



“IK WORSTEL SOMS OOK MET DUURZAAMHEID”

Margriet de Jong maakt bewuste keuzes

Voor Margriet de Jong (Ureterp, 1974) betekent duurzaamheid bewuste keuzes maken in je leven. Tegelijkertijd betekent dit ook worstelen en twijfelen. “Ik worstel soms ook met duurzaamheid; ik ben niet perfect!”, meent ze stellig. Dit is een verhaal over alles kwijtraken, geluk in kleine dingen vinden én bewust zijn. Niet om ons haar manier op te leggen, maar om een goed gesprek op gang te brengen en te delen welke keuzes je óók kunt maken.

“Besef wat je hebt, wees tevreden met wat er is én laat los dat je perfect moet zijn”

Het woord 'bewust' valt regelmatig tijdens dit goede gesprek met Margriet de Jong over duurzaamheid. Dat is ook niet gek, als dit woord precies de kern samenvat van je opvattingen en leven. Eigenlijk zat het er ook al jong in, volgens Margriet. "Ik zag vroeger mijn moeder actief op de meterstanden letten. Daardoor vind ik het nu normaal om zelf ook op mijn energiegebruik te letten." Sinds haar scheiding en letterlijk alles kwijttraken weet Margriet door middel van relatief kleine veranderingen haar leven steeds duurzamer te maken.

“IK HAD NIETS MEER”

Als Margriet acht jaar geleden in scheiding ligt en letterlijk alles kwijt raakt zijn er mensen die haar een woning aanbieden. Dat wil zeggen, een soort opnamestudio in een schuur zonder verwarming en zonder badkamer. Het is dan december, koud, met veel sneeuw en behoorlijk afzien. Toch voelt ze zich gelukkig. Op dagen dat de zon schijnt, zet ze een stoel buiten in het zonnetje voor het ontbijt. Het is volop genieten van de natuur en van lange wandelingen waarin ze vossen en reeën tegenkomt. "Ik had niets meer, en toch ook alles!"

Deze situatie resulteert in een zoektocht naar zichzelf: wie ben ik, en wat vind ik belangrijk? Uiteindelijk krijgt ze een eigen huisje en kan ze haar leven weer gaan opbouwen. Maar ditmaal gaat dit heel bewust met tweedehands spullen. Niet alleen noodgedwongen door de situatie maar omdat langzaam het besef indaalt: dit is goed genoeg. "Ik wil tevreden zijn met wat er is."

NEDERLAND HEEFT ZOVEEL MOOS

Noodgedwongen is de eerste vakantie een fietsvakantie in eigen land. Ze leent een toerfiets en fietst dwars door Groningen, Friesland, de polder en Drenthe en dan terug naar huis. Slapen gebeurt bij vrienden en familie of juist bij onbekenden van het initiatief 'vrienden op de fiets'. Hier kun je voor ongeveer 25 euro overnachten en een ontbijtje krijgen. "Ik ontdekte dat ik niet ver hoeft te reizen voor avontuur. Er is

zoveel te zien en ik kwam zoveel bijzondere mensen onderweg tegen!" Margriet fietst dwars door natuurgebieden en kleine dorpjes. "Het was fantastisch!"

Het besluit volgt om vaker op avontuur in eigen land te gaan en enkele maanden later start ze met het Pieterpad. Ook dit is weer een "supermooie beleving". Ik ontmoette leuke mensen die je spontaan aanbieden om een kopje koffie te drinken." Sinds deze fijne ervaringen kiest Margriet altijd voor Nederland en/of treinvakanties naar buurlanden. "Nederland heeft zoveel moois. Wat mij betreft hoeft ik niet ver te gaan om te genieten of te ontspannen."

JE DOET JEZELF TEKORT?

Dit soort keuzes leveren goede gesprekken op met de mensen om haar heen. Tijdens een van deze gesprekken meent haar gesprekspartner dat Margriet zichzelf te kort doet door niet meer te vliegen. Haar gesprekspartner is enthousiast over avonturen in verre landen en andere werelden ontdekken. Maar Margriet zoekt óók avontuur. Eigenlijk willen ze hetzelfde, maar allebei kiezen ze voor een andere manier om aan die behoefte te voldoen. "En dan komen we dicht bij elkaar, zonder discussie of ruzie, maar gewoon door een goed gesprek waardoor je elkaar begrijpt."

