

Tuinieren voor de geest



Sue Stuart-Smith

# *Tuinieren voor de geest*

Hoe we gelukkiger worden van  
zaaien, wieden en snoeien

Vertaald door Rogier van Kappel en Pon Ruiter



2020

DE BEZIGE BIJ  
AMSTERDAM

Namen en bepaalde kenmerken van diegenen die voor dit boek geïnterviewd zijn over therapeutische projecten zijn veranderd.

Copyright © 2020 Sue Stuart-Smith

Copyright Nederlandse vertaling © 2020 Rogier van Kappel  
en Pon Ruiter

Oorspronkelijke titel *The Well Gardened Mind. Rediscovering Nature in  
the Modern World*

Oorspronkelijke uitgever William Collins/HarperCollinsPublishers,  
Londen

Omslagontwerp bij Barbara

Foto auteur Harry Stuart-Smith

Vormgeving binnenwerk CeevanWee, Amsterdam

Druk Wilco, Zutphen

ISBN 978 90 234 5009 2

NUR 320/424

[debezigebij.nl](http://debezigebij.nl)



Bij de productie van dit boek is gebruikgemaakt van papier dat het keurmerk van de Forest Stewardship Council (FSC®) mag dragen. Bij dit papier is het zeker dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Voor Tom



‘Alle waarlijk wijze gedachten zijn al duizenden keren eerder gedacht; maar om die ons werkelijk eigen te maken, dienen we die eerlijk net zolang opnieuw te denken tot ze wortel schieten in onze persoonlijke ervaring.’

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE





# Inhoud

- 1 Begin 11
  - 2 Groene natuur – menselijke natuur 35
  - 3 Zaadjes en geloof in jezelf 57
  - 4 Een veilige groene ruimte 80
  - 5 De natuur naar de stad brengen 101
  - 6 Wortels 125
  - 7 Flowerpower 151
  - 8 Radicale oplossingen 175
  - 9 Oorlog en tuinieren 202
  - 10 Het laatste jaargetijde van het leven 231
  - 11 Tuintijd 259
  - 12 Uitzicht uit het ziekenhuis 282
  - 13 Groene lont 303
- Bronvermelding en noten 317
- Woord van dank 345



# 1

## Begin

‘Stap in het licht van de dingen,  
laat de natuur je leraar zijn.’

WILLIAM WORDSWORTH (1770-1850)<sup>1</sup>

Lang voordat ik psychiater wilde worden en ik ook maar in de verste verte vermoedde dat tuinieren misschien een belangrijke rol in mijn leven zou gaan spelen, kreeg ik te horen hoe mijn grootvader er na de Eerste Wereldoorlog weer bovenop is gekomen.

Hij was geboren als Alfred Edward May, maar werd altijd Ted genoemd. Toen hij nog maar nauwelijks zijn jongensjaren ontgroeid was, nam hij dienst bij de Royal Navy, waar hij als marconist aan boord van een onderzeeboot werd gestationeerd. In het voorjaar van 1915 liep zijn boot tijdens de Gallipoli-campagne aan de grond in de Dardanellen. Net als de meeste andere bemanningsleden kwam hij er levend uit, maar werd hij vervolgens gevangengenomen. Ted hield destijds een dagboekje bij en daarin heeft hij de eerste maanden van zijn Turkse gevangenschap vastgelegd, maar de periode daarna, die hij onder bijzonder zware omstandigheden doorbracht in een reeks werkkampen, wordt daarin niet beschreven. Het laatste van die werkkampen was een cementfabriek aan de kust van de Zee van Marmara, waaruit hij uiteindelijk in 1918 overzee zou ontsnappen.

Ted werd gered en behandeld aan boord van een Brits hospitaalschip, waarin hij net voldoende op krachten wist te komen om aan de lange thuisreis over land te beginnen. Hij verlangde ernaar om herenigd te worden met zijn verloofde, Fanny. Hij had als sterke en gezonde jongeman afscheid van haar genomen, maar toen hij maanden later gehuld in een rafelige oude regenjas en met een Turkse fez op zijn hoofd bij haar voor de deur stond, kende ze hem bijna niet terug, want hij woog nog geen veertig kilo en was volkomen kaal geworden. De meer dan zesduizend kilometer lange thuisreis was ‘verschrikkelijk’ geweest, vertelde hij Fanny. Tijdens het medisch onderzoek door de Royal Navy bleek hij zo ondervoed dat ze hem hooguit een paar maanden te leven gaven.

Fanny voerde hem echter trouw elk uur kleine hapjes soep, zodat zijn spijsvertering geleidelijk aan weer op gang kwam. Ted begon aan zijn trage herstelproces en niet lang daarna trouwden ze. In dat eerste jaar zat hij vaak urenlang met twee zachte borstels over zijn kale hoofd te strijken om zijn haar weer te laten groeien. Toen dat eindelijk gebeurde, bleek het een weelderige bos, maar was het wel spierwit.

Liefde, geduld en doorzettingsvermogen stelden Ted in staat om te ontkomen aan de sombere prognose van de artsen, maar zijn ervaringen in het gevangenkamp lieten hem niet meer los, en 's nachts waren zijn angsten het hevigst. Hij was vooral bang voor spinnen en krabben, omdat die voortdurend over de gevangenen heen waren gekropen terwijl ze probeerden te slapen. Nog jarenlang vond hij het onverdraaglijk om alleen te zijn in het donker.

De volgende fase van Teds herstel begon in 1920, toen hij zich aanmeldde voor een eenjarige opleiding tot hovenier – een van de vele initiatieven in de naoorlogse jaren om getraumatiseerde ex-militairen weer te laten terugkeren in de samenleving. Na deze opleiding vertrok hij naar Canada, terwijl Fanny thuis achterbleef. Hij ging op zoek naar nieuwe kansen, in de hoop dat zijn lichamelijke en geestelijke krachten van op het land werken nog

verder zouden toenemen. In die tijd waren er Canadese overheidsprogramma's waarbij ex-militairen werden aangemoedigd om te immigreren, en duizenden Britse mannen die waren teruggekeerd uit de oorlog, maakten de lange overtocht.

Ted werkte als seizoenarbeider bij de graanoogst in Winnipeg en vond daarna een vaste baan als tuinman op een ranch in Alberta. Fanny kwam over en een deel van de twee jaar die hij daar werkte hebben ze samen doorgebracht, maar om de een of andere reden is hun droom om in Canada een nieuw bestaan op te bouwen niet tot bloei gekomen. Toch was Ted na zijn terugkeer sterker en gezonder dan voorheen.

