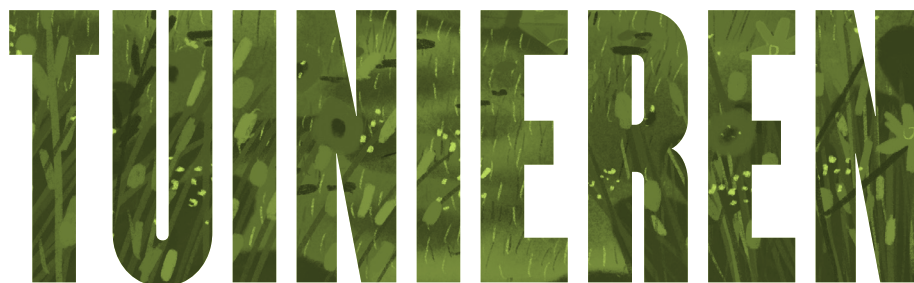


**JE TUIN ALS OPLOSSING VOOR MENTALE
UITDAGINGEN EN ECOLOGISCHE VRAAGSTUKKEN**



Ook al is het gras groener aan de andere kant

BRENDA FROYEN



Voor Greetje, mijn 'natuurvriendje'

Voor Emilie, mijn tuinvriendin



MILD TUINIEREN, ZONDER OORDEEL



Ik heb lang gedacht dat tuinieren niets voor mij was. Dat ik geen groene vingers had. Met groene vingers word je geboren, veronderstelde ik. Baby'tjes met groene worstenvingertjes die, zodra ze het kunnen, naar de kamerplanten grijpen. Kinderen die rondlopen in de tuin, plantjes zaaien, bloemen plukken, die de liefde voor de tuin met de papelepel ingegeven kregen. Als mij iets werd ingelepeld, dan zal het kiezel zijn. Mijn moeder is een van de vele Vlamingen die zweert bij kiezel, meer dan vijfhonderd vierkante meter kiezel én één rodebessenstruik. Van die rodebessenstruik krijgen we jaarlijks fotootjes als het tijd is voor de oogst. Van de kiezels krijgen we nooit foto's.

Tuinieren of groene vingers is dus niet iets genetisch. Het is ook niet gegroeid vanuit een soort trial-and-error en leren uit mijn successen. Want heel eerlijk, de successen waren tot voor kort zeldzaam, tot zelfs onbestaande. Ik ben verantwoordelijk voor de dood van talloze planten. Kamerplanten én buitenplanten. Mocht er een tribunaal in Den Haag zijn voor plantenmoord, ik zou er moeten terechtstaan. Ik ben de vrouw die met de beste bedoelingen elke lente de bloembakken aan de voorkant van

het huis vulde met mooie fleurige bloempjes, waarvan ik de naam niet kende maar die er in het plantencentrum zo leuk uitzagen. Minder dan een maand later zouden ze veranderd zijn in verdorde sprietjes waarvoor elke redding te laat kwam.

Tuinieren is een hobby voor mensen op leeftijd, voor mensen met tijd. Tenminste, dat is lang het imago van tuinieren geweest. Of ik als veertiger ‘mens op leeftijd’ genoemd mag worden, laat ik nog in het midden, maar in de categorie een mens met tijd kan je me onmogelijk onderbrengen. Ik werk voltijds, schrijf boeken, heb drie kinderen, een hond, twee geiten, twee varkens, twee kippen, twee konijnen en een man (niet in volgorde van belangrijkheid). Tijd is dus een kostbaar goed. Ik ben niet beginnen te tuinieren omdat ik plots meer tijd had. En ik ben nog steeds een vreselijke tuinier in de ogen van velen. Mijn tuin staat vol onkruid, het gras is meestal niet gemaaid, de hagen blijven maanden ongesnoeid. Tot ik leerde niet meer door de ogen van anderen te kijken. Tot ik mezelf niet meer veroordeelde en de planten omarmde die in mijn tuin kwamen aanwaaien. Pas toen ik leerde om te veranderen wat ik kon veranderen en te accepteren wat ik niet kon veranderen. Pas op dat moment besepte ik wat een paradijs mijn tuin kon zijn, als ik mild was voor mezelf, voor de tuin en alles wat daar deel van wilde uitmaken. Een ode aan mild tuinieren.

HOE HET ALLEMAAL BEGON



Voor er kinderen waren, woonden mijn man en ik in een mooi rijhuis in Antwerpen. Een koertje van nog geen acht vierkante meter volstond. Tot een positieve zwangerschapstest daar verandering in bracht. Naast de nestdrang kwam er hoe langer hoe meer de ‘*pelouse*-drang’, het verlangen naar het ‘grasveld waar de kinderen zouden kunnen voetballen’. En dus gingen we op zoek, naar een huis met een tuin. Een grote tuin welteverstaan, al weet ik niet waarom die groot moest zijn, aangezien ik eigenlijk niets met tuinen had. Onze zoektocht bracht ons naar Moerbeke. Een dorp dat veel mensen niet kunnen situeren en dus bijgevolg altijd vergezeld wordt van navigatie-instructies. (Moerbeke? Ja, je neemt de Expresweg tussen Antwerpen en de zee en neemt de zesde afrit).

