

De natuurcoach

Een reis van hoofd naar hart

Guido Krijger

Foto's: Guido Krijger



 Gent - Vrouwenpolder

Het Wantij is de plek waar verschillende vloedstromen elkaar ontmoeten. Het is ook de plek voor mijn laatste column. Dank ZMf voor de ruimte om mijn stromende gedachten met jullie te delen. Voordat ik weer verder stroom, wil ik mijn kajakavontuur op het Schelde-estuarium met je delen.

De Schelde is ziek. Ik heb haar om hulp horen roepen. Ik wilde daar gehoor aan geven, maar wist niet hoe. Ik besloot gewoon iets te doen. Iets wat ik goed kan en waar ik in mijn element ben. Eind juni stapte ik bij Gent in mijn zoekajak en voer met de ebstroom over het hele estuarium. Via de Zeeschelde naar Antwerpen en op de Westerschelde



(en laatste stuk Noordzee) naar mijn huis in Vrouwenpolder. Ik ben tijdens dit spannende avontuur diep geraakt.

Bruisen

Ik ontdekte dat ik helemaal niet kon zien dat ze ziek was. Ik realiseerde mij dat ik wist dat ze ziek was door wat ik juist níét kan zien. Een gezond ecosysteem bruis van het leven. En op veel plekken ontbrak dit bruisen. Al denkend over hoe ik haar kon helpen, kwam ik langzaam in een natuurlijk ritme terecht van het getij, de zonsopkomst en -ondergang. Dit 'tijden', dit ritme en het avontuur, brachten mij terug in mijn lijf. Mijn zorgen en gedachten verdwenen langzaam achter de horizon. Ik voer dagelijks van zonsopkomst tot einde ochtend met de ebstroom mee, totdat de vloed mij aanmaande om een plek op het droge te zoeken. Ze bracht mij op kleine, maar pareltjes van plekken. Waar ik de middagen, avonden en nachten mocht overtuigen. Het was niet moeilijk voor te stellen hoe het estuarium ooit zijn vrije loop had, bruisde van het

leven en hoe het was om daar onderdeel van te zijn.

Gevoel van heimwee

Ik werd op één plek overweldigd door groot verdriet, een gevoel van heimwee én tegelijkertijd voelde ik mij enorm vervuld en bruisde ik van de levensenergie. Ik leefde nu heel eventjes op een manier waar ik naar verlangde: in en met de natuur, een leven waarin de natuur, de elementen de hoofdrol spelen. Niet ver in het buitenland in de grote wildernis, nee gewoon thuis in mijn eigen omgeving. De Westerschelde heeft, ondanks dat ze ziek is, nog steeds die stukjes oer-natuur, die stukjes natuur waar de natuurlijke processen het landschap bepalen. De Westerschelde heeft nog steeds de potentie om een estuarium te zijn met bruisend leven. Zodra wij de condities die daarvoor nodig zijn weer toelaten, kan ze weer bruisen. En dan bruisen wij met haar mee.

Minidocumentaire

Ik maakte een reis van hoofd naar lichaam, naar mijn hart. En die reis is minder lang en dichterbij dan je denkt. Met deze intense ervaring en het filmmateriaal dat ik heb gemaakt, ga ik een minidocu-

'Een gezond ecosysteem bruis van het leven'

mentaire maken. Omdat ik weet dat we collectief deze reis moeten maken om de Schelde (en de hele Aarde) weer gezond te krijgen. Willen we de Aarde helen, zodat het weer kan bruisen van het leven, dan zullen we deze harts-verbinding weer boven water moeten halen. Als we dat bruisende leven kunnen ervaren als grote cadeaus van de Aarde, als we weer kunnen voelen dat wij verbonden zijn en wijzelf ook één van die cadeaus zijn, dan gaan we vanzelf goed voor haar zorgen en cadeautjes teruggeven. Vanuit een diep gevoel van dankbaarheid, vanuit een diepe liefde.

Wil je mijn verhaal 'Roep van de Schelde' verder volgen? Dat kan via www.outdoorinspiration.nl (website en social media), waar mijn stromen vorm krijgen.

