nederland en haar partnernetwerk.

De Micha-boekenredactie bestaat uit Annemarthe Westerbeek, Geert Jan van Dijk, Lysanne van de Kamp, Marcel Catsburg, Marnix Niemeijer en Merijn Wijma.

ISBN: 978-94-6369-256-4

© 2024 Buijten & Schipperheijn *Motief*, Amsterdam

Illustratie & vormgeving omslag:
StudioVandaar, Jedi Noordegraaf
www.studiovandaar.nl

Vormgeving binnenwerk:
Studio Mol, Andries Mol
www.studio-mol.com

Behoudens uitzonderingen krachtens de Auteurswet van 1912 mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen of openbaar gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgevers.

Voor het maken van kopieën uit deze uitgave, ook voor zover toegestaan door de Auteurswet, zijn vergoedingen verschuldigd. Voor betaling van vergoedingen en voor toestemming voor het overnemen van gedeelten in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken wende men zich tot de uitgevers.



INHOUD

Inleiding	7
Deel 1 Erkennen: de rauwe realiteit onder ogen komen	13
1. Rouwen om de schepping	15
2. Collectieve rouw	29
Verdieping: omgaan met scheppingsrouw	39
‘Het is goed als moeders huilen’: het verhaal van Margje	48
Deel 2 Gevoelens uiten: het doorleven van onze emoties	53
3. Bijbels rouwen	55
4. De milieucrisis als taboe	71
Verdieping: praten over de milieucrisis	81
‘Ik stapte uit bed om te gaan bidden’: het verhaal van Annemarie	92
Deel 3 Bekeren: het verlangen naar verandering	99
5. Berouw gaat vooraf aan verandering	101
6. Wijsheid: liefde in actie	114
Verdieping: een inheemse levenshouding	129
‘We hebben heilige ongerustheid nodig’: het verhaal van Alfred	149
Deel 4 Handelen: de daadkracht om te werken aan herstel	155
7. Paradoxaal geluk	157
8. Strijden	168
Verdieping: opvoeden in de milieucrisis	180
‘Een duurzame leefstijl maakt gelukkig’: het verhaal van Jaleesa	194
Deel 5 Hoop ontvangen: Gods verhaal met de wereld	199
9. Hoop ontvangen	201
Slotwoord	208
Liederen	210
Boekentips	212
Noten	215

Nu dan – spreekt de HEER –,
keer terug tot Mij met heel je hart,
door te vasten, te treuren en te rouwen.
Niet je kleren moet je scheuren, maar je hart.

Joël 2:12-13

Het offer voor God is een gebroken geest;
een gebroken en verbrijzeld hart
zult U, God, niet verachten.

Psalm 51:19

INLEIDING

Er lag een baby in mijn armen. Ik bestudeerde hem zo'n 24 uur per dag. Alles aan hem was wonderlijk. Mijn hart ontplofte bijna van moederliefde. Maar er was nog iets anders aan de hand met mijn hart. Het was in duizend stukjes gebroken, en juist als ik naar mijn baby keek, voelde ik de pijn. De wereld waarin hij opgroeit wordt steeds minder leefbaar. Wat doe ik hem aan? Hoe moet dat nou in de toekomst?

We noemden hem Boas. Dat betekent: in hem is kracht. Hij zal het nodig hebben. Hij is inmiddels bijna drie jaar oud. Hij brengt meer blijdschap in ons leven dan ik ooit had verwacht. En meer verdriet.

Ik hoor via de media dat steeds meer mensen zich zorgen maken over de milieucrisis,* maar ik merk daar in dagelijkse gesprekken weinig van. Ik vraag me vaak af: wat doet het met ons wereldbeeld, met onze mentale gezondheid en met ons geloofsleven dat we leven ten tijde van een neerwaartse spiraal die onze leefomgeving in toenemende mate bedreigt? Hoe kunnen we verwerken wat er om ons heen gebeurt? Hoe kunnen we ons verhouden tot de verschrikkelijke gebeurtenissen wereldwijd en de angstaanjagende vooruitzichten? Hoe beïnvloedt het ons functioneren, onze roeping, ons gebed? En vooral: wáárom praten we hier nauwelijks over met elkaar?

