

---

## 6. Ken jezelf

*Beschrijf je rollen en kom in actie*

*0. Inleiding*  
*1. Nut van een persoonlijk wereldbeeld*  
*2. De aarde in de kosmos*  
*3. Leven op aarde*  
*4. Kennis en organiseren*  
*5. State of the world*  
*6. Ken Jezelf*

Beschrijf je rollen en kom in actie.....	0
Je bent onderdeel van de wereld.....	2
Het is jouw transitie .....	3
Bewustwording: van waar kom ik? .....	4
Richting geven .....	13
Loslaten.....	15
Case “Het gat in de Ozon”: Deel 4 - Enkele Lessen .....	23
Gat in de Ozonlaag versus Klimaatopwarming .....	23
Een laatste keer dit wereldbeeld samenvatten .....	25
Uitkristalliseren: Cases for action .....	26
Prototypes invoeren: nu is het aan mij! .....	31
Naar je werkboek: transitie en actieplan.....	36

*7. Je werkboek*

## Overzicht

*Je wereldbeeld is niet af na beschouwingen over de kosmos, het leven op aarde en het bestaan van de mens. Je moet ook een goed idee toevoegen over jezelf. Het is belangrijk dat je voor jezelf uitmaakt wie je bent, waar je vandaan komt en waar je staat in alle relaties tot de wereld rondom jou. Met die inzichten kan je gepersonaliseerde acties bedenken om zelf een deel van de wereld op een betere manier door te geven aan volgende generaties. Dit is nodig want de wereld staat opnieuw op een punt van grote veranderingen, uniek door mondialisering, kennis en grote bevolking. Veranderingen bieden jou persoonlijke kansen die je moet grijpen en realiseren op straffe van door je eigen (klein)kinderen en volgende generaties met de vinger te worden gewezen.*

---

*“Oefen uzelf om breed, volledig en eenvoudig te zien, en ga rechtdoor, rustig, zonder u zorgen te maken over wat er gezegd wordt”*

*Pierre Teilhard de Chardin<sup>1</sup>*

---

## Je bent onderdeel van de wereld

We zijn een bewust individu en leven in veel relaties met andere mensen, de wereld en uiteindelijk het universum. Het “Gaia” verhaal tot nu toe maakte duidelijk dat wij als levende soort het gevolg zijn van de zwaartekracht die atomen ordent in de schaduw van onze zon en in een omgeving waar entropie overal toeneemt. Als we onszelf in die dynamiek plaatsen en ons daarbij goed voelen, moeten we volgens C. Rovelli kijken naar alle relaties die we met iedereen en alles hebben. Dan ontstaan onverwacht interessante inzichten en opportuniteiten waarmee we iets kunnen aanvangen om de wereld beter door te geven aan onze nakomelingen en volgende generaties.

In wat volgt wordt aangestuurd tot het actief inzetten van “Systeem 2” om “het natuurlijke monster van klimaatopwarming”, dat daarbuiten en in ons hoofd gecreëerd werd, te temmen. Enkel vertrouwen op “Systeem 1” zorgt ervoor dat je dag na dag (over-)leeft en surft op golven van veranderingen. Daarbij onderga je die veranderingen en heb je weinig impact op de wereld om je heen. Volgens David Gaerber zien we dat de mens “maar iets doet”.

Tot nu toe zijn “Natuurlijke selectie” en “Trial and error” altijd de sterkste drijvende krachten voor evolutie geweest. Voor het eerst in de geschiedenis van de mens weten we meer. Gebruik dat!

**Verlies nooit uit het oog dat elk “chaospunt” of “polycrisis” juist veel opportuniteiten biedt om aan een aantal zaken tegelijk te werken. Zoek wat je zelf kan doen!**

---

<sup>1</sup> Pierre Teilhard de Chardin (1881 – 1955) Frans paleontoloog, pater jezuïet en theoloog.

## Het is jouw transitie

Vorig hoofdstuk sloot af met drie lagen van een “regeneratief” wereldbeeld. Dit hoofdstuk beschrijft hoe ieder van ons daar een persoonlijke vierde laag aan kan toevoegen en een transitie-proces kan doorlopen om te leven volgens het regeneratief wereldbeeld als “goede voorouder”.

Als individu stel je vaak de vraag of persoonlijke acties iets uithalen. Zijn het druppels op de spreekwoordelijke hete plaat? Laat je inspireren door de wetten van de grote getallen, haal kracht uit...