Een paar jaar later kochten Fanny en hij een kleine boerderij in Hampshire, waar Ted varkens, bijen en kippen hield en bloemen, fruit en groenten teelde. Tijdens de Tweede Wereldoorlog werkte hij vijf jaar bij het radiostation van de admiraliteit in Londen; mijn moeder herinnert zich nog de pigskin koffer vol thuis geslacht vlees en zelf verbouwde groenten die hij altijd met zich meenam als hij op de trein stapte; als hij terugkwam, zat er dan suiker, boter en thee in. Ze vertelt met enige trots dat het gezin tijdens de oorlog nooit margarine hoefde te eten, en dat Ted zelfs zijn eigen tabak verbouwde.

Ik herinner me zijn goede humeur en hartelijke karakter. De vriendelijkheid die hij uitstraalde, was in mijn kinderlijke ogen afkomstig van een robuuste man die goed in zijn vel zat. Hij straalde rust uit en liep niet met zijn trauma's te koop. Hij kon urenlang bezig zijn in zijn tuin en zijn broeikas, met zijn onafscheidelijke pijp in zijn mond en zijn tabakszak onder handbereik. Dat lange en gezonde leven – hij is bijna tachtig jaar oud geworden – en de wijze waarop hij zich verzoend had met een deel van zijn afschuwelijke ervaringen, wordt in onze familiemythologie toegeschreven aan de heilzame effecten van zijn werk in de tuin en op het land.

Toen ik twaalf was, overleed Ted plotseling aan een aneurysma terwijl hij aan het wandelen was met zijn geliefde Shetland sheepdog. De plaatselijke krant publiceerde een overlijdensbe-

richt met als kop: 'Voormalig jongste duikbootbemanninglid overleden'. In dat bericht stond te lezen dat Ted tijdens de Eerste Wereldoorlog twee keer dood was gemeld, en dat hij en een aantal andere krijgsgevangenen na hun ontsnapping uit de cementfabriek 23 dagen uitsluitend op water hadden geleefd. Het overlijdensbericht besloot met zijn liefde voor tuinieren: 'Hij besteedde een groot deel van zijn vrije tijd aan het onderhoud van zijn grote tuin, en heeft zich plaatselijke roem verworven als kweker van enkele zeldzame orchideeën.'

Ergens diep in haar innerlijk moet mijn moeder daarop teruggevallen zijn toen mijn vader nog voor zijn vijftigste overleed en haar als betrekkelijk jonge weduwe achterliet. In de tweede lente na zijn dood vond ze een nieuw huis en nam ze de taak op zich om de verwaarloosde tuin weer op te knappen. Hoewel ik destijds, zoals dat met jongeren gaat, erg met mezelf bezig was, viel het me toch op dat ze naast al het spitten en wieden ook een proces doormaakte waarin ze zich verzoende met zijn dood.

In dat stadium van mijn leven was tuinieren niet iets waarvan ik dacht dat ik er ooit veel tijd aan zou besteden. Ik was geïnteresseerd in de literaire wereld en vast van plan om me aan het leven van de geest te wijden. Wat mij betrof was tuinieren een vorm van huishoudelijk werk in de openlucht, en onkruid wieden trok me al net zomin als scones bakken of gordijnen wassen.

Tijdens mijn studie was mijn vader voortdurend ziekenhuis in en ziekenhuis uit gegaan, en hij overleed toen ik aan mijn laatste jaar begon. Ik werd 's ochtends vroeg gebeld met het nieuws, en zodra het licht werd, liep ik door de stille straten van Cambridge naar het park en daardoorheen naar de rivier. Het was een zonnige oktoberochtend en de wereld was groen en stil. Het gras, de bomen en het water boden op de een of andere manier troost. In die vredige omgeving kon ik de afschuwelijke werkelijkheid onder ogen zien en tot me laten doordringen dat hoe mooi de dag ook zijn mocht, mijn vader daar geen getuige meer van was.

Misschien heeft deze plek vol groen en water me herinnerd

aan gelukkigere momenten, en aan het landschap dat ik als kind had leren kennen. Mijn vader had een boot op de Theems liggen, en toen mijn broer en ik klein waren, hebben we vele vakanties en weekends op het water doorgebracht. Eén keer zijn we zelfs op expeditie gegaan naar de bron van de rivier, of in ieder geval naar een plek daar zo dichtbij mogelijk. Ik herinner me de stille, mistige ochtenden nog, en het verrukkelijk onbekommerde spelen in de zomerse uiterwaarden, en het vissen met mijn broer – dat was wat we toen het liefst deden.

In mijn laatste paar trimesters in Cambridge kreeg poëzie voor mij nieuwe emotionele betekenis. Mijn wereld was onherroepelijk veranderd en ik zocht houvast in verzen over de troost van de natuur en de cyclus van het leven. Dylan Thomas en T.S. Eliot boden allebei troost, maar het meeste had ik aan Wordsworth, de dichter die zelf had geleerd:

Om de natuur te bezien, niet als in het uur  
van de gedachteloze jeugd; maar terwijl ik vaak  
de stille, trieste muziek der mensheid hoor (...).<sup>2</sup>



Verdriet isoleert, ook als dat verdriet gedeeld wordt. Een verlies dat een gezin verwoest, wekt de behoefte om op elkaar te leunen, maar tegelijkertijd lijden alle gezinsleden onder het verlies van een dierbare, en zijn ze allemaal de instorting nabij. Mensen zijn dan geneigd om elkaar te beschermen tegen al te veel rauwe emotie, en dus kan het soms gemakkelijker zijn om je gevoelens uitsluitend aan de oppervlakte te laten komen als er geen andere mensen bij zijn. Bomen, water, stenen en lucht mogen dan op geen enkele manier beïnvloed worden door menselijke emoties, ze wijzen ons ook niet af. De natuur laat zich niet door ons raken en omdat we haar niet met onze gevoelens kunnen aansteken, kunnen we in haar gezelschap een vorm van troost vinden die de eenzaamheid van het verlies draaglijker maakt.

In de eerste paar jaar na de dood van mijn vader voelde ik me aangetrokken tot de natuur, zij het niet in tuinen, maar aan zee. Zijn as was niet ver van zijn huis aan de zuidkust uitgestrooid in het water van de Solent, de drukbevaren zeestraat tussen Engeland en het eiland Wight, maar ik vond vooral troost op de lange, verlaten stranden van noordelijk Norfolk, waar vrijwel geen schip te bekennen was. De horizon hier was breder dan ik ooit had gezien. Het voelde als het einde van de wereld en ik had het gevoel dat ik hier zo dicht bij hem in de buurt kwam als het maar kon.