Nou ja, we praten natuurlijk wel over de milieucrisis, maar we hebben het bijna uitsluitend over externe zaken – dat wat zich buiten onze ziel afspeelt. Ieder doet dat op zijn eigen manier en in zijn eigen vakgebied. Wetenschappers delen feiten en cijfers over wat er aan de hand is en wat we in de toekomst kunnen verwachten. Journalisten komen

* Ik gebruik 'milieucrisis' als verzamelnaam voor de vele ecologische crises waarmee we te maken hebben, waaronder klimaatverandering, chemische verontreiniging, luchtvervuiling, biodiversiteitsverlies, oceaanverzuring en het verlies van vruchtbare grond.

met reportages over schade, uitgedrukt in geld, materialen, biodiversiteitsverlies of mensenlevens. Goede doelen vertellen wat er nodig is, proberen mensen daarbij te betrekken door te laten zien dat herstel of adaptatie mogelijk is. Politici en beleidsmakers bespreken wie welke verantwoordelijkheid heeft en maken hierover afspraken en wetten.

Aanvullend gaat het in christelijk Nederland vaak over theologie. Waarom God de *hele* schepping liefheeft, wat het concept van rentmeesterschap inhoudt en waarom we hoopvol mogen zijn over de toekomst. Prachtige woorden, maar het blijft allemaal theoretisch, rationeel en reflectief. Ik voelde hoe er in mij een overtuiging groeide dat christenen in Nederland te snel over de moeilijke emoties heen stappen. We zijn niet bereid om de pijn van de milieucrisis binnen te laten in ons hart. Hierdoor klinken woorden van hoop oppervlakkig en hol en ontbreekt het ons aan authenticiteit en geloofwaardigheid.

Het is oppervlakkig als we altijd maar praten over taken, gedrag en bestcasescenario's zonder een laagje dieper te gaan. Dat laagje dieper probeer ik op te zoeken met dit boek. Hoe moet ik verder als ik allerlei dingen wel wéét, maar niet voel? Als er hoop is, wat is dat dan en hoe voel ik dat? Als we rentmeesters zijn, waaruit blijkt dat dan? Hoe verder, als ik eerlijk aan mezelf toegeef dat ik dit alles niet voel, niet merk en niet doe?

Voor wie is dit boek bedoeld

Ik begon aan dit boek met het idee dat ik me zou richten op jongvolwassenen die het – net als ik – een heftige tijd vinden om in te leven. Hoe verder het boek echter vorderde en hoe meer mensen ik sprak, hoe meer ik ontdekte dat mensen van alle leeftijden worstelen met de sluimerende emoties van onmacht en paniek.

Per leeftijdsgroep hebben we onze eigen vragen en zorgen, maar worstelen doen we allemaal. De mensen die tien, twintig, dertig jaar ouder zijn dan ik, vragen zich af welke wereld ze achterlaten aan hun (klein-)kinderen; de mensen die tien jaar jonger zijn, vragen zich af of ze het een kind aan kunnen doen om nu nog geboren te worden. Ik worstel met beide vragen. En met nog honderd andere vragen. Het raakt me al als ik per ongeluk een slakkenhuisje kapot trap, hoe kan ik dan leven in een tijd waarin een uitstervingsgolf plaatsvindt?

Op de momenten dat ik de moed heb om dit soort vragen te stellen en ik de bijbehorende gevoelens in al hun intensiteit toelaat, kan ik me vervreemd voelen van het 'normale' leven, dat intussen ook gewoon

doorgaat. Ik ben moeder, echtgenote, collega, dochter, buurvrouw, kerk-ganger, enzovoorts en ik heb over het algemeen veel plezier in het leven. Het voelt surrealistisch om dit alles te combineren met de realiteit van de milieucrisis.

Inmiddels weet ik dat ik niet de enige ben die zich zo voelt. Dit boek is daarom ook bedoeld als opening voor een gesprek dat we moeten leren voeren. Wat gebeurt er als we aan elkaar toegeven dat het veel is, heftig is, diep gaat, pijn doet, niet te overzien is en dat we nog moeten leren om het te integreren in het leven van alledag? Wat als we de verzachtende en geruststellende woorden, zoals hoop en rust, even inslikken om ruimte te maken voor de moeilijke emoties?

