

Marlene Fritsch

# Mijn groene geluk



RECEPTEN & LEVENSLESSEN UIT EIGEN TUIN

Berne Media

Marlene Fritsch

# *Mijn groene geluk*



RECEPTEN & LEVENSLESSEN UIT EIGEN TUIN

© 2019 Marlene Fritsch  
© 2020 Berne Media | uitgeverij abdi van berne  
[www.bernemedia.com](http://www.bernemedia.com)

Oorspronkelijke uitgave: *Mein grünes Glück. Vom Garten fürs Leben lernen*

© Vier-Türme GmbH, Münsterschwarzach 2019

Vertaald uit het Duits door Evert Lippens

Vormgeving omslag en binnenwerk: Quadro Vormgevers, Oss - Heleen en Roos van der Sanden

Omslagafbeelding: Quadro Vormgevers, Oss - Heleen van der Sanden

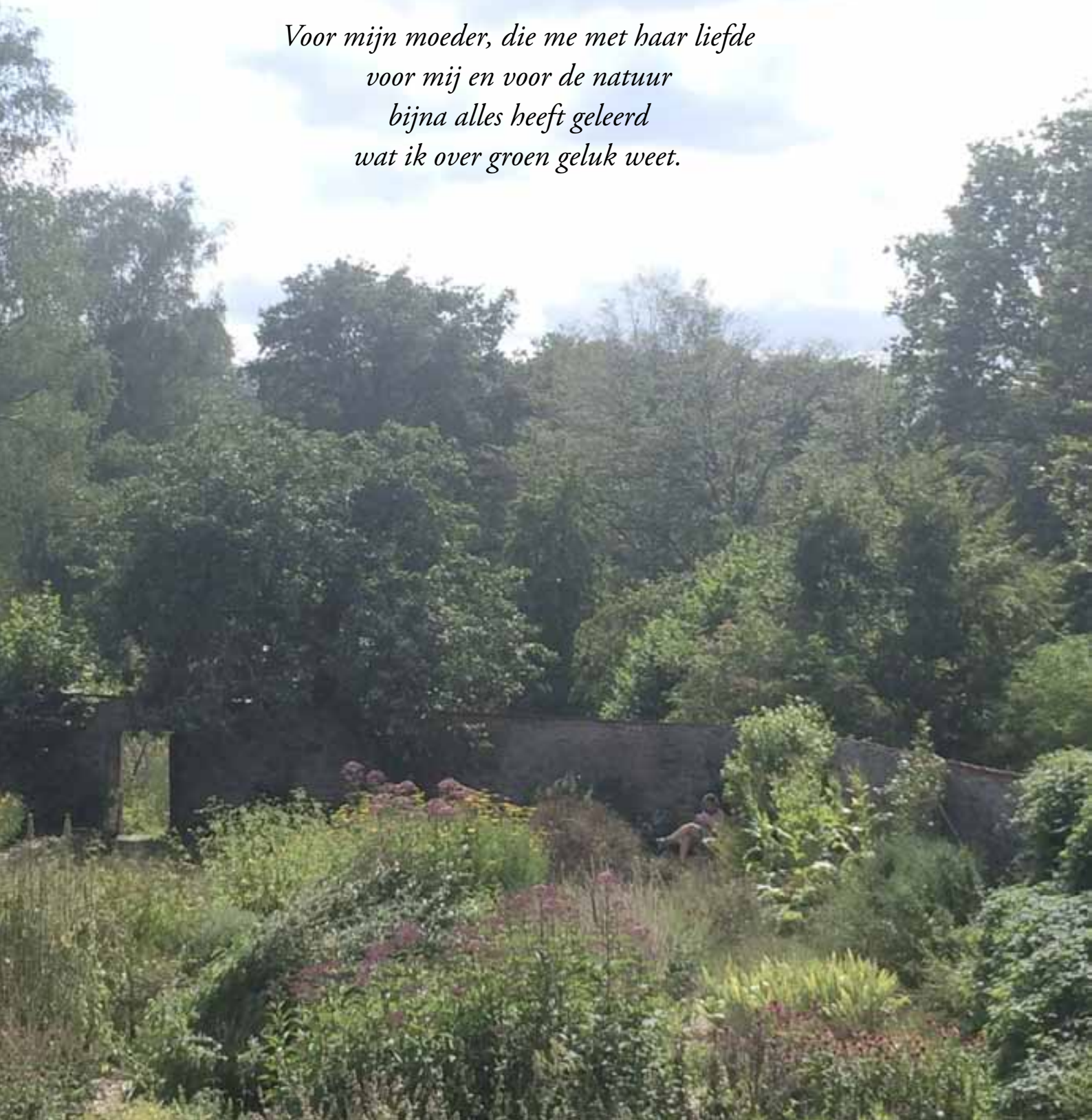
Redactie: Els Veurink

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

ISBN 978-90-8972-372-7

NUR: 728

*Voor mijn moeder, die me met haar liefde  
voor mij en voor de natuur  
bijna alles heeft geleerd  
wat ik over groen geluk weet.*





# Inhoud

7

*Als het maar groen is*  
Want geluk draait niet om groot

13

*Goed gepland is het halve werk*  
Maar sluit verrassingen niet uit

23

*Wie iets wil, moet erproo-  
werken*  
Maar soms krijg je iets cadeau

31

*Onkruid vergaat niet*  
Gelukkig maar!