Omdat ik voor een van mijn tentamens Freud had gelezen, had ik belangstelling gekregen voor de werking van de psyche. Mijn plan om te promoveren in de Engelse literatuur liet ik varen, en ik besloot in plaats daarvan medicijnen te gaan studeren. In het derde jaar van de artsenopleiding trouwde ik met Tom, voor wie tuinieren een manier van leven was. Omdat hij daar zo van hield, besloot ik zijn voorbeeld te volgen, maar eerlijk gezegd was ik nog steeds een tuinscepticus. Tuinieren leek me destijds gewoon het zoveelste huishoudelijke klusje, al was het een stuk prettiger (als de zon scheen tenminste) om zulke klusjes buiten te doen dan binnen.

Een paar jaar later verhuisden we samen met onze nog piepkleine Rose naar een paar verbouwde boerenschuren niet ver van het huis van Toms familie in Serge Hill in Hertfordshire. In de jaren daarna kreeg Rose gezelschap van Ben en Harry, terwijl Tom en ik ons op het aanleggen van een volkomen nieuwe tuin stortten. The Barn, zoals we ons nieuwe huis hadden genoemd, werd omgeven door open veld, en omdat het op een noordelijke heuvelhelling lag, hadden we vooral beschutting nodig tegen de wind. We spitten een paar stukken grond om op de stenige helling, plantten bomen en heggen, en maakten omheiningen van met leem opgevuld vlechtwerk; en daarnaast spanden we ons erg in om de grond te verbeteren. Niets van dit alles hadden we gekund zonder enorm veel steun en aanmoediging van Toms ouders en een aantal hulpvaardige vrienden. Als we een keien-



feestje gaven, hielp Rose samen met haar grootouders, ooms en tantes mee om eindeloze reeksen emmers vol te stoppen met keien en kiezels en die vervolgens weg te sjuwen.

Ik was lichamelijk en emotioneel ontworteld geraakt en moest opnieuw het gevoel zien op te bouwen dat ik hier thuis was, maar ik zag tuinieren nog steeds niet als een bezigheid die me zou kunnen helpen om me thuis te gaan voelen. Ik was me echter wel sterk bewust van de groeiende betekenis van de tuin in het leven van onze kinderen. Ze begonnen met hutten bouwen in het struikgewas en brachten urenlang door in zelfverzonnen werelden, die de tuin tot een plek maakten die zowel in hun fantasie als in de werkelijkheid bestond. Pas toen Harry, onze jongste, de kleuterleeftijd had bereikt, begon ik eindelijk zelf planten te telen. Ik raakte geïnteresseerd in kruiden en verslond er hele boeken over. Dit nieuwe studiegebied leidde tot experimenten in de keuken en een kruidentuintje dat inmiddels ‘van mij’ was. Er waren een paar tuinrampen, waaronder een invasie van komkommerkruid en een bijzonder hardnekkige soort zeepkruid, maar gerechten met allerlei zelfgekweekte kruiden maakten ons leven aangenamer, en van daaruit was het maar een kleine stap om ook zelf groenten te gaan kweken. Ik vond het fantastisch, maar het ging me in dat stadium alleen nog maar om de oogst!

Tegen die tijd was ik halverwege de dertig en werkte ik als psychiater in de Engelse gezondheidszorg. Doordat mijn tuinwerk concrete resultaten opleverde, vormde dat een fraai contrast met mijn professionele leven, waar ik te maken had met de veel minder tastbare eigenschappen van de geest. Mijn werk ‘op zaal’ en in allerlei klinieken speelde zich namelijk binnenshuis af, maar het tuinieren bracht me weer in contact met het buitenleven.

Ik ontdekte hoe plezierig het was om met niets bijzonders in gedachten door de tuin te zwerven en op te merken hoe de planten veranderden, groeiden, verlepden of juist vrucht droegen. Geleidelijk aan begon ik anders tegen alledaagse klusjes aan te

kijken. Het drong tot me door dat het bij wieden, schoffelen en water geven er niet zozeer om gaat dat je snel klaar bent, maar juist om er al doende volledig bij betrokken te raken. Water geven is kalmerend – zolang je er geen haast mee hebt – en, vreemd genoeg, voel je je als je klaar bent al net zo opgefrist als de planten zelf.

Planten opkweken uit zaad was het grootste genoegen dat ik destijds aan mijn tuin beleefde – en ook nu heb ik daar nog steeds veel plezier in. Aan zaad is op geen enkele manier te zien wat eruit gaat komen en hun omvang houdt geen verband met het latente leven dat ze bevatten. Bonen komen spectaculair snel op. Erg mooi zijn ze niet, maar je kunt hun brute kracht onmiddellijk voelen. De zaadjes van de tabaksplant zijn zo fijn als stofkorreltjes, zodat je niet eens kunt zien waar je ze hebt gezaaid. Het lijkt onwaarschijnlijk dat er ooit iets uit zal opkomen, laat staan dat ze je hele wolken vol geurige tabaksplantbloemen zullen opleveren, maar toch gebeurt dat. Ik kan voelen hoe nieuw leven tot hechting leidt doordat ik merk dat ik bijna dwangmatig telkens weer naar mijn zaadjes en zaailingen ga kijken. Als ik naar de broeikas loop, stap ik met ingehouden adem naar binnen omdat ik de stilte van al dat ontluikende leven niet wil verstoren.

Als je aan het tuinieren bent, valt tegen de seizoenen in wezen niets in te brengen, al kun je sommige dingen wel een beetje uitstellen – ik strooi dat zaad volgende week wel uit, die bollen plant ik van het weekend wel. Er komt een moment waarop je je realiseert dat je getreuzel elk ogenblik een gemiste kans kan worden, maar net zoals je vanzelf door de stroom wordt meegevoerd als je in een rivier springt, gaat het ook met zaad en zaailingen. Als ze eenmaal geplant zijn, word je meegesleurd door de energie van de aardse kalender.

Ik geniet het meest van tuinieren in de voorzomer, als de groeikracht op zijn sterkst is en er veel geplant moet worden. Zodra ik eenmaal begonnen ben, weet ik niet meer van ophouden. Ik werk door in het wegstervende avondlicht totdat het zo donker is dat ik vrijwel geen hand voor ogen meer kan zien. Als

ik ophoud, straalt het huis aan alle kanten licht uit en lokt de warmte me weer naar binnen.

Natuurlijk is er geen enkele manier om te tuinieren zonder dat er van alles mislukt. Telkens weer zijn er van die momenten waarop je vol verwachting naar buiten stapt en dan geconfronteerd wordt met de trieste restanten van prachtige jonge sla of hele rijen genadeloos kaalgevreten boerenkool. De gedachteloze eetgewoonten van slakken en konijnen kunnen machteloze woede opwekken, en de vasthoudendheid en het doorzettingsvermogen van allerlei soorten onkruid kunnen dodelijk vermoeiend zijn.