Vaak gebruiken (of beter gezegd: misbruiken) we hoopvolle woorden te pas en te onpas als manier om ons hoofd, ons hart en onze onderbuik-gevoelens af te leiden van de realiteit waarin we ons bevinden. Maar dat is geen hoop, dat is een kop in het zand. Ik kán de milieucrisis niet wegwuiven met de mededeling dat er hoop is omdat God de wereld wel zal redden. Ik wil een ander soort hoop voelen. Hoop in een reactie op de rauwe realiteit. Doorleefde hoop. Actieve hoop. Niet hoop in theorie, maar in de praktijk. Waar kunnen we het vinden? Wat doet het met ons als we het eenmaal ervaren? Daarover gaat dit boek.

Inhoud

Dit boek gaat meer over beleven en toepassen dan over weten en begrijpen. Het is niet mijn bedoeling om het neer te zetten als een sluitend verhaal met perfect afgebakende definities of als een theologisch of psychologisch model. Er valt nog veel meer te zeggen, weten en vinden over allerlei onderdelen, maar daar gaat het me niet om. Het gaat mij om de vraag: wat doet de milieucrisis met ons en hoe kunnen we ons ertoe verhouden? De inhoud van dit boek is simpelweg een verzameling van inzichten en bronnen die mij helpen om deze vraag te beantwoorden. Wie weet heb jij er ook wat aan.

Het eerste deel van dit boek kwam vooral tot stand doordat ik op zoek was naar erkenning. Ik vroeg me vaak af: ben ik nou zo dramatisch, of is het juist terecht om gevoelens van rouw te ervaren? Als ik rouw, waarover rouw ik dan precies? Hoe kan ik de reacties van anderen duiden? En hoe voelen mensen in andere delen van de wereld zich eigenlijk over de milieucrisis?

Het tweede deel van het boek gaat over hoe we kunnen omgaan met de emoties die bij de milieucrisis komen kijken. Hoe kunnen we ons uiten? Hoe rouwde men in de tijd van de Bijbel en wat kunnen wij daarvan leren? Hoe kunnen we überhaupt met elkaar leren praten over dit existentiële onderwerp?

Tegen de tijd dat ik aan het derde deel van dit boek begon, ervoer ik een diep verlangen naar verandering – zowel een mondiale verandering (herstel van de wereld) als een persoonlijke verandering in mezelf. Ik besepte steeds meer dat de milieucrisis niet losstaat van de rest van de werkelijkheid. Het is het product van een koloniale geschiedenis, van systemen die doordrenkt zijn van onrecht en van een cultuur die de wereld ontheiligd heeft. Het raakt ook aan onze eigen spirituele gesteldheid. Wat kunnen, willen en moeten we daarmee?

In het vierde deel neem ik je mee in mijn zoektocht naar daadkracht. Waar kunnen we de motivatie en de energie vinden om bij te dragen aan een betere wereld, terwijl de wereld al onomkeerbaar beschadigd is? Wat is onze roeping als christenen en hoe ziet dat eruit in de praktijk? Hoe kunnen we onze kinderen opvoeden in deze onzekere tijd?

In het vijfde en laatste deel lees je mijn conclusies. Wat is er nodig voor doorleefde hoop? En welke verhalen kunnen we elkaar vertellen om de toekomst met moed te betreden?

En verder...

Tussen de tekst door vind je citaten uit liederen, gedichten en (Bijbel)-boeken die aansluiten bij het betreffende tekstgedeelte. Het is namelijk behulpzaam en inspirerend om in moeilijke tijden te kunnen putten uit andermans creativiteit, inspiratie of wijsheid. Soms kan muziek, poëzie of literatuur beter verwoorden wat ik bedoel dan ikzelf. De woorden bieden ademruimte, verbreken mijn gedachtecirkels en functioneren als een uitlaatklep.

