

MAARTJE BREGMAN

HET BOEIT

vel

2x

fragmenten uit het boek
die al een klein
voorproefje geven over
de tone of voice en de
insteek wat je kunt
verwachten

**"Make it fun.
Make it work
for you."**

Behind the Scenes

foto's van tijdens het schrijven,
maar ook beeld die hoort bij een
van de verhalen die je gaat lezen
in het boek



**Jij bent
f*cking
belangrijk.**

Editor's Note



“Het probleem is dat we onszelf veel te *klein* hebben gemaakt.”

Ik wilde helemaal geen boek over klimaat schrijven. Sterker nog, ik heb jarenlang geprobeerd het níét te doen.

Niet omdat ik het onderwerp niet belangrijk vond. Juist wel. Maar er zijn al zoveel boeken die uitleggen wat er misgaat. Rapporten, documentaires, krantenkoppen. We weten inmiddels echt wel dat de aarde hulp nodig heeft.

Waar ik veel nieuwsgieriger naar werd, was iets anders. Waarom doen we zo vaak niet wat we eigenlijk belangrijk vinden? Waarom maken we ons zorgen over de toekomst, maar boeken we toch die vlucht? Waarom vinden we de natuur prachtig, maar behandelen we haar tegelijkertijd alsof ze onverwoestbaar is? Waarom weten we zoveel, maar voelt in beweging komen soms zó ingewikkeld?

De afgelopen jaren interviewde ik vanuit Happy Times honderden wetenschappers, psychologen, ondernemers, activisten en pioniers. Ik studeerde klimaatpsychologie, maakte fouten, veranderde van mening, vloog, pakte de trein, schreef, schrapte en begon opnieuw.

Steeds kwam ik uit bij dezelfde conclusie. Het probleem is niet dat we te weinig weten. Het probleem is dat we onszelf veel te klein hebben gemaakt.

Dit boek is geen handleiding voor een perfect duurzaam leven. Gelukkig niet, zeg. Het is een zoektocht naar invloed, hoop, hypocrisie, moed en alle kleine keuzes die samen veel groter blijken te zijn dan we denken.

Dus welkom.

Ik ben heel blij dat je er bent. En misschien nog wel blijer dat jij blijkbaar ook voelt: het boeit wel.

De aarde staat in de fi... pffff, ja, dat weten we nu wel!! Laten we opnieuw beginnen: de aarde is prachtig. Natuurdocu's zijn standaard een hit, wandelen in de bossen is razend populair en geveltuintjes vol bloemen en kleur maken onze straten vrolijk en cool (uhh, koel!). We omarmen pre-loved massaal, omdat we al zoveel mooie kleding op de wereld hebben, en waarderen het als we unieke, bijzondere items met een verhaal dragen. We willen de wereld zien, want die heeft ons zoveel adembenemende plekken te bieden. Ze zit vol bizarre historie waarin we ons graag helemaal onderdompelen, en we genieten van de verschillende tradities en culturen van over de hele wereld.

Dit alles zou suggereren dat we alles op alles zetten om deze beauty te behouden voor generaties to come. Maar paradoxaal genoeg hebben onze acties precies het tegenovergestelde effect. Niet omdat we dat bewust doen of expres alles naar de klote willen helpen, maar omdat het nu eenmaal zo is gegroeid. Gelukkig zijn we inmiddels al een tijd op de hoogte van wat er gebeurt. Menig boek heeft uitgelegd wat het probleem is, we horen het dagelijks op het nieuws en iedereen kent wel een klimaatactivist die ons daar maar al te graag aan helpt herinneren.

Het leidde tot het Akkoord van Parijs (goed!!), in grootschalige natuurherstelprojecten (goed!!) én in een flinke dosis numbness rondom dit thema (minder goed). Tijd om juist dat laatste aan te pakken en er een beetje glitter in te gooien. Inkakken is bijpakken. We hebben even een lekkere boost nodig om onze schouders er weer onder te zetten. Ik pleit voor meer focus op wat we wél mogen doen, minder jargon en heel veel glitter (ja toch, lekker!!).