Niet alle voldoening die je kunt ontlene aan het verzorgen van planten heeft te maken met het scheppen van nieuw leven. Het mooie van destructief zijn in de tuin is dat dat niet alleen mag, maar zelfs noodzakelijk is, want als je niet zo nu en dan dingen stukmaakt, raakt je hele tuin overwoekerd. Heel veel dingen die je doet tijdens het tuinieren zijn doortrokken van agressie, zoals bijvoorbeeld planten snoeien, de moestuin stevig ompspitten, slakken afslachten, kriebelmuggen doodslaan, kleefkruid uitrukken en brandnetels wieden. Je kunt je daar vol enthousiasme en zonder enige terughoudendheid op storten, want het is allemaal vernietigen omwille van het scheppen. Nadat je urenlang op zo'n manier in de tuin hebt gewerkt, kun je je lichamelijk helemaal op voelen, maar innerlijk toch ook weer helemaal nieuw, zowel gezuiverd als van nieuwe energie voorzien, alsof je in de loop van dat proces ook aan jezelf hebt gewerkt. Het is een soort van tuincatharsis.



Aan het einde van de winter, als de ijskoude maartse wind waait, raak ik elk jaar weer in de ban van de broeikas en zijn verlokkelijke warmte. Wat maakt het toch zo bijzonder om een broeikas binnen te stappen? Komt het door het hoge zuurstofniveau, door de warmte of door het speciale licht? Of is het gewoon de nabij-

heid van al die groene, geurige planten? Het is net alsof alle zintuiglijke gewaarwordingen in deze beschermde privéruimte verhevigd worden.

Vorig jaar was ik op een bewolkte lentedag helemaal verdiept in mijn werk in de broeikas – water geven, zaaien, compost versjouwen en allerlei andere klusjes. Toen trokken de wolken weg, en terwijl de zon aan alle kanten naar binnen scheen, bevond ik me plotseling in een zinderende groene wereld. Ik had net gespreeid, alle bladeren waren bezaaid met weelderig flonkerende druppeltjes en heel even had ik een overweldigend sterk besef van aardse goedheid – een herinnering die ik sindsdien als een geschenk uit het verleden met me meedraag.

Die dag had ik in de broeikas wat zonnebloemen gezaaid. Toen ik de zaailingen een maand later buiten plantte, dacht ik dat een deel ervan het niet zou halen; de grootste vermoedelijk wel, maar de andere stonden er schots en scheef bij, en maakten een weerloze indruk. Terwijl ze groeiden en geleidelijk aan sterker werden, keek ik voldaan toe, al had ik nog steeds het gevoel dat ze goed in de gaten gehouden moesten worden. Maar toen zetten ze er vaart achter en richtte ik mijn aandacht op andere zaailingen, die kwetsbaarder waren.

Ik zie tuinieren als een voortdurende herhaling in telkens nieuwe vormen; ik doe iets en dan draagt de natuur haar steentje bij. Vervolgens reageer ik daarop, en zo gaat het verder, eigenlijk net als in een gesprek. Tijdens dat gesprek wordt niet gefluisterd, geschreeuwd of op welke manier dan ook gesproken, maar toch bevat deze voortdurende uitwisseling een vertraagde, maar wel aanhoudende dialoog. Ik moet toegeven dat ik soms nogal stilletjes ben en traag reageer, dus het is maar goed dat we planten hebben die wel een beetje verwaarlozing kunnen verdragen. En als je toch een tijdje weggaat, is het allemaal des te intrigerender na je terugkeer. Het is net alsof je te horen krijgt wat er in je afwezigheid allemaal gebeurd is.

Op een dag realiseerde ik me dat alle zonnebloemen nu stevig, trots en onafhankelijk op een rij stonden, en elk ogenblik in

bloei konden komen. ‘Wanneer en hoe zijn jullie allemaal zo groot geworden?’ vroeg ik me af. Niet lang daarna keek de plant waar ik het meest van had verwacht, en die ook nu nog de sterkste was, vanaf zijn grote hoogte met zijn reusachtige, felgele bloem op me neer. Ik voelde me heel klein in zijn aanwezigheid, maar op een vreemde manier was ik er ook wel trots op dat ik degene was die zijn leven in beweging had gezet.

Wat was er een maand later veel veranderd! De bijen hadden de zonnebloemen helemaal uitgewoond. Hun bladeren waren verlept en de langste kon zijn gebogen hoofd nog maar nauwelijks rechtop houden. Nog maar kortgeleden zo trots en nu zo mismoedig en triest! Ik voelde een sterke aandrang om de hele rij te rooien, maar ik wist dat als ik hun gehavende treurigheid een tijdje verdroeg, ze zouden verbleken en opdrogen in de zon, en ons in een andere gedaante zouden begeleiden naar de herfst.



Een tuin verzorgen betekent dat je tot je laat doordringen dat die voortdurend in ontwikkeling is, en steeds beter gaat begrijpen wat werkt en wat niet werkt. Je moet een relatie opbouwen met de plek als geheel, met zijn klimaat, zijn grond en de planten die er groeien. Dit is een werkelijkheid waarmee je zult moeten worstelen, en terwijl je daarmee bezig bent zul je vrijwel zeker bepaalde dromen moeten laten varen.

Onze rozentuin, die we hadden aangelegd op een van de eerste stukken vrijgemaakte grond, was een van die verloren dromen. We hadden de bloembedden gevuld met mooie oude rozen, zoals Belle de Crécy, Cardinal de Richelieu en Madame Hardy. Maar mijn favoriet was de delicate, bedwelmende Fantin Latour, met zijn platte blaadjes, die wel iets weg hadden van verfrommeld lichtroze vloeipapier. Je kunt je neus in zijn fluweelzachte bloem duwen en je verliezen in zijn geur. We wisten destijds nog niet dat ze maar zo kort bij ons zouden zijn, maar het duurde niet lang voordat ze begonnen te protesteren tegen hun

levensomstandigheden. Onze grond was niet bijzonder geschikt voor rozen, en de met leem bestreken omheiningen boden te weinig ventilatie. Elk jaar weer werd het een strijd om de zwarte vlekken en meeldauw die het op ze voorzien hadden in bedwang te houden, en tenzij ze werden bespoten, maakten ze een treurige en zieke indruk. Het stond ons tegen om ze uit de grond te rukken, maar wat heeft het voor zin om bij het tuinieren tegen de natuur in te gaan? Natuurlijk heeft dat geen zin, en daarom moesten ze weg. O, wat heb ik ze gemist en wat mis ik ze nog! Hoewel alle rozen in die bloembedden allang zijn vervangen door overblijvende planten, noemen we ze nog steeds 'de rozentuin', dus de herinnering blijft.