Verder eindigt elk hoofdstuk met enkele gespreksvragen. Deze heb ik toegevoegd, omdat ik met dit boek hoop bij te dragen aan het op gang brengen van een moeilijk gesprek. Misschien een gesprek waar we geen zin in hebben, maar ook een gesprek waar we volgens mij niet meer onderuit kunnen.

Ik hoop dat dit boek bijdraagt aan onderling begrip, medeleven en verbondenheid en aan het overbruggen van de generatiekloof als het gaat

over de milieucrisis. Bovenal hoop ik dat dit boek getuigt van hoe betrokken God is op de wereld; hoe je Hem kunt betrekken bij moeilijke keuzes en confronterende vooruitzichten. We leven in een spannende tijd, maar we hoeven dit niet alleen te doen. God is erbij, ook als zijn redding ver weg lijkt of als je de hoop gewoon even niet voelt.

DEEL 1

ERKENNEN

de rauwe realiteit onder ogen komen

1. ROUWEN OM DE SCHEPPING

Hoe de ver-van-mijn-bedshow ineens heel dichtbij kwam

Ik wist van klimaatverandering en ook van veel bijbehorende problemen in de wereld. Ik heb het met eigen ogen gezien toen ik voor de noodhulporganisatie Dorcas verschillende Oost-Afrikaanse landen bezocht in de jaren voor de coronapandemie. Zo arriveerde ik in maart 2019 in Mozambique, slechts enkele dagen nadat er een orkaan over het land had geraasd met windstoten tot 280 kilometer per uur. Het was de dodelijkste orkaan ooit op het Afrikaanse continent.¹ De overstromingen kwamen zo ver landinwaarts dat het qua afstand vergelijkbaar was met de afstand tussen Groningen en Maastricht.

Daar stond ik, tussen het puin, met het zeewater op sommige plekken nog metershoog. Als ik terugdenk aan die reis, herinner ik me vooral de geur van de vluchtelingenkampen. Honderden mensen op een kluitje. Geen dak boven hun hoofd. Geen schone kleding, geen toiletten, geen douche, geen maandverband. Ze hadden al vier dagen niets gegeten en ze dronken uit de modderplassen; hetzelfde water waar hun geliefden enkele dagen geleden nog door meegesleurd waren. Er zaten mensen tussen die al in armoede leefden, maar ook boeren met flinke boerenbedrijven. Er was geen onderscheid meer tussen arm en rijk. Iedereen zat in hetzelfde schuitje.

Ik sprak met verschillende Mozambikanen die hun kinderen, broers en zussen, ouders, opa's of oma's waren kwijtgeraakt. Letterlijk kwijt. Meegesleurd door modderstromen. Sommigen werden later teruggevonden in bomen. Anderen waren gewoon weg. Weggezakt in de modder. De overlevenden leken hun schouders erover op te halen. Ze reageerden gelaten. Emotieloos. Precies wat je vaker ziet bij getraumatiseerde mensen: ze vertelden alleen feiten, ook als ik vroeg naar hun emoties.

Een man liet me een filmpje zien, gemaakt met z'n telefoon. Op het filmpje zag ik een fourwheeldrive midden in een van de modderstromen staan. Het water stroomde met toenemende kracht langs de auto heen. De bestuurder opende de deur en overwoog zijn kansen. Moest hij proberen op het vasteland te komen door uit de auto te springen? Dat was kansloos. Hij liet zich overhalen door tientallen omstanders. Ik kon hen niet verstaan, maar het was duidelijk wat zij riepen: 'Wees geen dwaas, zo'n sprong overleef je niet. Blijf in je auto en doe die deur dicht om het water buiten te houden!' Hij volgde het advies op. Drie seconden later werd de stroming sterker. De auto begon te schuiven en toen was de man ineens verdwenen. Met auto en al onder water gezakt, om nooit meer boven te komen.