---

*“... het beste van de mensen is territoriale loyaliteit die hen ertoe brengt in vrede te leven met vreemden, hun doden te eren en te zorgen voor de toekomst van hen die ooit hun plaats als aardbewoners zullen overnemen”*

*Roger Scruton, Groene Filosofie, p 32*

---

Wat je nú doet voor klimaatbeheersing in jouw directe omgeving past in een lange traditie.

De transitie naar je nieuwe wereldbeeld is gebaseerd op het procesmodel volgens de “Theorie - U” van Otto Scharmer<sup>2</sup> (1961), beschreven in veel boeken en websites<sup>1</sup>. Uit alle mogelijke transitie-modellen is deze gekozen omdat die transparant en populair is. Ze verloopt in volgende stappen

*Bewust worden:* kijk met frisse open blik naar jouw situatie van vandaag, zet vooroordelen of taboes opzij en beschrijf jouw vertrekpositie zo eerlijk en neutraal mogelijk;

*Richting geven:* som domeinen op waar je impact kunt hebben en eerste ideeën voor aanpak, onderzoek mogelijke oplossingen en vooral: oordeel nu nog niet;

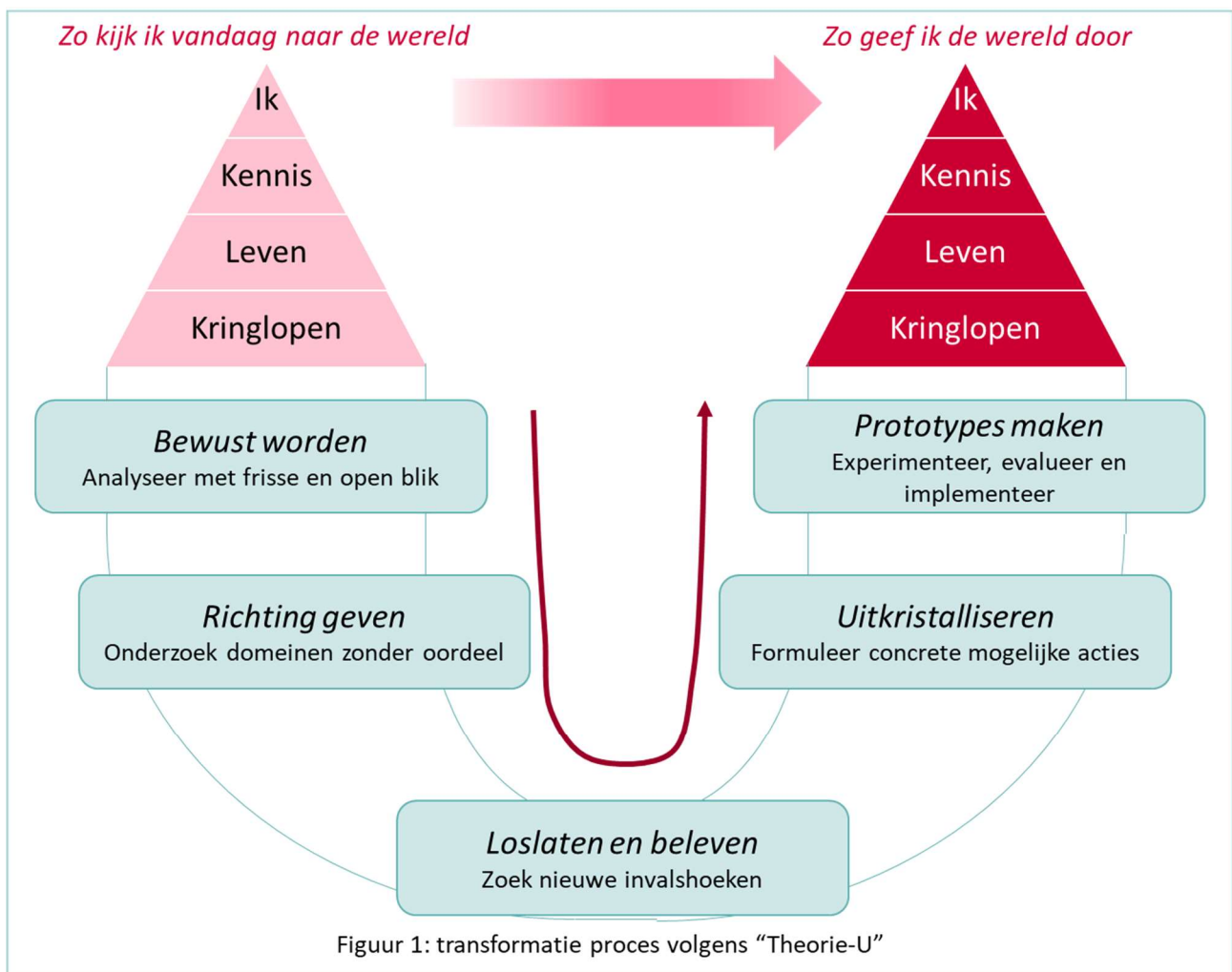
*Loslaten en beleven:* word bewust van wat je zelf of als groep kan bijdragen aan oplossingen. Dit is de meest delicate fase van transitie om oude inzichten en gedrag los te laten en nieuwe richtingen te kiezen. Daarom wordt aandacht besteed aan het zoeken naar nieuwe invalshoeken;

