

*Yn de FryslânDOK 'De Wetterspegel' skriuwt Cees Buisman in brief dêr't er syn gedachten úteinset oer hoe't minsken soargje kinne foar in skjinnere wrâld. Neffens Buisman kin nije technology de wrâld allinnich mar duorsum meitsje as de minsken ophâlde hieltyd mear te konsumearjen. De brief, dy't in koarte ferzje is fan Buisman syn boek 'De mens is geen plaag', is hjirûnder folslein te lêzen.*

In mijn jeugd was de Rijn zo vies dat er geen zuurstof meer in het water zat en alle vissen dood gingen. Daarom wilde ik mijn studie wijden aan waterzuiveringstechnologie. En dat heb ik gedaan. En ik heb er mijn werk van kunnen maken. Lang ging ik er van uit dat met de juiste technologie het mogelijk moest zijn onze milieuproblemen op te lossen.

Daar geloof ik niet meer in.

Sterker nog: het geloof in maakbaarheid is een groot gevaar voor duurzaamheid.

Het werd mij steeds duidelijker dat, terwijl er allerlei nieuwe milieutechnologie gebruikt werd, de milieuproblemen van de wereld steeds groter werden. Ongeveer in 1990 overschreed de mensheid de veilige grenzen van de planeet aarde. Dat was wel een wake up call. Toen hadden we dus meer dan 1 planeet nodig, nu zitten we al boven de drie.

Ook het idee dat we eerst meer geld moeten verdienen voordat we het milieu schoon kunnen maken is niet waar gebleken. Want: hoe rijker de wereld wordt hoe groter juist de milieuproblemen. Op sommige punten lijkt ons land schoner geworden, maar dat komt vaak omdat we de vervuilende industrie verplaatst hebben naar plekken aan de andere kant van de wereld.

Bij ieder milieuprobleem denken we snel dat het wel weer opgelost kan worden, zoals het klimaatprobleem door wat windmolens en kernenergiecentrales. Maar de huidige nieuwe technologieën helpen ons helemaal niet meer verder op het pad naar duurzaamheid, als we die nieuwe technologieën steeds als vrijbrief gebruiken om telkens meer te verbruiken van alle resources. Kijk naar die windmolens die schone energie produceren. Steeds meer van die schone energie is nodig voor data centra en 5G, in plaats van ons huidige energiegebruik te vergroenen.

Ook blijkt ons systeem niet eerlijk te zijn. Wij gebruiken nu de ruimte van anderen om zo rijk te zijn. Het is onmogelijk dat iedereen net zo rijk kan worden als wij. Daar zijn niet genoeg grondstoffen voor, niet genoeg vruchtbaar land, maar zeker niet genoeg water.

Bij het wereldwijde tekort aan water worden we geconfronteerd met het feit dat we geen water kunnen bijmaken, zeker niet om basisvoedsel te produceren zoals tarwe. We moeten dus zuinig zijn op ons water, het schoon houden en eerlijk verdelen. Mensen kunnen niet leven zonder water te drinken, maar voor het produceren van voedsel is nog veel meer water nodig. En voor alles wat wij gebruiken is water nodig: kleren, voedsel, reizen, elektronica, energie etc.

Ook hier houdt water ons weer de spiegel voor. De beschikbare hoeveelheid zoet water is ongeveer 2300 liter per persoon per dag. Maar in Nederland en de Eu gebruiken we nu 4000 liter per dag en Amerikanen 7000 liter per dag. Dat betekent dat overal op aarde meren, rivieren en grondwaterreserves opgemaakt worden en er een enorme crisis aankomt. En door onze verwoestende uitwerking op natuur, bodems en bossen het gaat ook op de verkeerde momenten en verkeerde plekken regenen, zodat we ook steeds minder kunnen rekenen op iets simpels als regen.

En hoe gebruiken wij onze rijkdom eigenlijk? Neemt ons welzijn en onze levensvoldoening en verbinding met anderen wel toe? Nou, daar lijkt het niet op. We maken ons steeds afhankelijker van nieuwe technologie en volgens mij veranderen we daardoor langzaam in machines, want alles wat je niet meer zelf doet verdwijnt en kunnen we straks niet meer. Bijvoorbeeld complexe teksten schrijven als je ChatGTP gaat gebruiken. Mensen besteden steeds meer tijd aan beeldschermen en steeds minder tijd aan contact met elkaar. De echte wereld is analoog, maar we leven steeds meer in de onechte digitale wereld. Ook worden we zieker als we rijker zijn. Meer dan de helft van de Nederlanders gebruikt chronisch medicijnen, terwijl in een land als Ghana deze chronische ziektes nauwelijks voorkomen. Het is wetenschappelijk aangetoond dat dit niet komt omdat Ghanezen korter leven, maar vanwege onze welvaart.