De zesde afrit bracht ons bij een huis dat duidelijk heel wat renovatiewerken nodig had. Maar nog voor we dat huis gezien hadden, besloten mijn man en ik dat we daar wilden wonen. De immomakelaar leidde nog een koppel rond en dus wachtten wij geduldig in de tuin. Nu ja, ‘tuin’ was misschien een groot

WATER, DE BRON VAN ALLE LEVEN



‘Leg een waterpartij aan,’ dat was een van de tips die we kregen via Mijn Tuinlab op basis van ons tuinrapport. Water in je tuin trekt ‘leven’ aan. Onder ‘waterpartij’ verstond Mijn Tuinlab heus niet alleen een vijver. Een poeltje, een wadi, een wijnvat met water volstonden ook om meer diertjes naar je tuin te lokken. Er was corona, er waren geen vakantievooruitzichten, we hadden een grote tuin, het was ongelooflijk mooi weer en we speelden al wat langer met dat idee en dus beslisten we om een zwembad aan te leggen. De zoektocht naar een bedrijfje dat ons daarbij kon helpen, begon. Geen sinecure. Er bleken zoveel verschillende systemen te bestaan, aan zulke uiteenlopende prijzen. Wat ze wel met elkaar gemeen hadden? Al die bedrijfjes stelden een soort rechte bak voor, grenzend aan het raam. Het zou passen bij de strakke verbouwing van ons huis. Het zou een prachtig uitzicht vanuit de woonkamer bieden, maar het betekende wel dat onze oude kweeper zou moeten verdwijnen.

Die kweeper hadden we, toen we er kwamen wonen, geadopteerd als familieboom. In april kondigde hij met prachtige

lichttroze bloesems de lente aan. In de herfst verraste hij ons met kanjers van gele kweeperen, waarmee hij kleur gaf aan de tuin. Hij had een centraal plekje in onze tuin, maar ook in ons gezin. We legden de kinderen eronder toen ze nog baby waren. Geboeid keken ze naar de blaadjes die bewogen in de wind – Jip, de oudste, liep maar lichte verwondingen op toen zo een peer eens naar beneden viel, maar daar ga ik hier niet dieper op in – ik verwijs hier graag naar het boek *Mild ouderschap* van Nina Mouton. Toen ze nog peutertjes waren, was het de eerste boom waarin de kinderen klommen. In de zomer speelden ze er op een speelmat met hun lego onder, omdat de boom dan wat schaduw bood. Het was de plek waar we met het hele gezin afscheid namen van onze hond Rex, toen we hem moesten laten inslapen.

Heel even overwogen we het, om de kweeper te verplanten, maar er was een oud gezegde dat ons tegenhield. Bovendien zouden we dan doen wat we misschien als mens te veel jaren, decennia, eeuwen gedaan hebben. De natuur ten dienste stellen van de mens. Met onze tuin wilden we ons net ten dienste stellen van de natuur om ze zo misschien een beetje te helpen herstellen. En dus beslisten we dat de kweeper mocht blijven. We moesten omdenken, om de boom denken. Hoe de vijver er dan precies uit moest zien, vroeg heel wat denkwerk. Om het ons te kunnen voorstellen, gingen we aan de slag met tuinslangen. Zij moesten de contouren van de mogelijke vijver voorstellen. Elke dag kwam er wel een bochtje bij of ging er eentje weg, rekening houdend met de stand van de zon, met de lindeboom die zijn bladeren zou laten vallen, met de schaduw van het huis van de burens. Na enkele weken ontstond zo de grillige, ronde vorm van onze zwemvijver met in het midden, op het eilandje onze kweeper,

onze familieboom. Het paste misschien minder bij de strakke uitbouw van de verbouwing, het paste wel bij het oude, charmante gedeelte van het oorspronkelijk huis en bij de 'rommel' die ons als gezin een beetje kenmerkt. Niet de perfecte rechthoek maar de organische grilligheid typeert ons huishouden.

De meeste bedrijven haakten af. Eén ecologisch bedrijfje zag de ronde vormen wél zitten. We kozen voor een eenvoudig systeem zonder metselwerk of beton. Wij namen de graafwerken voor onze rekening (lees, een vriend kwam met z'n gravertje het grote werk doen, Jan zorgde voor de verfijning van de vorm en ik stond aan de zijlijn te zeggen dat sommige bochten misschien toch nog wat bijgewerkt moesten worden). Het bedrijfje zorgde voor het lassen van de folie. Ze leverden de waterplanten en lavasteentjes voor het filterstuk en ze installeerden de pomp.