Tom en ik hadden geen van beiden zin om onze planten te bespuiten met bestrijdingsmiddelen; vanwege de ziekte van mijn vader was ik daar bijzonder bang voor. Toen ik nog een kind was, kreeg hij een ziekte aan zijn beenmerg die alleen maar veroorzaakt wordt door blootstelling aan gifstoffen in het milieu. Het is nooit helemaal duidelijk geworden welke stof de oorzaak is geweest van deze catastrofe, maar onder de mogelijke schuldigen bevonden zich een blik met een allang verboden pesticide dat zich schuilhield op een plank in de schuur, en een antibioticum dat hem was voorgeschreven toen hij het jaar daarvoor op vakantie in Italië ziek was geworden. Hij was toen bijna dood geweest, maar de behandeling wist de schade gedeeltelijk ongedaan te maken, en hoewel hij niet te genezen was, heeft hij nog veertien jaar geleefd. Hij was lang en fysiek sterk, dus zo nu en dan konden we vergeten dat het merg in zijn botten nog maar half werkte. Op de achtergrond was zijn ziekte echter permanent aanwezig, en telkens als hij weer eens een levensbedreigende crisis doormaakte, konden we alleen maar hopen.

In die fase van mijn kindertijd was er een tuin die veel sterker tot mijn verbeelding sprak dan onze tuin thuis. Mijn moeder ging regelmatig met mijn broertje, mijzelf en eventuele vriendjes en vriendinnetjes naar de Isabella Plantation, de bostuin in Richmond Park. Zodra we daar aankwamen, gingen we er op

een holletje vandoor om te genieten van de huivering die het met zich meebracht om het terrein te verkennen en ons te verstoppen tussen de reusachtige rododendrons. Het struikgewas was dicht genoeg om er een tijdje in te kunnen verdwalen en je paniekerig te realiseren dat je helemaal alleen was.

Maar iets anders in die tuin was eigenlijk nog veel enger. Op een kleine open plek diep in het bos ontdekten we een rood en geel geschilderde woonwagen, met boven de deur een bordje met de tekst: LAAT ALLE HOOP VAREN GIJ DIE HIER BINNENTREEDT. Elke keer daagden we elkaar uit om deze waarschuwing te negeren, maar de gedachte om alle hoop te laten varen was voor mij heel bedreigend. Het leek wel of ik door die deur te openen allerlei vreselijke angsten zou kunnen ontketenen, angsten die ik niet eens durfde te benoemen. Zoals altijd bleken fantasieën over het onbekende veel krachtiger dan de werkelijkheid. Toen we op een dag eindelijk de deur openden, zagen we een eenvoudig geel geschilderd interieur met een houten bed erin, en natuurlijk gebeurde er niets.

Terwijl je door alles wat je meemaakt wordt gevormd, ben je je daar niet van bewust, omdat die belevenissen, wat die ook mogen inhouden, gewoon jouw leven zijn, het enige wat je hebt, en alles wat je meemaakt, maakt deel uit van degene die je bent. Pas veel later, toen ik aan mijn opleiding tot psychoanalytisch therapeut begon en van wal stak met mijn eigen analyse, drong het tot me door wat een schok mijn kinderwereld door de ziekte van mijn vader te verwerken gekregen moest hebben. Toen pas werd me duidelijk waarom het dreigement boven de deur van de woonwagen zo op mijn kinderlijke verbeelding had gewerkt en waarom de nieuwsberichten over een lek in een chemische fabriek in het Italiaanse Seveso me op mijn zestiende zo hadden beziggehouden. Door een ontploffing was er een wolk gifgas vrijgekomen, en de verwoestende gevolgen daarvan werden pas langzaam duidelijk. Niet alleen de bodem was vergiftigd, maar ook de lokale bevolking zou nog lang te kampen hebben met ernstige gezondheidsschade.<sup>3</sup> De ramp had iets in me losge-

maakt, en voor het eerst werd ik me bewust van milieuverontreiniging en de politieke aspecten daarvan. Het onbewuste gaat echter zo te werk dat ik de overeenkomsten met de onbekende chemische stof die mijn vader ziek had gemaakt niet onderkende. Ik wist alleen maar dat ik op een zeer ingrijpende manier wakker was geschud.

Door terug te kijken op het verleden en allerlei herinneringen opnieuw onder de loop te nemen werd ik in de loop van mijn analyse ook op een andere manier wakker, dat wil zeggen: ik werd me bewust van mijn eigen geestesleven. Het drong tot me door dat verdriet ondergronds kan gaan en dat gevoelens andere gevoelens aan het oog kunnen onttrekken. Zo nu en dan golven er nieuwe inzichten door de psyche, zodat er van alles wordt losgewoeld, en hoewel een deel van die inzichten misschien welkom en verfrissend is, kunnen andere veel moeilijker te verwerken zijn. En terwijl ik met dat alles worstelde, was ik aan het tuinieren.

Een tuin biedt je niet alleen een beschermde materiële ruimte die je helpt je geestelijke ruimte te vergroten en te verstevigen, maar schenkt je ook de rust en stilte om je eigen gedachten te kunnen horen. Hoe meer je opgaat in het met je handen werken, hoe meer innerlijke vrijheid je krijgt om je gevoelens te ordenen en te verwerken. Tegenwoordig gebruik ik tuinieren om mezelf tot rust te brengen en de druk op mijn geest langzaam te verminderen. Terwijl de emmers met onkruid langzaam vol raken, zakt het rumoer van allerlei met elkaar om aandacht strijdende gedachten in mijn hoofd op de een of andere manier langzaam weg. Ideeën die lang onder de oppervlakte hebben gelegen, komen boven en nog vrijwel amorfe gedachten komen zo nu en dan bij elkaar en nemen dan onverwacht vorm aan. Op zulke momenten heb ik het gevoel dat ik niet alleen lichamelijk maar ook geestelijk aan het tuinieren ben.





Ik ben gaan begrijpen dat je bij het aanleggen en onderhouden van een tuin diepe existentiële processen kunt doormaken. En zo komt het dat ik mezelf de vraag stel wat we eigenlijk doen als we tuinieren. Hoe kan tuinieren zo'n uitwerking hebben? Hoe kan het ons helpen onze plek in de wereld te vinden als we het gevoel hebben dat we die zijn kwijtgeraakt? Op dit punt in de 21ste eeuw, nu het percentage mensen dat lijdt aan depressies, angststoornissen en andere psychische kwalen almaar lijkt te stijgen<sup>4</sup> en onze almaar verder verstedelijkende levenswijze steeds afhankelijker wordt van de technologie, is het wellicht belangrijker dan ooit om te begrijpen hoe tuin en psyche op elkaar inwerken.