Steeds meer mensen kunnen het hoge tempo, dat nodig is om een rijk land te blijven, niet meer bijbenen en krijgen stress of burn outs of komen in de zorg terecht. Mede door een slechte leefstijl en verontreinigingen. Ook juist mensen die alles bereikt hebben, een leuke partner, kinderen, mooi

huis etc raken psychologisch in de problemen door juist zinloosheid. Zo zijn er in gelukkige rijke landen meer suicides dan in arme landen, waar mensen meer zingeving en verbinding ervaren. Zinloosheid door rijkdom lijkt de oorzaak van de veel hogere suïcidecijfers in de westerse wereld. Dit toont het belang van zingeving en verbinding aan.

Het enige wat dit proces kan stoppen is: niet meer meer willen. We moeten voor onszelf vaststellen wanneer we genoeg hebben en in sommige gevallen vaststellen dat we eigenlijk al teveel hebben of teveel willen, want het streven naar meer omwille van het meer leidt tot zinloosheid en ook ongelijkheid en milieuvervuiling.

Dat vereist zelfdiscipline. Zoals kerkvader Augustinus (354-430 nC) ons leerde: daarvoor moeten we leren vasten en geven. Door te leren vasten en geven kunnen we bewijzen dat we nog een eigen wil hebben en niet zoals sommige wetenschapper beweren dat we slechts een product van onze hersenen en of DNA zijn. Ons zelfbewustzijn wordt continu ondermijnd door de media die inspelen op onze dopamine verslaving, door de genotsmiddelenindustrie die verslavende chemicaliën toevoegt aan hun producten. Het stoppen met deze media en deze genotsmiddelen zal onze zelfdiscipline versterken.

Voor mij betekent dit dat ik langzaam maar zeker mijn dieet veranderd heb tussen mijn dertigste en vijfenvestigste jaar. Ik neem bijna geen melkproducten meer, alleen nog kaas, weinig vlees, geen brood, geen frisdranken en alle ander sterk bewerkte voedselproducten en geen snoep en toetjes meer. En ik koop zo natuurlijk mogelijk eten zonder bestrijdingsmiddelen. Ik ben steeds meer gaan wandelen. Sinds me dit lukt ben ik gewoon gelukkiger geworden (goede darmen leiden tot blijere hersenen) en wonder o wonder, snoep is helemaal niet meer lekker. Mijn hersenen voelen aangenamer en ik voel meer verbinding met mijn omgeving en mijn naasten.

Ik probeer zo min mogelijk digitaal te leven met zo min mogelijk TV en geen social media. Ik besteed mijn tijd aan het lezen van de krant en van boeken. Ik doe vrijwilligerswerk en probeer in het weekend niet te werken aan mijn hoofd baan. En tijd, aandacht en moed investeren in persoonlijke groei, om minder egocentrisch te worden en ook de mensen waar ik verantwoordelijk voor ben stimuleren en inspireren om hetzelfde te doen. Daarom heb ik ook mijn boek geschreven.

Ik worstel nog met wat ik voor mezelf genoeg vindt. Rond mijn dertigste verjaardag kwam deze vraag op toen een coach mij de vraag stelde wanneer ik genoeg zou hebben. Moet ik minder gaan werken als ik meer verdien dan ik nodig heb? Ik vind dat ik met mijn werk wel bijdraag aan duurzaamheid. Hoeveel mag ik aan mijzelf en mijn familie besteden en hoeveel moet ik weggeven of op zijn minst duurzaam investeren. In ieder geval betekent genoeg voor mij geen exotische vakanties meer gaan doen, geen boten of vakantiehuizen hoeven te kopen, heel lang doen met kleren, meubels, spullen etc. Mode is niet meer belangrijk voor ons.

Minder egocentrisch worden is niet zo makkelijk. Soms voel ik een wel soort gevoel van rouw, jeugdromen die niet meer door kunnen gaan, een toekomst die er niet meer is. Geen raceauto kopen als ik met pensioen ga en 150 km/u rijden in Duitsland en geen benzineauto die 1200 km kan rijden op een tank. Niet meer naar de Seychellen. Wel welgesteld zijn maar niet meer investeren in onduurzaam gedrag. Het is soms wel een worsteling, als je weer een mooie verleiding ziet waar je van jezelf nee tegen moet zeggen. En waar je de grens van het genoeg precies legt. Verhuizen naar een kleiner huis? Weinig of niet vliegen, of ieder jaar vliegen. Beetje vlees of geen vlees. Vegetarisch of veganistisch. Etc. Deze worsteling is voor iedereen een eigen persoonlijke strijd, maar die ons wel bewuster maakt van onze footprint en de vraag hoe goed we in delen zijn.

De volgende stap is nadenken wanneer ik genoeg leven heb gehad. Vanaf welke leeftijd wil ik geen levensverlengende therapieën meer ondergaan? Want ook het vastklampen aan het leven is vreselijk onduurzaam. In onze laatste levensjaren verbruiken we ontzettend veel medicijnen, medische behandelingen en zorg. Deze zorgkosten zijn al bijna 14% van onze economie en verantwoordelijk voor zeer veel CO2 en gif in het milieu.