Het werd een stevig project, waarbij we leerden dat we vreselijk schrale grond hebben. Na enkele centimeters veranderde het zwarte zand al in gele zavel. Daarnaast kwamen we erachter dat onze vorige inwoners, of wellicht die daarvoor of misschien wel die daarvoor, hun keukenraad niet in de kasten zetten maar na de vaat gewoon begroeven in de tuin. Bestek, borden, en pannen zagen na jaren weer het daglicht. Daarnaast was er ook een massa bakstenen en steenpuin. De tuin was een ravage, maar soms moet het even donker worden voor je het licht weer kan zien.

Onze vijver zag het licht op 31 juli 2020. Een grote waterpartij met daarrond veel zand, bakstenen en een uitgebreid keukenservies. Het begin van onze tuin. Het begin en de bron van het leven, heel veel leven. Het leven van duizenden muggenlarven.

‘JE MOET HET TIJD GEVEN’



Kikkers, salamanders, libellen. Onze tuin zou gonzen van het leven met de komst van de zwemvijver. Tenminste, dat waren mijn verwachtingen. Met het steenpuin dat we opgroeven, maakte ik alvast een stapelmuurtje, vlak aan de vijverrand. Jan noemde het ‘een hoop bouwafval bij elkaar dat wegens luiheid niet naar het containerpark gebracht werd’. Ik vind ‘stapelmuurtje’ een mooier woord. Ons (maar eigenlijk mijn) stapelmuurtje bestaat uit verschillende bakstenen, dakpannen en oude klinkers. Onderaan legde ik stevige stenen als basis en daarop kwamen de verschillende andere materialen. Door de uiteenlopende vormen en maten ontstonden er heel wat kiertjes en spleten, de ideale schuilplaats voor diertjes. Daarnaast plantte en zaaide ik er ook plantjes in. Met een vijver en zo’n villa op dierenmaat was het enkel wachten op de nieuwe bewoners.

Die nieuwe bewoners komen er alleen maar als er ook iets om te eten is. En dat was er. In overvloed. Amper enkele dagen na de geboorte van de vijver bestond het vijveroppervlak uit een dichte massa van wemelende muggenlarven, die door het warme weer in een mum van tijd vliegklaar waren. Ideaal om libellen en kikkers aan te trekken zou je denken. Maar hoe die

HET DRAAIT OM DE AARDE



Ik ben beginnen te tuinieren om ‘de aarde’ te redden. ‘Aarde’, in onze Nederlandse taal verwijst naar de naam van onze planeet, naar de natuur als in ‘Moeder Aarde’, en ten slotte naar de bodem waarin we zaaien. Hoe langer ik tuinier, hoe meer ik het belang van die ‘aarde’ inzie. Alles valt en staat met ‘aarde’, die zouden we moeten koesteren, en toch hebben we de afgelopen jaren en decennia haar mismeeesterd, uitgeput. We leggen venen droog, we ontbossen, we ontginnen, we bouwen en verbouwen, ploegen en spitten, sproeien, overbemesten en verharderen. We gaan ervan uit dat de aarde van ons is, dat we haar kunnen controleren, dat haar ‘vruchtbaarheid’ vanzelfsprekend is. Die vruchtbaarheid is de afgelopen decennia drastisch afgenomen. Tot zeventig procent van de Europese bodems is ongezond en riskeert degradatie en verwoestijning.³³ Ook in onze tuinen is de aarde, vaak door wat er in het verleden mee gebeurd is, schraler en onvruchtbaarder geworden. Dat merk ik in mijn eigen tuin waar ik, na poging 234bis om te moestuinieren, erachter kwam dat de plek waar mijn moestuin ligt, de plek is waar jaren gebouwen gestaan hebben. Hoewel ze nu weg zijn, draagt de bodem nog sporen van die gebouwen. Ik vind er nog steeds brokstukken, dat deel is ook droger en schraler, er is

meer zavel en dus is het moeilijker te verbouwen. Zeker voor groenten die net veel voedsel nodig hebben. Het kost veel tijd en moeite om die bodem weer in balans te brengen. Vruchtbare aarde is niet vanzelfsprekend, dat vergeten we, dat vergeet mijn moeder, die een pompoenplantje van mijn zus cadeau kreeg. Ze plantte het in het midden van haar kiezel tuin. Na twee weken was het dood. Ze begreep het niet. 'Ik heb het nochtans water gegeven en het heeft de afgelopen dagen ook nog veel geregend.' Kiesel is inderdaad geen beton, en het is op zijn minst waterdoorlatend, maar evengoed verschraalt de bodem daar, doordat er door de jaren heen geen plantaardige resten op terechtkomen die de bodem kunnen voeden. De aarde is er dood. Of ze toch niet gewoon wat planten zou kunnen zetten, of wat wilde bloemen zou kunnen zaaien, zodat het water via de wortels de bodem in kan trekken, zodat de bodem opnieuw gevoed wordt? Dat had ik haar gevraagd. 'Ik zie graag groen, maar graag op een ander,' en daarmee verwoordt mijn moeder de mening van heel wat Vlamingen.