"Inkakken is bijpakken, we hebben even een lekkere boost nodig"



Maartje Bregman (1998) is schrijver, spreker en ondernemer. Samen met Tessel Zandstra richtte ze het platform Happy Times op. In twee jaar tijd maakte ze zes fysieke magazines (waarmee ze drie prijzen won) en honderd radioafleveringen, waarin ze meer dan vierhonderd pioniers interviewde.

Ze studeerde klimaatpsychologie, verdiepte zich via boeken en podcasts in de psychologie van klimaatverandering en leerde telkens hetzelfde: de oplossingen zijn er al. We hebben alleen nog de ballen nodig om ook echt iets met al die informatie, kennis en oplossingen te doen.

Let's be imperfect, hypocriet en f*cking belangrijk! Want het boeit wel. En jij mag een rol spelen!

We kunnen
moeilijke
dingen doen.
Ook als de
gewenste
uitkomst niet
gegarandeerd
is.



Inhouds opgave

Het boeit wel

1. Bosbranden & havercappu's

Hoe kan het dat we ons tegelijkertijd zoveel zorgen maken én vrolijk verder leven? Welkom in de grootste paradox van deze tijd.

2. De spiegel

Misschien zijn wij helemaal niet zo rationeel als we denken. Tijd om eerlijk in de spiegel te kijken.

3. Perfec... f*ck deze shit!

Waarom perfectionisme misschien wel de grootste vijand is van vooruitgang.

4. Hypocriete b*tch

Spoiler: ik ben er ook eentje. Gelukkig maar.

5. What if...

Wat als we stoppen met wijzen naar China, de politiek of miljardairs en heel even naar onszelf kijken?

6. (Het) Moed (anders)

Waarom moed vaak helemaal niet groots is, maar juist begint met iets heel kleins.

7. Wie denk je wel niet dat je bent?

Meer invloed dan je denkt. Minder macht dan je hoopt. En toch maakt dat precies genoeg verschil.

8. Jij bent f*cking belangrijk

Het hoofdstuk waarvan ik hoop dat je het nooit meer vergeet.

9. Plot twist

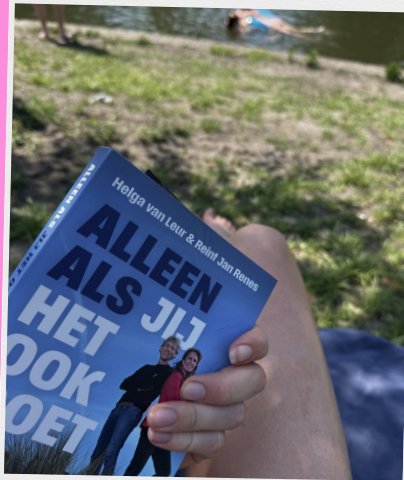
Misschien hebben we de oplossing al veel langer in handen dan we denken.

10. Het boeit wel

Een liefdevolle schop onder je kont. Met glitter.



Koffietje!



Inspiratie



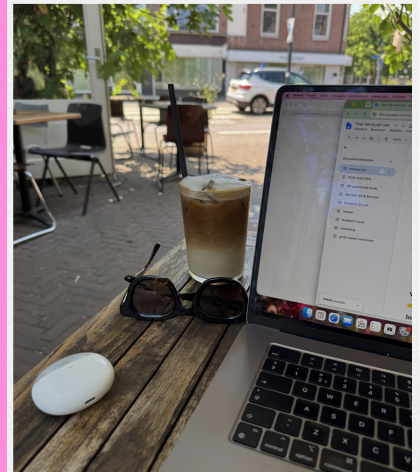
Atkoelen!



Overview Effect



Behind the Scenes



Schrijfsessie



Support those who do part 11



Meer ijskoffie



Gebruik je stem

**Doorbreek de
stilte en maak
bespreekbaar
(met een
glimlach als
het even lukt)
wat je
belangrijk
vindt!**



Deze serveerster is f*cking belangrijk

'Wilt u dat met haver-, kokos- of koemelk?' vroeg de serveerster aan het stel dat een flat white bestelde. Ik hoorde de hersens kraken, maar toen viel het kwartje en antwoordde hij (voor haar): 'Ordinaire koemelk.' De toon was scherp en hij lokte overduidelijk een reactie uit.