Al sinds de oudheid wordt onderkend dat tuinen een helende uitwerking kunnen hebben, en miljoenen mensen overal ter wereld brengen hun vrije tijd door met tuinieren. Tuinieren is in wesen een voedende en verzorgende bezigheid en voor veel mensen is tuinieren, naast kinderen krijgen en grootbrengen, een van de waardevolste onderdelen van hun bestaan. Natuurlijk zijn er ook mensen voor wie tuinieren een corvee is, en die altijd liever iets anders zouden doen, maar de combinatie van lichaamsbeweging in de openlucht en bezigheden waarin je helemaal kunt opgaan, wordt door veel mensen beschouwd als iets wat zowel rust als energie verschaft. Hoewel andere vormen van creativiteit en lichaamsbeweging in het groen ook zulke heilzame effecten kunnen hebben, is er geen enkele andere activiteit waarbij we zo'n nauwe relatie krijgen met planten en de aarde. Intensief contact met de natuur beïnvloedt ons op andere niveaus dan andere bezigheden; soms gaan we er helemaal in op. Dan zijn we volledig aanwezig in het heden en merken we duidelijk welke effecten deze manier van omgaan met de natuurlijke wereld op ons heeft. Tuinieren kan echter ook langzaam en onbewust op ons inwerken, op een manier die bijzonder nuttig kan zijn voor mensen die te kampen hebben met trauma, ziekte en verlies.

Wellicht is er niemand die de invloed van de natuur op het in-

nerlijke leven intensiever onderzocht heeft dan de dichter William Wordsworth. Hij beschikte over een vooruitziende psychologische blik en vanwege zijn aandacht voor wat er omgaat in het onbewuste wordt hij soms gezien als een voorloper van het psychoanalytische denken.<sup>5</sup> Met een intuïtieve en sindsdien door de neurowetenschap bevestigde gedachtesprong<sup>6</sup> doorgrondde Wordsworth dat onze zintuiglijke indrukken niet passief worden vastgelegd, maar dat we onze belevenissen al terwijl zich die voordoen zelf construeren, en zo de wereld om ons heen niet alleen waarnemen maar ook, zoals hij het uitdrukte, ‘half-scheppen’. De natuur blijkt dus niet alleen de geest te bezielen, maar de geest bezielt op zijn beurt ook de natuur. Wordsworth meende dat zo’n levende relatie met de natuur een bron van kracht vormt die bevorderlijk kan zijn voor een gezonde geestelijke groei. Hij begreep ook wat het inhoudt om tuinier te zijn.

Voor Wordsworth en zijn zus Dorothy was gezamenlijk tuinieren een belangrijk middel om iets van het verloren verleden terug te winnen.<sup>7</sup> Het was een reactie op hun verlies, want ze waren al op jonge leeftijd wees geworden en daarna langdurig van elkaar gescheiden geraakt, en dat hadden ze als zeer pijnlijk ervaren. Toen ze hun intrek namen in het in het Lake District gelegen Dove Cottage, werd de tuin die ze daar samen aanlegden een belangrijk onderdeel van hun leven, dat hen hielp om weer een gevoel van thuis-zijn te scheppen. Ze verbouwden groenten, geneeskrachtige kruiden en andere nuttige planten, maar een groot deel van de tuin was zeer naturalistisch en liep schuin een steile helling op. Dit kleine ‘hoekje berggrond’, zoals Wordsworth het noemde, was vol ‘geschenken’: wilde bloemen, varens en mossen die ze op hun wandeltochten hadden meegenomen als offers aan de aarde.<sup>8</sup>

In die tuin heeft Wordsworth vaak aan zijn gedichten gewerkt. Hij beschreef het wezen van de poëzie ‘als emotie in rust herinnerd’,<sup>9</sup> en inderdaad geldt voor iedereen dat we ons in de juiste omgeving moeten bevinden om de rustige gemoedstoestand te kunnen bereiken die we nodig hebben om heftige of on-

stuimige gevoelens te verwerken. De tuin van Dove Cottage, met zijn veilige beslotenheid en prachtige uitzichten, verschaftte hem precies zo'n omgeving. Veel van zijn mooiste gedichten zijn geschreven terwijl hij hier woonde, en hier heeft hij zijn levenslange gewoonte ontwikkeld om het metrum van zijn verzen uit te proberen door hardop zijn dichtregels te reciteren terwijl hij over de tuinpaden beende.<sup>10</sup> De tuin vormde dus niet alleen een fraaie omgeving voor het huis, maar ook een heilzame omgeving voor de geest, die des te meer betekenis in zich droeg omdat Dorothy en hij die eigenhandig hadden vormgegeven.

Wordsworths liefde voor de tuinierskunst is een minder bekend aspect van zijn leven, maar hij is tot op hoge leeftijd een toegewijd tuinier gebleven.<sup>11</sup> Hij heeft een aantal tuinen aangelegd, waaronder een beschutte wintertuin voor zijn begunstigster, Lady Beaumont, die bedoeld was als therapeutisch toevluchtsoord en erop ontworpen was om haar verlichting te schenken tijdens haar aanvallen van melancholie. Het doel van zo'n tuin als deze was, zo schreef hij: 'om de natuur te helpen bij het bewegen van de gemoedstoestanden'. Door de helende effecten van de natuur op deze wijze in geconcentreerde vorm toe te dienen, beïnvloeden tuinen ons in de eerste plaats via onze gevoelens, maar hoezeer ze ook als toevluchtsoord van de wereld afgescheiden zijn, toch bevinden we ons hier, zoals hij het omschreef, 'te midden van de werkelijkheid der dingen'.<sup>12</sup> Deze 'werkelijkheid der dingen' omvat niet alleen alle natuurlijke schoonheid, maar ook het verstrijken van de seizoenen en de gehele levenscyclus. Met andere woorden, tuinen vormen weliswaar een toevluchtsoord waar we ons korte tijd van de wereld kunnen afzonderen, maar ze brengen ons ook in contact met de fundamentele aspecten van het leven.



Als plek waar de tijd tijdelijk is opgeheven stelt de beschermde ruimte van een tuin ons in staat om onze innerlijke en uiterlijke

wereld naast elkaar te laten bestaan, vrij van de druk van het leven van alledag. In deze zin bieden tuinen ons een tussenruimte, die een ontmoetingsplaats kan zijn voor ons diepste, van dromen doortrokken zelf en de echte, materiële wereld. Deze vervagende grenzen maken deel uit van wat de psychoanalyticus Donald Winnicott een 'transitionele ervaring' heeft genoemd. Winnicotts conceptualisering van transitionele processen was tot op zekere hoogte beïnvloed door Wordsworths opvatting over de wijze waarop we door middel van een combinatie van waarnemen en scheppen de wereld bewonen.<sup>13</sup>

Winnicott was ook kinderarts, en zijn model van de geest heeft betrekking op het kind in relatie tot het gezin en de baby in relatie tot de moeder.<sup>14</sup> Hij stelde nadrukkelijk dat een baby alleen kan bestaan door een relatie met een verzorger. Als we van buitenaf naar een moeder en een baby kijken is het gemakkelijk om die twee van elkaar te onderscheiden, maar hun subjectieve beleving is minder duidelijk afgebakend. Er is een belangrijk overlappend of tussenliggend gebied waarin de moeder de gevoelens van de baby voelt zodra de baby die uit, en de baby op zijn beurt nog niet weet waar hij begint en zijn moeder ophoudt.