39

*Overdaad schaadt*  
Het gaat om evenwicht

47

*Alles roer niks?*  
Ook een crisis levert iets op

57

*Paprika houdt van komkommers,  
maar niet ran renkel*  
Weten wat goed is

65

*Zaaien, bemesten en oogsten*  
Alles op het juiste moment

77

*Orde helpt*  
En wildgroei ook

89

*Groeien is vervelken*  
Vastklampen helpt niet

101

*Er gebeurt nooit niets*  
Over rusten en rijpen

111

*Het einde is het begin*  
Vertrouw op de stroom van het leven



*Als het maar  
groen is*

Want geluk draait niet om groot

**A**f en toe ga ik op bezoek bij de moeder van een oude vriendin. Zeker in de zomer is het daar prachtig. We zitten dan in de tuin en drinken koffie onder een oude notenboom. Ze heeft een grote familie en als die even haar aandacht nodig heeft en ons gesprek onderbroken wordt, laat ik mijn blik afdwalen naar de weelderige tuin. Ze heeft alle soorten tomaten geplant die je maar kunt bedenken, en daarnaast ook nog aubergines, snijbieten, koolraap, rode bieten en ik weet niet hoeveel andere planten. Als ze zin heeft in iets zoets, zijn er vijgen, frambozen, aardbeien en aalbessen, ze heeft allerlei bloemen voor de nodige kleur, en er is zelfs nog plek over voor kippen en konijnen. Kortom: die tuin is geweldig, en vooral heel groot.

Het is precies hoe ik me mijn droomtuin voorstel. Er is genoeg ruimte voor alles, je hoeft geen keuzes te maken. Niet of-of, maar en-en. Meestal is dat natuurlijk niet zo; meestal heb je maar beperkt plek en met een klein groentetuintje moet je harde keuzes maken. En zeker op een balkon kun je niet alles kwijt wat je zou willen.

Terwijl ik nog zit te piekeren over mijn ruimtegebrek fluistert een stem in mij: *'Hey, that's life!'* En hoe banaal dat ook klinkt, het is waar. Onze middelen zijn beperkt: tijd, energie, geld, alles. En zelfs als je een enorme tuin hebt, moet je keuzes maken, want hij is dan wel groot, maar niet eindeloos.

Er zijn zelfs mensen die bewust hun opties beperken, zodat ze minder hoeven te kiezen. Ook neurowetenschappers vermoeden dat we maar heel beperkte capaciteiten hebben om beslissingen te nemen. Dat geldt net zo goed voor zaken die op het oog onbeduidend zijn, zoals wat je 's ochtends aantrekt of wat je 's avonds eet. Hoe minder keuzemogelijkheden je op een dag hebt, des te meer energie hou je over voor wat er echt toe doet. Je hoeft natuurlijk niet meteen zo ver te gaan als Steve Jobs, de inmiddels overleden oprichter van Apple. Het schijnt dat al zijn truien hetzelfde waren, zodat hij 's ochtends niet hoefde na te denken wat hij moest aantrekken. Maar misschien helpt het besef dat je mogelijkheden beperkt zijn wel om daar makkelijker vrede mee te hebben.

Zo kan ik dus enorm balen dat ik vaak meer wensen en ideeën heb dan realistisch is, maar ik kan ook blij zijn met die dromenfabriek en het zien als iets moois dat me in beweging houdt. Die dromenfabriek zorgt dat ik blijf openstaan voor nieuwe dingen en dat ik ernaar op zoek blijf gaan. Zij zorgt dat ik goed kijk waar



ik meer ruimte voor mezelf mag maken en waar ik beter kan accepteren dat dingen zijn zoals ze zijn.

In dat spanningsveld leven we allemaal. Als mens ben je altijd een onderdeel. Je leeft in een onvolmaakte wereld en je bent zelf ook onvolmaakt. Geluk is daarom niet gekoppeld aan perfectie en groter en meer is niet automatisch beter. Geluk heeft veel te maken met opgaan in wat er is en met het vertrouwen dat ook alle onvolmaakte dingen op hun eigen manier goed zijn.

Een kleine balkontuin kan een paradijs zijn. Als je besloten hebt welk plantje en welk kruid in welk potje komt, heb je iets wat je met een grote tuin nooit zult krijgen: een overzichtelijke hoeveelheid werk en heel veel tijd om ervan te genieten. Zelfs twee of drie potjes in de vensterbank zijn al genoeg om heerlijk geurige munt, verse tomaatjes en stralende goudbloemen in huis te halen. Als het maar groen is! Want geluk draait niet om groot.

*Het maakt niet uit of een tuin klein of groot is.  
Wat de mogelijkheden van zijn schoonheid betreft,  
zijn de afmetingen net zo onbelangrijk  
als of een beeld groot of klein  
en of een gedicht tien of honderd regels lang is.*

HUGO VON HOFMANNSTHAL