*Uitkristalliseren:* selecteer concrete oplossingen waar je realistisch aan kan werken;

*Prototypes maken:* maak een plan en probeer uit wat je je voorgenomen hebt, evalueer wat en hoe je het kan volhouden en bouw het in als een nieuwe gewoonte.

---

<sup>2</sup> Otto Scharmer is auteur en actie-onderzoeker die transformatiepaden co-creëert voor individuen, instellingen en grotere systemen, <https://ottoscharmer.com/>



## *Bewustwording: van waar kom ik?*

### **Veranderen begint bij zelfkennis!**

Om transitie aan te kunnen moet je jezelf kennen en de verandering in je persoonlijke leefwereld binnenbrengen. Eerste stap om zelf aan klimaatbeheersing te doen is te onderzoeken van waar je komt, waar je op vandaag staat en hoe je echt tegen de wereld aankijkt.

---

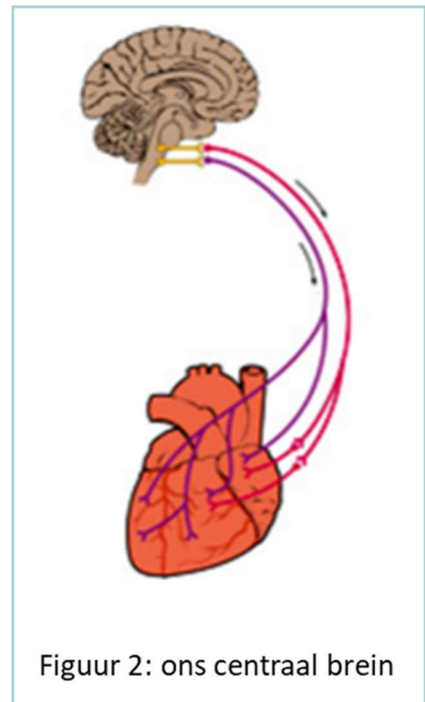
*"Iedereen denkt eraan de wereld te veranderen, maar niemand denkt eraan zichzelf te veranderen"*

*Leo Tolstoj*

---

Het begon allemaal met eerste celdelingen na jouw conceptie. Die cellen vormden je hersenen en hart, verbonden door een centraal zenuwstelsel. Dit systeem vormt elk individu, persoonlijkheid en basisidentiteit. Hersenen staan symbool voor ratio, het hart voor emoties. Biologische processen van ratio, emoties, beslissingen en acties verlopen voornamelijk, maar zeker niet uitsluitend, via de hersenen.

"Zijn we onze hersenen en hart, of *hebben* we deze?". Beide benaderingen zijn waar. Enerzijds "*zijn*" we deze combinatie van hersenen en hart omdat alles wat we waarnemen, voelen, percipiëren, beslissen en doen hier gestuurd wordt. Anderzijds "*hebben*" we deze combinatie van hersenen en hart en kunnen we afstand nemen van de wereld om ons heen en van daaruit beslissen, handelen en verantwoordelijkheid nemen voor ons gedrag.