In grote lijnen kan er, net zoals er geen baby kan zijn zonder verzorger, geen tuin zijn zonder tuinier. Een tuin is altijd de expressie van iemands innerlijke leven en het resultaat van iemands zorg. Ook tijdens het tuinieren is het niet mogelijk om een duidelijk en helder afgebakend onderscheid te maken tussen het 'ik' en het 'niet-ik'. Als we even wat afstand nemen van ons werk, hoe kunnen we dan uit elkaar houden wat een geschenk van de natuur is, en wat onze eigen bijdrage? Zelfs terwijl we druk in de weer zijn is dat niet per se helder. Soms krijg ik als ik helemaal opga in het een of andere tuinklusje het gevoel dat ik deel uitmaak van het klusje en het klusje deel uitmaakt van mij; de natuur stroomt zowel in mij als door mij heen.

Een tuin is een transitieruimte doordat hij een tussenruimte vormt tussen het huis en het omringende landschap, waarin de wilde en in cultuur gebrachte natuur elkaar overlappen. Als je in

de tuin met je handen door de aarde woelt, is dat niet in strijd met dromen van het paradijs of geciviliseerde idealen van schoonheid en verfijning. De tuin is een plek waar deze beide uitersten samenkomen, en wellicht zelfs de enige plek waar dat zo moeiteloos gaat.

Winnicott meende dat het spel onze psyche van nieuwe levendigheid voorzag, maar hij benadrukte dat we ons veilig en onbespied moeten voelen om een denkbeeldige wereld binnen te kunnen gaan.<sup>15</sup> Om de ervaring te beschrijven gebruikte hij een van de voor hem zo kenmerkende paradoxen. Het is voor een kind heel belangrijk, schreef hij, dat het leert het vermogen te ontwikkelen om 'in zijn eentje te spelen in aanwezigheid van de moeder'.<sup>16</sup> Als ik aan het tuinieren ben, krijg ik vaak het gevoel dat ik helemaal opga in mijn eigen wereldje. Het is net alsof ik in de veilige beschutting van de tuin in het soort gezelschap verkeer dat me in staat stelt om alleen te zijn en mijn eigen wereld binnen te gaan. Er wordt steeds beter onderkend dat spel en dagdromen allebei bijdragen aan de psychische gezondheid, en die heilzame ervaringen houden niet op als onze kindertijd voorbij is.



De emotionele en lichamelijke investering die werken aan een bepaalde plek met zich meebrengt, houdt in dat die in de loop van de tijd verweven raakt met ons identiteitsbesef. Als zodanig kan dat werk ook uitgroeien tot een beschermend deel van onze identiteit, dat ons stevigheid kan verschaffen als we het zwaar te verduren krijgen. Maar doordat het traditionele patroon van een diepgewortelde band met een bepaalde plek verloren is gegaan, zijn we ook de potentieel stabiliserende effecten die zo'n gehechtheid kan bieden uit het oog verloren.

Het hechtingsonderzoek is in de jaren zestig opgezet door psychiater en psychoanalyticus John Bowlby, en inmiddels beschikt het vakgebied over een uitgebreid corpus aan onderzoek.

Bowlby beschouwde de hechtingstheorie als ‘het fundament’ van de menselijke psychologie.<sup>17</sup> Hij was ook een groot natuurkenner en dat is van invloed geweest op de ontwikkeling van zijn ideeën. Hij heeft beschreven hoe vogels om hun nest te bouwen elk jaar weer terugkeren naar dezelfde plek, die vaak heel dicht bij de plek ligt waar ze zelf uit het ei zijn gekropen, en hoe dieren, anders dan vaak gedacht wordt, niet lukraak rondzwerven, maar een eigen territorium hebben, een ‘thuisgebied’ rondom hun hol of nest.<sup>18</sup> Op dezelfde wijze, zo schreef hij, ‘is de omgeving van ieder mens uniek voor hemzelf’.

Hechting aan een plek en hechting aan andere mensen hebben dezelfde evolutionaire oorsprong, en bij beide is uniciteit een kernbegrip.<sup>19</sup> Een kind zogen is op zich niet genoeg om de aanzet te geven tot een hechtingsproces, omdat we er biologisch op geprogrammeerd zijn om ons te hechten aan specifieke geuren, aanrakingen en geluiden, en aan plezierige gevoelens. Tegenwoordig worden we steeds meer omgeven door supermarkten en winkelcentra, die ons weliswaar voedsel en andere nuttige artikelen verschaffen, maar vaak zo karakterloos en onderling inwisselbaar zijn dat ze ons absoluut geen gelegenheid bieden tot rust en herstel, en we er dus geen gevoelsband mee ontwikkelen; sterker nog, ze maken het ons vaak erg moeilijk om geestelijke rust te vinden. Als gevolg daarvan zijn begrippen als ‘plaats’ en ‘plek’ in het hedendaagse bestaan steeds meer gereduceerd tot achtergrond. Voor zover we nog een band voelen met bepaalde plekken, is die over het algemeen vluchtig van aard, en geen levende en mogelijk zelfs voedende relatie.

De kern van Bowlby’s denken is het idee dat de moeder de allereerste plek is. Als kinderen bang, moe of van streek zijn, zoeken ze bescherming in haar armen. Door middel van kleine ervaringen van scheiding en verlies, gevolgd door hereniging en herstel, groeit deze veilige haven uit tot wat Bowlby ‘een veilige thuisbasis’ noemt. Als er eenmaal een veilig gevoel is ontstaan, durft een kind zijn omgeving steeds verder te verkennen, maar toch houdt het nog steeds een half oog op zijn moeder gericht,

die een veilige plek vormt waar hij naar kan terugkeren.

Het is een triest feit van het moderne kinderleven dat buiten spelen een zeldzaamheid is geworden, maar ooit waren parken en tuinen een geschikte omgeving voor een belangrijke vorm van fantasievol en verkennend spel. Hutten bouwen in het struikgewas en die gebruiken als ‘volwassenenvrije zones’ is niet alleen een manier om te oefenen op je toekomstige onafhankelijkheid, maar heeft ook een emotionele functie. Onderzoek heeft uitgezeten dat als kinderen van streek zijn, ze instinctief hun ‘speciale plek’ als ‘veilige haven’ gebruiken waarin ze zich beschermd kunnen voelen terwijl ze weer tot bedaren komen.<sup>20</sup>

Bowlby heeft aangetoond dat hechting en verlies samengaan. We zijn er niet op ingesteld om ons van anderen los te maken, maar om met hen herenigd te worden. Juist de kracht van ons hechtingssysteem maakt het dan ook zo moeilijk en pijnlijk om er na een verlies weer bovenop te komen. Hoewel we over een sterk aangeboren vermogen beschikken om banden met andere mensen aan te gaan, helpt niets in onze biologische aanleg ons om met verbroken banden om te gaan, en dat houdt in dat rouwen iets is wat we alleen kunnen leren door het zelf te ervaren.