's Avonds in bed rolden de tranen over mijn wangen. Ik wist dat ik slechts één voorbeeld had gezien van hoe klimaatverandering levens eist. Volgens wetenschappelijke inschattingen kan Mozambique als gevolg van klimaatverandering voortaan drie keer per tien jaar zo'n heftige orkaan verwachten.²

De Aarde is te lief – toch, als het haar te veel wordt
 Begint ze woest te koken en zal ze ons bestoken
 Met cholera en pest, met noodweer en met rampen

– Aarde, Boudewijn de Groot

Dicht-bij-mijn-bedshow

Ik ben al zolang als ik me kan herinneren betrokken bij goede doelen om iets bij te dragen aan een mooiere wereld. In mijn werkende leven heb ik me vooral toegelegd op 'storytelling': het schrijven van verhalen over mensenrechtenschendingen, vaak als gevolg van klimaatverandering. Ik heb bijvoorbeeld geschreven over boeren in Kenia en Tanzania met honger door mislukte oogsten als gevolg van onvoorspelbare weersomstandigheden en over mensen in Zuid-Soedan die jaar na jaar méér geteisterd worden door overstromingen. Ik maakte me dus wel druk, maar altijd over een plek ver weg. Dáár ergens. Het bleef een ver-van-mijn-bedshow. Na elke werkreis of werkdag kon ik weer terug naar mijn veilige thuis.

In dezelfde periode als mijn reis naar Mozambique moesten mijn man Harmen en ik dealen met een dicht-bij-ons-bedshow. Toen we een

jaar getrouwd waren, begon het bij ons namelijk te kriebelen qua kindwens. Onbewust dachten we dat kinderen krijgen een simpele keuze was. Een kwestie van timing. Het leek ook zo gemakkelijk te worden voor ons. Binnen enkele maanden waren we in verwachting. Maar zo gemakkelijk werd het niet. Ik kreeg een miskraam in oktober 2018. In december weer. En in juli 2019 weer.

Vooraf die derde miskraam hakte er flink in. De dag ervoor hadden we het hartje zien kloppen. De verloskundige had ons gerustgesteld dat het na deze echo bijna nooit meer fout ging. ‘Ik durf nu eindelijk te geloven dat het goed komt’, zei ik tegen Harmen. Een dag later begon de eerste bloeding, die de miskraam aankondigde. Die miskraam was zowel lichamelijk als mentaal zwaarder dan ik voor mogelijk had gehouden. Er was letterlijk een deel van mij gestorven. Het was meer dan alleen het kindje zelf, ik verloor ook iets van wie ik zelf was geweest. Ik verloor mijn naïviteit en mijn zorgeloosheid. Ik was hierna maandenlang lichamelijk, emotioneel én hormonaal van slag.

In de rouwperiode die volgde, besloten we dat het beter was om de rest van het jaar te wachten met nieuwe pogingen om zwanger te raken. De verloskundige had geadviseerd om eerst lichamelijk aan te sterken. Ook had ik behoefte aan rouwen in plaats van verwachten. Ik wilde niet over het gemis heen walsen met een nieuwe zwangerschap. Ik durfde trouwens niet eens meer zwanger te worden, omdat ik niet nog een keer een miskraam wilde meemaken. Als je het toen aan me had gevraagd, had ik waarschijnlijk gezegd dat ik het liefst bij mijn baby’s in de hemel had willen zijn.

.....
Je mooie grote ogen die de wereld zouden zien

Je hield ze stevig dicht

.....
 - Zo mooi zo mooi, Bløf

Toen het jaar erna de zwangerschapstest weer positief was en het kindje zowaar het eerste trimester overleefde, voelde ik duizend emoties. Zal het? Wat als? Negen maanden leek een eindeloze wachttijd. Ik had ernaar verlangd om zwanger te zijn, maar in de praktijk vond ik er niks aan: de misselijkheid, de onzekerheid, de lichamelijke klachten, de hormonen. Hoe kwam ik deze maanden door? Het antwoord op die vraag was: aan

huis gekluisterd. Want de coronapandemie brak uit. Ook dat bracht onzekerheid en spanning met zich mee. In die tijd wisten we nog niets over het virus. Loopt het kindje gevaar als ik corona krijg? Wat als ik verkouden ben tijdens de bevalling, mag ik dan wel in het ziekenhuis bevallen?

Gelukkig kwam het dit keer goed, en eindelijk werd ons wonder geboren: Boas Joseph. Boas betekent: in hem is kracht. Joseph betekent: God voorziet en maakt beter. Want dát heeft God gedaan.