Figuur 2: ons centraal brein

## DNA

DNA<sup>3</sup> codeert genetische informatie. In een dubbele helix liggen genen opgeslagen, de basiselementen voor onze erfelijke kenmerken. Bij een celdeling krijgen nieuwe cellen de volledige DNA-ketting en bijgevolg alle erfelijke kenmerken mee. Bij deling voor geslachtscellen daarentegen wordt slechts de helft van de DNA-helix aan de dochtercel doorgegeven. Die wordt bij bevruchting samengevoegd met de halve DNA-helix van de geslachtscel van de partner tot één nieuwe volledig unieke DNA streng.

Planten hebben 50.000 genen om hun erfelijkheid te bepalen. Mensen en zoogdieren hebben +/- 25.000 genen, insecten en wormen hebben tussen de 10 en 20 duizend genen. De mens heeft zeker niet het meeste aantal genen in de bio wereld.

Het bestaan van DNA als basis voor erfelijkheid is in 1869 ontdekt door de Zwitser Johann Friedrich Miescher (1844 - 1895) maar het duurde tot 2001 om de volledige sequentie van het menselijk DNA te ontrafelen.

Onze ouders zijn natuurlijk het meest bepalend in het DNA en de genen die we meekregen, maar via hen speelt de biologische voorgeschiedenis van hun voorouders.

<sup>3</sup> DNA (Engels: **Desoxyribonucleic acid**), is een biochemisch macromolecule die fungeert als belangrijkste drager van erfelijke informatie in alle bekende organismen

Door het samenleven van de neanderthaler en de denisovamens met Homo Sapiens in één van onze vorige moederlanden hebben we allemaal een stukje van hun DNA in elk van ons<sup>ii</sup>.

Evolutionair staat ons DNA dicht bij dat van de primaten waarvan we zo'n 6 tot 4,5 miljoen jaar geleden afgescheiden zijn. De mens vertoont gelijkenissen met zowel de chimpansee als de bonobo.

- Chimpansee: we hebben 98% DNA gemeen met deze "mensaap" die als vrij agressief aangeschreven staat. In DNA ligt geen reden voor deze agressiviteit, maar er is misschien wel een culturele reden. De chimpansee leeft namelijk ten zuiden van de Congo-rivier op terreinen waar ook gorilla's voorkomen;
- Bonobo: we hebben net iets meer DNA gemeen met deze vredelievende soort die ervoor bekend staat dat ze geschillen bijleggen met seks, die ze zonder reden van voortplanting bedrijven. Deze soort leeft sinds één miljoen jaar afgescheiden van de chimpansee ten noorden van de voor hen onoverbrugbare Congo-rivier. In dat gebied komen geen gorilla's voor. Is dat dan de "culturele" reden waardoor ze pacifistischer zijn dan de chimpansee waarmee ze genetisch erg verwant zijn?

### *Chemische processen*

*Genen* in ons DNA bepalen of chemische processen in ons lichaam goed en optimaal verlopen. Sommige mankementen in deze processen zijn zeer zichtbaar, andere veel minder. Twee voorbeelden illustreren dat.

Het herkenbare Syndroom van Down<sup>iii</sup> of trisomie 21, wordt in 95% van de gevallen veroorzaakt doordat er in de eicel twee chromosomen-21 voorkomen i.p.v. één. Daardoor heeft het kind drie i.p.v. twee chromosomen-21. Deze biologische afwijking heeft levensbepalende gevolgen voor de drager;

Een tweede voorbeeld is oppervlaktedyslexie. Uitwendig is niets te zien, maar in hersenenprocessen worden woordbeelden moeilijk vertaald in bijhorende begrippen. Daardoor gaat begrijpen door lezen trager dan gemiddeld. Dit heeft gevolgen op snelheid van begripsvorming, tijdsbesteding om leerstof te verwerken in traditionele leersystemen en uiteindelijk op de wil en werkwijze om leerdoelstellingen te bereiken.

Uit deze twee voorbeelden blijkt dat chemische processen bepalen hoe de omgeving op een individu reageert en hoe dat het individu vormt.