Voor een eerlijker en duurzamere wereld moeten we zelf veranderen. En ondanks dat de kranten en TV ons er steeds op wijzen dat wij mensen dat niet kunnen en dat we allemaal egoïstisch zijn, wordt de mensheid al duizenden jaren minder egocentrisch. Dit komt doordat we groeien in bewustzijnsstadia. Dit zouden we elkaar moeten vertellen en zou ons moeten inspireren om te blijven veranderen. Met bewustzijnsstadia is de wereld waarin we leven ook beter te begrijpen. Het horen over bewustzijnsstadia alleen al kan bewustzijn verhogend werken! Hoger bewustzijn hebben we nodig om te veranderen. Met name de 50% van de Nederlanders die nu teveel hebben. Bepaal je

genoeg! Minder zorgen, meer rust, geen verslavingen leiden tot meer zingeving, meer verbinding met anderen en tot minder vervuiling en minder uitbuiting om onze rijkdom in stand te houden. Zo kunnen we delen met mensen aan de andere kant van de wereld en met onze toekomstige generaties.

Het arme deel van de wereld zal natuurlijk nog wel moeten groeien om uit de verpletterende armoede te komen en ook voor toekomstige generaties moeten we een levensvatbare aarde overlaten. Daarvoor moeten wij plaats maken. En dat kan makkelijk aangezien het rijkste 10% van de mensen meer dan de helft van alle grondstoffen verbruikt. Let op, bij die rijkste 10% horen meer dan de helft van de Nederlanders.

Ik vind dat iedereen moet bepalen wat genoeg is voor zichzelf. Niet iedereen is hetzelfde en niet iedereen is even rijk en dat is ook niet nodig, als we met zijn allen maar stoppen met meer. Ik zie steeds meer mensen om mij heen die genoeg hebben en bijvoorbeeld minder gaan werken. Dat is bemoedigend. Kijk naar de Friese paradox, de armste provincie van Nederland is wel de gelukkigste. Wat heeft het voor zin als je in een rijke provincie woont met veel luchtvervuiling en weinig verbinding tussen de mensen?

Maar heeft het zin als er maar weinig mensen genoeg hebben? Ik geloof dat we ergens moeten beginnen en dat dan steeds meer mensen zullen volgen tot we wakker worden in een wereld die genoeg heeft en niet steeds meer wil. In een dergelijke wereld zullen nieuwe technologieën de oude vervuiling opruimen. We zullen minder degeneratieve (welvaarts)ziektes hebben. Nu de nadruk niet meer op rijker worden ligt zullen we gelukkiger worden en meer verbinding met elkaar krijgen. En vooral minder verslaafd zullen zijn aan ongezonde en onduurzame dingen.

Veel mensen voelen zich moedeloos worden. Steeds meer milieuvervuiling en steeds meer meningsverschil hoe we dit moeten oplossen. We lijken verdeelder dan ooit en als we de kranten mogen geloven is er weinig hoop. Een positieve, meer optimistische visie is die van Ken Wilber. Hij beschrijft de ontwikkeling van het menselijke bewustzijn. Hoe hoger ons bewustzijn wordt hoe minder egocentrisch we worden. Ieder kind begint onderaan en moet in het leven dit bewustzijn opbouwen. Het blijkt dat we als mensen gemiddeld steeds verder komen. Toen in de 18e eeuw 10%

van de mensen rationeel bewustzijn bereikt hadden is de Verlichting begonnen. Dit bewustzijn kenmerkt zich doordat iedereen gelijke rechten krijgt, maar nog niet gelijke kansen. Onze huidige prestatie maatschappij is een typisch rationeel uitvloeisel. Toen in de 20e eeuw 10% van de mensen pluralistisch bewustzijn bereikt hadden zijn de burgerrechtenbewegingen doorgebroken. Nu is er ook veel meer aandacht voor gelijke kansen.

Maar helaas ook door de social media aangewakkerde cultuurstrijd, tussen deze verschillende stadia. De volgende doorbraak zal integraal bewustzijn zijn, waarvan nu ongeveer 5% van de mensen dit stadium bereikt hebben. We kunnen hoopvol zijn dat de mensheid voldoende hoger bewustzijn bereikt om nieuwe oplossingen voor onze huidige problemen te vinden. In mijn ogen is hoger bewustzijn bereiken typisch iets menselijks. We kunnen als mensheid dus kiezen voor meer bewustzijn om meer mens te worden in een eerlijke en duurzame wereld of juist minder bewust steeds meer machine (chemicalien, beeldschermen etc) te worden in een oneerlijke onduurzame wereld.

Het zijn moeilijke vragen. Maar als we naar water kijken, zien we dat het eigenlijk heel simpel is. Genoeg water is de basis voor de natuur en menselijke beschaving. En omdat we geen water kunnen bijmaken is het onze spiegel voor duurzaamheid en eerlijkheid.