We vonden het belangrijk om een naam te kiezen met een betekenis. We bedoelden het als een soort cadeautje voor de kleine. Deze namen mag hij zijn hele leven met zich meedragen. Het hoort bij hem. Wat de toekomst ook zal brengen, hij mag erop vertrouwen dat God hem kracht geeft, dat Hij zal voorzien en beter maakt.

Het Moment

Negen maanden na de geboorte van Boas, in de zomer van 2021, had ik mijn ‘Moment’,³ ook wel het ‘mentale tippingpoint’⁴ genoemd. Dit is het moment waarop mensen zich realiseren dat de milieucrisis een existentiële bedreiging is.* Op dat Moment kwamen de ver-van-mijn-bedshow en de dicht-bij-mijn-bedshow bij elkaar. Ineens drong het daadwerkelijk tot mij door wat ik nooit had willen weten: dat een groot deel van de wereld stervende is. Letterlijk.

Kort daarna kwam er een nieuw IPCC-rapport⁵ uit – het zoveelste rapport met allerlei doemscenario’s die we allang hadden kunnen weten. Toch raakte dit rapport in mijn beleving een andere snaar dan vorige rapporten en niet alleen bij mij. Steeds meer mensen in Nederland maakten een Moment mee. Ook zag ik hoe het taalgebruik in de media veranderde. Het ging bijvoorbeeld steeds minder vaak over *toekomstige generaties* en steeds vaker over *onze kinderen*. De overstromingen in Limburg in die zomer droegen daar zeker aan bij. Voor het eerst ervoeren we klimaatverandering onmiskenbaar in ons eigen land.

Mijn eigen Moment zorgde ervoor dat mijn sluimerende bezorgdheid overging in rouw. Voor mij voelde dit vergelijkbaar met de boodschap dat een geliefde ongeneeslijk ziek is: ik realiseerde me dat de aarde let-

* Overigens ervaren sommigen één heel specifiek Moment, terwijl het bij anderen meer geleidelijk gaat, als een soort wolk die steeds groter en donkerder wordt. Het mentale tippingpoint is dan bijvoorbeeld wanneer je er voor de eerste keer van wakker ligt.

terlijk ziek is en dat steeds meer bezielde schepselen binnenkort zullen verdwijnen. Ook al waren ze er nog, de tijd die ik met ze doorbracht, voelde niet meer hetzelfde. Op de achtergrond sluimerde telkens dat gevoel: hoelang hebben we nog?

Soms ervoer ik golven van angst die als een soort lawine over me heen tuimelden. Soms voelde het alsof mijn hart in duizend stukjes brak. Soms stonden de tranen me wel twintig keer per dag in de ogen. Als ik een dood vogeltje op de weg zag liggen. Als ik ergens een kettingzaag een boom hoorde omzagen. Als ik over een brug liep en het water er smerig uitzag. Mijn hart was van glas en telkens werd het in nóg kleinere stukjes kapotgetrapt, ook al was het allang gebroken.

Vroeger was de toekomst iets als het beloofde land
 Maar nu is het dan nu en heel de mensheid staat in brand
 Uitslaande vlammen van malaise, angst en haat
 En 't is nog maar de vraag of er iets overblijven gaat

- Futurophobia, De Jeugd van Tegenwoordig

Iedereen die een Moment heeft meegemaakt, weet dat het leven vóór het Moment er anders uitziet dan na het Moment. Vanaf het Moment heb je een schaduw die over alles heen hangt. Bij mij voelt het zo: een sluimerend gevoel dat de afgrond elke seconde dichterbij komt. Een alarmerend gevoel dat we iets moeten doen. Een moedeloos gevoel: wat we ook doen, het zal nooit genoeg zijn. Sarcasme als mensen denken dat de techniek ons gaat redden, terwijl in mijn beleving God de enige is die ons nog kan redden (daarover later meer).

Het was verwarrend om met deze gevoelens opgezadeld te zitten, terwijl ik tegelijkertijd dolgelukkig was met mijn nieuwbakken gezinnetje. Harmen en ik waren met Boas erbij nog gelukkiger dan ik ooit had durven dromen. Ik had absoluut geen zin in klimaatgedoe. Maar ja, het was er wel.