In april 2021 verplichtte de stad Lier een dertigtal inwoners om de voortuinen, die systematisch en onrechtmatig betegeld waren of met kiezels waren aangelegd, opnieuw te ontharden en te vergroenen. Die verharde voortuinen werden vooral gebruikt als parkeerplaatsen. Dat die nu moesten verdwijnen, lokte heel veel reacties uit bij de inwoners. Ook mijn moeder reageerde op het nieuws: 'Ze hebben gelijk. In mijn tuin doe ik wat ik wil.' Die uitspraak vertrekt vanuit het idee dat we de aarde inderdaad bezitten. We hebben haar toch 'gekocht'? Maar hoe langer ik tuinier, hoe meer ik beseft dat we de aarde niet bezitten, we lenen haar tijdens ons leven. Daarna wordt ze doorgegeven. Wat we vandaag met haar doen, heeft implicaties voor morgen.

Mijn zus heeft, zoals bij elk van mijn boeken, ook nu weer een grote rol gespeeld. Plots praatten we niet meer alleen over onderwijs, maar wisselden we ook ideeën uit over tuinieren. Of hoe een zus iemand is met wie je over alles kan praten. Dank je wel, Jezus!

Ze heeft er af en toe in dit boek van langs gekregen, maar dat betekent niet dat ik ze niet graag zie. Dank je wel voor je steun, mama, maar ook voor de klaprozen die je intussen op een stukje kiezel zaaide. Alle beetjes helpen.

Mijn schoonouders, en vooral mijn schoonmoeder met haar groene vingers, steunden me ook nu weer bij dit schrijfproces maar vooral bij de tuinaanleg. Prikneusjes, geraniums, vingerhoedskruid, honderden planten uit hun tuin kregen, nadat ze uitgedund waren, een plekje in onze tuin. Verbonden via de schoonzoon, maar nu ook via planten. Dank je wel.

Ten slotte geef ik graag een bosje bloemen aan de vier mannen in huis. Mijn drie zonen Jip, Lom en Zen, die waarschijnlijk vrezen dat ze minder op de Playstation mogen spelen nu het schrijfproces achter de rug is. Dank je wel voor jullie geduld. De grootste dankjewel gaat naar mijn man Jan. Hij las elk hoofdstuk na, gaf feedback. Ettelijke discussies voerden we het afgelopen jaar over tuinieren, maar ook over de klimaatopwarming, mentale problemen. Hij gaf feedback. Kritisch maar constructief. Merci, liefje, dat je steeds meegaat met al mijn ideeën, van pergola's tot boeken schrijven. Ik hoop dat je nog heel veel leuke mountainbiketripjes kan maken... Mag ik dan een wadi?
😊 Ik zie je graag.

GERAADPLEEGDE LITERATUUR

De afgelopen twee jaar leerde ik ontzettend veel over natuur en tuinieren. Soms weet ik niet meer waar ik wat leerde. Daarom zet ik graag enkele boeken, podcasts, websites en Instagram-accounts in de kijker die me geïnspireerd hebben bij het schrijven van dit boek.

Boeken

- Boer, S. de, & Rooij, N. de. (2021). *Geluk zit in een groen hoekje: Genieten van meer natuur in je tuin, met originele ideeën voor terras, balkon en geveltuin*. KNNV UITGEVERIJ.
- Don, M. (2021). *My Garden World: The Natural Year*. Two Roads.
- Goulson, D. (2019). *De tuinjungle: Tuinieren om de wereld te redden*. Atlas Contact.
- Lancker, E. van. (2022). *Het groene geluk: Van tuintherapie tot vogelmeditatie*. Snor.
- Louv, R. (2007). *Het laatste kind in het bos: hoe we onze kinderen weer in contact brengen met de natuur*. Jan van Arkel.
- Olthuis, L. (2020). *Duurzaam handboek voor de luie tuinier: In 10 stappen meer natuur in je tuin of op je balkon*. Spectrum.
- Staring, K., & Plantinga, N. (2020). *Avontuurlijk tuinieren: Breng leven in je tuin*. KNNV Uitgeverij.
- Stuart-Smith, S. (2021). *Tuinieren voor de geest: Hoe we gelukkiger worden van zaaien, wieden en snoeien*. De Bezige Bij.
- Wurft, M. (2018). *Eetbare wilde kruiden en planten (Praktische raadgever)* (1e editie). Zuidnederlandse Uitgeverij (ZNU).