Maar de serveerster verroerde geen vin en vroeg rustig: 'Kan ik nog iets voor u inschenken?' Hij schakelde snel en antwoordde: 'Uhh, nee bedankt, ik ben goed.' Ze liep rustig en onaangedaan weg en ging de koffie zetten.

Vol verwondering keek ik naar de situatie. Dit is hoe het hoort. Geen oordeel, volledige autonomie, maar wel een vraag die de norm een klein beetje verlegt. Deze serveerster is f*cking belangrijk.

Well, that escalated quickly!

‘Mam, waarom eet jij eigenlijk vegetarisch?’ vroeg ik terwijl ik een slavink naar binnen werkte en zij aan een spinazierondo zat. Ze keek me aan met een blik die zei: wil je dit echt nú weten? Ik was veertien en meganieuwsgerig (en ook echt mega in de puberteit, maar daar zal ik maar niet te ver op ingaan). Ik nam nog een hap en knikte. ‘Eigenlijk is het heel simpel,’ begon ze. ‘Er zijn genoeg alternatieven voor vlees en ik vind het onnodig dat een dier voor mij dood moet.’

Ik keek haar aan. Voor haar werkte het blijkbaar prima. Ik nam nog een hap en liet met een knik weten dat ik haar antwoord tot me liet doordringen. Je raadt het al: de volgende avond vroeg ik aan mijn vader (die de helft van de tijd voor ons gezin kookte – en nee, dat is niet knap van hem. Dat is gewoon een eerlijk verdeelde zorgtaak, zoals mijn ouders dat hadden geregeld) of hij voor mij ook zo'n ding als mama wilde maken. Gewoon om het eens te proberen. Het smaakte lekker, dus mijn besluit was simpel: vanaf nu ben ik ook vegetariër.

Een paar jaar later liep ik met een vriendin langs een watertje. We waren een jaar of zeventien en bespraken de struggles van het leven (die op dat moment natuurlijk allesomvattend en overweldigend waren). Ze stelde mij dezelfde vraag die ik mijn moeder een paar jaar eerder had gesteld: ‘Waarom eet jij eigenlijk vegetarisch?’

Ik herhaalde wat mijn moeder destijds tegen mij had gezegd terwijl we verder liepen. ‘Mmm,’ hoorde ik naast me. Ze was duidelijk minder overtuigd door het antwoord van mijn moeder dan ik destijds was geweest. Ze keek me aan en zei: ‘Als je het nou voor het klimaat deed, dan zou ik het nog begrijpen. De vleesindustrie heeft een gigantische impact op de wereld.’ Ik hoorde wat ze zei, maar ik was me daar totaal niet van bewust en reageerde onverschillig: ‘Het klimaat? Nee, dat is niks voor mij.’

“Het smaakte wel *lekker*, dus mijn besluit was simpel: vanaf nu eet ik ook vegetarisch.”

Als ik dit schrijf, zit ik op een regenachtige dag in mei naar buiten te turen door de ramen van een koffietentje. Ik schrijf de eerste woorden van iets wat ooit een boek moet worden (of nou ja, eigenlijk een van de stukjes tekst die al jaren in een mapje op mijn laptop stonden). Ik heb net een havercappu op, draag schoenen van druivenleer en kurk en heb een refurbished telefoon met een biobased hoesje naast me liggen.

Well... that escalated quickly!

Dit boek is nog *niet* af.

En dat is precies waarom jij nu zo belangrijk bent. Dankzij jouw steun kan ik de komende maanden de tijd nemen om elk hoofdstuk nóg scherper, grappiger en persoonlijker te maken.

Dus eigenlijk ben jij niet alleen de eerste lezer...

...maar ook een klein beetje mede-maker van dit boek.

Thank you! Liefs,

Maartje



Niemand
verandert de
wereld alleen.
Zelfs dit boek
niet. Doe jij
ook mee?