Rouwemoties

Misschien heb je weleens woorden als 'klimaatrouw', 'eco-rouw' of 'scheppingsrouw' voorbij zien komen. Dit zijn verschillende termen voor het proces van afscheid nemen van de gezonde wereld. Vele jaren was de wereld in balans, waardoor allerlei ecosystemen zichzelf in stand

konden houden. Inmiddels is de wereld uit balans en dat heeft overal ter wereld verschrikkelijke gevolgen. Steeds meer ecosystemen leggen het loodje, en dat betekent dat we afscheid moeten nemen van de wereld zoals we haar kennen: van koraal, van vele diersoorten, van een groot deel van de mensheid.

Is het echt zo erg? Daar is niet iedereen het over eens. Maar ik heb de afgelopen jaren geleerd: wie kennis vermeedert, vermeedert smart (Prediker 1:18). Oftewel, hoe meer je je verdiept, hoe meer je erachter komt hoeveel er aan de hand is en hoe allesomvattend de gevolgen zijn. Dus mijn antwoord is: ja, ik geloof echt dat het zo erg is.

Eerder dit hoofdstuk vergeleek ik het al met het sterfproces van een geliefde. Eerst is diegene ziek zonder dat je kunt inschatten hoe erg het is. Dan komt de boodschap dat het om een terminale ziekte gaat. Op dat moment is diegene nog niet overleden, maar het rouwproces begint al wel. Je weet dat je iemand gaat verliezen van wie je houdt. Je hebt verdriet, je moet afscheid gaan nemen. Natuurlijk kun je nog hopen op een wonder, een ingrijpen van God. Of alles doen wat in je macht ligt om te vechten tegen het onvermijdelijke. Maar er komt een moment waarop de realiteit keihard binnenkomt: dit gaat echt gebeuren. Wat een boodschap! En dan? Nou, dan ben je alleen nog maar voorbij de ontkenningfase...

Een rouwproces bestaat uit een veelheid aan emoties. In 1969 beschreef psychiater Elisabeth Kübler-Ross de vijf fases van rouw: ontkenning, boosheid, onderhandelen, depressie en aanvaarding. Het is inmiddels duidelijk geworden dat je deze fases niet één voor één in deze volgorde doorloopt.* Toch gebruik ik het model van Kübler-Ross, omdat het me helpt om mijn beleving van de milieucrisis te beschrijven. Het gaat me dus niet om de *fases* (de volgorde van het rouwproces), maar om de verschillende emoties die horen bij rouw.

1. Ontkennen

Als we het over de milieucrisis hebben, herken ik de rouwemoties bij mezelf én in de samenleving. De ontkenningfase raakte bij mijzelf aan veel

* In de praktijk kun je namelijk van ontkenning naar verdriet naar aanvaarding gaan, en dan toch ineens boos worden om vervolgens weer verdrietig te zijn. Soms voel je je best goed, terwijl je een moment later alweer overvallen wordt door verdriet. Deze chaotische wirwar van emoties hoort bij rouwen.

onderliggende gevoelens van angst. Vooral tussen 2014 en 2018 voelde ik me snel angstig. Als ik na het avondeten iets hoorde wat ik choquerend vond, dan deed ik 's nachts geen oog meer dicht.

Ik herinner me een uitdrukingsloze nieuwslezer die in twintig seconden met een monotone stem uitlegde dat de permafrost in Rusland en Canada zou gaan smelten, en hoe dat tot een exponentiële stijging van broeikasgassen zou gaan leiden, met allerlei levensbedreigende en onomkeerbare gevolgen van dien. En hup, hij ging alweer door naar het volgende onderwerp. Ik was verbijsterd. Ik dacht: ik wil dit niet weten. Ik durf hier niet over na te denken. Daarna hield ik het zeker twee jaar vol om het nieuws volledig te mijden.