Om verlies te kunnen verwerken, dienen we een veilige thuishaven te vinden of hervinden, waar we troost en medeleven kunnen ervaren. Wordsworth, die al vroeg in zijn leven verlies had moeten verdragen, vond troost en medeleven in de zachtmoedige aspecten van de natuur. De psychoanalytica Melanie Klein verwijst daarnaar in haar klassieke artikel over rouw: ‘De dichter vertelt ons dat de natuur rouwt met de rouwende.’<sup>21</sup> Vervolgens laat ze zien dat we om verdriet te boven te komen, weer een gevoel moeten zien te ontwikkelen voor het goede in de wereld en in onszelf.

Als iemand sterft die ons na staat, sterft ook een deel van onszelf. We willen die nabijheid in stand houden en ons afsluiten voor de emotionele pijn. Maar op een gegeven moment komt toch de vraag op of we onszelf weer tot leven kunnen wekken. Door een stukje grond te bewerken en planten op te kweken en

te verzorgen, worden we voortdurend geconfronteerd met verdwijning en wederkeer. De natuurlijke cycli van groei en verval kunnen ons helpen om te begrijpen en aanvaarden dat rouwen deel uitmaakt van de levenscyclus, en dat we als we niet tot rouwen in staat zijn, in de greep raken van een aanhoudende winter. We kunnen alleen maar iets leren over rouwen door zelf rouw door te maken.

We kunnen ook steun vinden in rituelen of andere vormen van symbolisch handelen die het ons gemakkelijker maken om dergelijke ervaringen een plaats te geven. In de seculiere, consumptiegerichte werelden die velen van ons nu bewonen, zijn we het contact verloren met de traditionele ceremoniën en overgangsrituelen die ons zouden kunnen helpen onze weg te vinden door het leven. Tuinieren kan ook een soort ritueel zijn. Door te tuinieren verlenen we de werkelijkheid buiten ons een ander aanzien, en maken we onze omgeving mooier. Als symbolische handeling heeft tuinieren bovendien invloed op ons innerlijke leven. Het brengt ons in aanraking met metaforen die de menselijke psyche in de loop van duizenden jaren ingrijpend gevormd hebben, en die zo diep in ons denken verankerd liggen dat ze bijna onzichtbaar zijn.<sup>22</sup>

Tuinieren is wat er gebeurt als twee creatieve energieën samenkomen – de creativiteit van de mens en die van de natuur. Het is een plek waar het ‘ik’ en het ‘niet-ik’ elkaar overlappen, een zone tussen wat we zelf kunnen bedenken en wat onze omgeving ons biedt om mee te werken. En zo overbruggen we de kloof tussen de dromen in ons hoofd en de grond, in het besef dat we weliswaar de vernietiging niet kunnen stoppen, maar die wel, op zijn minst een tijdje, kunnen weerstaan.



Ergens diep in de krochten van mijn geheugen lag een verhaal verborgen dat ik als kind gehoord moet hebben en dat bij me opkwam tijdens het schrijven van dit boek. Het is een klassiek



sprookje over een koning met een liefvallige dochter en vrijers die in de rij staan om naar haar hand te dingen. De koning besluit van de vrijers af te komen door hun een onmogelijke opdracht te geven. Hij verordent dat de enige die zijn dochter mag huwen, iemand is die hem een voorwerp brengt dat zo uniek en bijzonder is dat niemand ter wereld het ooit eerder gezien heeft. Hij moet de eerste zijn die het onder ogen krijgt. De vrijers doen wat hun gezegd is: ze reizen naar afgelegen exotische oorden om daar de schat te zoeken die hun de hand van de koningsdochter zal opleveren en keren terug met ongebruikelijke en nieuwe geschenken, waar ze zelf nog niet eens een glimp van opgevangen hebben. Hoe zorgvuldig ingepakt deze buitengewone vondsten ook zijn, toch is er altijd wel iemand die ze eerder gezien heeft – iemand heeft die prachtige voorwerpen gemaakt of gevonden, en dat geldt ook voor het sieraad uit de diepste diamantmijnen dat het zeldzaamste en kostbaarste geschenk is.

De zoon van de paleistuinman is heimelijk verliefd op de prinses en hij interpreteert de uitdaging op een manier die is ontleend aan zijn nauwe band met de natuur. De bomen rondom het terrein kreunen onder de last van hun noten, en een van die noten schenkt hij aan de koning, samen met een notenkraaker. De koning is verbaasd, maar de tuinmanszoon legt hem uit dat hij als hij de notenkraaker gebruikt, iets te zien zal krijgen wat geen levende ziel ooit eerder heeft aanschouwd. Natuurlijk dient de koning nu zijn belofte na te komen, en dus is dit, zoals het goede sprookjes betaamt, een verhaal over een arme jongen die rijk wordt en twee gelieven die elkaar krijgen. Maar het gaat ook over hoe de wonderen van de natuur aan ons geopenbaard worden als we er niet aan voorbij zien. En het is vooral ook een verhaal over de kracht die wij allemaal in de natuur kunnen vinden.

Als er geen verlies bestond, zou het ons ontbreken aan schepingsdrang. Zoals de psychoanalyticus Hanna Segal schreef: 'Als de wereld binnen ons kapotgemaakt wordt, als die doods en liefdeloos is, als onze geliefden aan stukken zijn gevallen en wijzelf in uitzichtloze wanhoop verkeren – dan dienen we onze wereld

opnieuw te herscheppen, de stukken weer aan elkaar te passen, de dode brokstukken nieuw leven in te blazen en zo het leven te herscheppen.<sup>23</sup> Bij tuinieren gaat het erom dat we leven in gang zetten, en net als dode brokstukken kunnen we zaad gebruiken om de wereld nieuw leven in te blazen.

Het is juist dat nieuwe begin dat een tuin zo boeiend maakt: het besef dat het leven telkens weer opnieuw ontstaat, in nieuwe gedaanten. Het ontstaan van een tuin is iets waarbij we aanwezig kunnen zijn, en waar we kunnen meewerken aan zijn groei. Zelfs het nederigste aardappelveldje biedt ons deze gelegenheid, want als we een schep in de omhooggestuwde aarde zetten, wordt er een bosje aardappelen onthuld dat niemand ooit eerder onder ogen heeft gekregen.