Dit soort gesprekken voert Margriet regelmatig. Niet om met een belerende vinger te wijzen, maar omdat ze het belangrijk vindt dat iedereen stappen zet die bij hem of haar passen. "En laten we vooral ophouden met elkaar de maat te nemen en verwijten te maken! Er is al zoveel polarisatie, juist doordat we elkaar niet meer vinden, noch begrip voor elkaar kunnen hebben. We weten niet meer waarom iemand ergens voor kiest." Tijd dus voor een goed gesprek!

“IK ZOU MEER KUNNEN DOEN”

"We zorgen niet goed voor de aarde. En ik weet dat ook niet al mijn keuzes goed zijn..." Alle bewuste keuzes zorgen zo af en toe ook voor een worsteling. "Ik weet dat ik afscheid moet nemen van mijn

auto, maar het lukt mij gewoon nog niet..." Of wat te denken van toch een nieuwe fiets kopen? Soms vis eten? Zuivel? Kaas? Margriet is zich heel erg bewust van het feit dat een aantal van haar keuzes niet stroken met de rode draad in haar leven. Kortom: "Ik doe al veel, maar ik zou nog zoveel meer kunnen doen..."

Een tijdje geleden sprak Helga van Leur op een event waar Margriet ook aanwezig was. "Ze zei iets dat mij heel erg inspireerde: 'Beter inconsequent goede keuzes maken dan alleen maar slechte.' Het vat goed samen hoe we ook met duurzaamheid om kunnen gaan: doen wat bij jou past en in jouw tempo. We kunnen het iedereen aanraden. En zo langzaam en onbewust wordt het toch een soort levensstijl."

BEWUSTE KEUZES

Margriet de Jong probeert in ieder geval zoveel mogelijk impact te hebben en dit doet ze door bewuste keuzes te maken. Dit gaat verder dan vrijwel alles tweedehands aanschaffen en vegetarisch eten. Ze brengt ook relatief eenvoudige veranderingen in haar leven aan door boodschappen rechtstreeks bij de boer te bestellen, duurzame producten voor het huishouden te gebruiken én door van bank en zorgverzekering te wisselen. "Dit past bij mij en mijn keuze om goed voor onze planeet te zorgen. We zouden eigenlijk de wereld beter moeten achterlaten voor onze kinderen..."

Uiteindelijk is Margriet duurzaam op vele vlakken in haar leven: relaties, zelfzorg, woning en haar leefwijze. "Besef wat je hebt, wees tevreden met wat er is én laat los dat je perfect moet zijn."



Kleine dingen waar je impact mee maakt

“Wat is een goede keuze? Dat vind ik soms óók lastig”, zegt Margriet de Jong. Daarom geeft ze graag een aantal ideeën mee om ons aan het denken te zetten.

Deo: Crystal Fresh kost acht euro, maar het gaat maar liefst anderhalf jaar mee. Het is een stick op basis van natuurlijke mineraalzouten en aloë vera die je een beetje nat maakt en dan aanbrengt.

Seepje: kies voor de kracht van de natuur en was je haren, lijf en wasgoed zonder fossiele ingrediënten.

Free Fashionkar: kledingrek, waar je gratis kunt shoppen, gaat Friesland door. Voor de exacte locatie, zie website.

No Waste Army: ze zamelen afgekeurde groenten en fruit in, verwerken deze en versturen ieder kwartaal een box vol (h)eerlijke houdbare producten.

Cadeaus: ik geef geen spullen meer, maar momenten samen. En dit kan echt van boswanding tot bewuste aandacht zijn.

Bankieren: ASN investeert in duurzame initiatieven, dus stapte ik over.

Zorgverzekering: ASR. Ook qua zorgverzekering kun je voor een optie kiezen die beter is voor de wereld.

“We zouden eigenlijk de wereld beter moeten achterlaten voor onze kinderen”