.....
**Jesus, when you gonna wake up
 And calm this raging sea?**

.....
 - Wake Up, Jesus, The Porter's Gate

In 2019, het jaar van mijn derde miskraam, volgde een periode dat ik 'het' (lees: alles) juist wél wilde weten. Ik moest de waarheid recht in de ogen aankijken, omdat ik anders voor m'n gevoel in een leugen leefde.

Natuurlijk had dit te maken met het feit dat we drie baby's verloren waren. Ik was in die periode verdrietig en gefrustreerd dat het mijn lichaam niet lukte om mijn baby's in leven te houden. Ik begon me af te vragen of er iets mis was. De gynaecologen en verloskundigen konden me niet méér vertellen dan dat miskramen nou eenmaal voorkomen. Als je er drie achter elkaar hebt, heb je helaas pech gehad. Het advies was om gewoon te blijven proberen, het zou vanzelf een keer lukken. Ik moest me vooral niet schuldig voelen, want ik kon er zelf niets aan doen.

Maar het ging me niet om schuld. Het ging me om het feit dat er een aanleiding móést zijn, en ik wilde die aanleiding weten, zodat ik iets kon doen om te voorkomen dat ik nog een keer een baby zou verliezen.

Met dit verhaal kwam ik terecht bij een orthomoleculair therapeut,* een christelijke dame die me heeft geholpen om mijn lichaam en mijn

* Orthomoleculaire therapie valt onder de natuurgeneeskunde. Hierbij gaat het om het realiseren van een optimale concentratie voedingsstoffen in iemands lichaam, onder andere door het gebruik van voedingssupplementen.

gezondheid beter te begrijpen. Een van de belangrijkste dingen die ze voor mij heeft betekend, was me simpelweg wijzen op bepaalde basisprincipes. Ik realiseerde me dat alles wat het lichaam ingaat invloed heeft op hoe gezond je bent. Gezondheid is niet maakbaar, maar wel beïnvloedbaar.

Vóór mijn bezoeken aan haar was ik ervan overtuigd dat ik best gezond leefde, maar daar kwam ik al snel van terug. Gezond leven betekent niet alleen dat je dagelijks groenten en fruit eet, maar ook dat je ongezonde (voedings)stoffen vermijdt. Ineens realiseerde ik me hoeveel alcohol, cafeïne, vet en suiker ik binnenkreeg. Ik knapte onmiddellijk op van haar dieettips en enkele voedingssupplementen. Alleen kwam ik er ook achter dat we in de huidige tijd nog een probleem hebben, waar wij helaas niet zoveel aan kunnen doen, namelijk vervuiling. De wereld bleek vol te zitten met chemische verontreinigingen⁶ en dit had zijn weerslag op mijn eigen lichaam.

Gedreven door mijn kinderwens verdiepte ik me in de absurde realiteit van microplastics en antibiotica in ons drinkwater; zelfs microplastics in ons bloed.⁷ Ik las over PFAS (chemische stoffen) en weekmakers en zware metalen. Over hoe hormoonverstorend veel verzorgingsmiddelen zijn. Ik schrok me wezenloos.

Ik dacht aan het Bijbelse beeld dat ons lichaam een tempel is. Nou, mijn lichaam was geen tempel, het was eerder een vuilnisbak! En dat gold niet alleen voor mij, het geldt voor ons allemaal. De hele wereld lijkt wel een vuilnisbelt. En de gevolgen... Niet te overzien. Onze hormonen zijn in de war. Onze vruchtbaarheid neemt af. We worden steeds allergischer. We hebben de natuur volgestopt met giftig restafval zonder ons te realiseren dat het uiteindelijk in onze eigen voedselketen terugkeert. In ons drinkwater, in ons voedsel, in de lucht die we inademen. Onderzoek wijst uit dat zelfs de placenta van zwangere vrouwen microplastics, synthetische chemicaliën en zelfs teer bevat.⁸

Was ik mijn baby's verloren door de manier waarop wij de wereld (inclusief onszelf) vervuilen? Toen ik mezelf die vraag stelde, knapte er iets in me.

2. Onderhandelen

De wereld voelde in die tijd als één grote deceptie. Ik voelde me naïef dat ik al die tijd zo goedgegelovig was geweest. Om terug te komen op de vijf