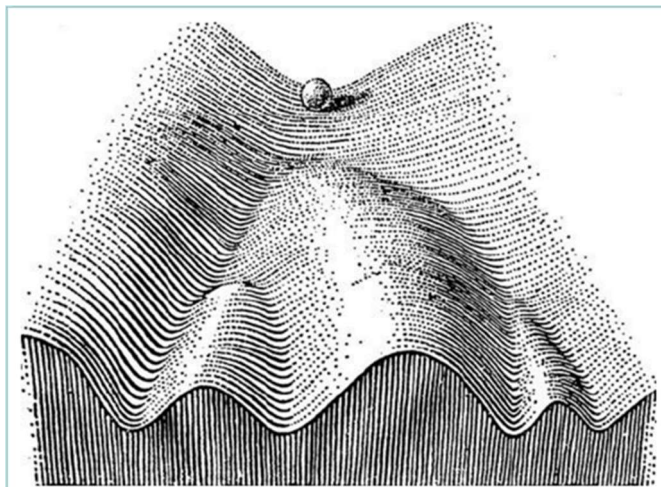
*Opvoeding* creëert de context waarin deze chemische processen ontwikkelen bij baby's. Hoe worden in de eerste levensmaanden en -jaren de spiegelneuronen van een baby door de opvoeders geactiveerd om te beginnen aan het leven? Hier ligt een tweede mogelijke

bepierking op de ontwikkeling van hersenprocessen, dit keer buiten het individu om. Na WOII worden in 't Westen de meeste kinderen op een pedestaal gezet en goed verzorgd, om niet te zeggen verwend. Dit bevordert de empathische processen in hun hersenen. Op vele andere plaatsen in de wereld is dat zeker niet voor iedereen vanzelfsprekend of mogelijk. Onze primaire opvoeder(s) activeren de spiegelneuronen waarmee we leren. Zij handelen vanuit hun inzichten en geven die spontaan door aan de baby. Zo vullen onze hersenen zich met een eerste reeks "beelden" waarmee we aan de slag gaan. We spreken de moedertaal die we meekregen, grijpen terug naar de vorm van geborgenheid die ons op dat moment aangeleerd werd. Op deze manier creëren onze hersenen in de eerste levensjaren een perceptie van de wereld rondom ons die we nooit meer ontleren.

## Epigenetica

De combinatie van DNA en chemische processen leidt tot de voorstelling die Conrad Waddington (1905 – 1975) als "epigenetica"<sup>4</sup> definieerde<sup>iv</sup> in zijn boek "The strategy of the genes"<sup>v</sup> uit 1957.

Door lichamelijke chemische processen worden allerlei eiwitten rond DNA bijgebouwd. Het gedrag van cellen en bij uitbreiding het organisme wordt bepaald door een combinatie van DNA én de chemische processen.



Figuur 3 voorstelling principe van epigenetica

Waddington geeft als analogie de baan die een kogel (= DNA) volgt op een canvas. Een zelfde kogel volgt andere banen (= DNA reageert anders) onder invloed van de vorm van het canvas (= chemische processen die DNA + eiwitten anders doen reageren).

[Epigenetics \(kbaverstock.org\)](http://kbaverstock.org)

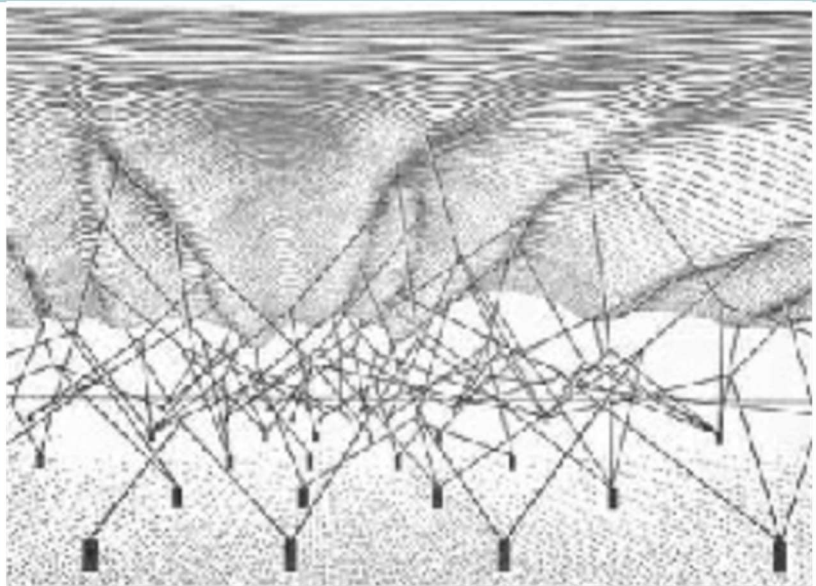
---

<sup>4</sup> Epi genetica:" breed gedefinieerd als de moleculaire processen die "toegevoegd aan" genen mee erfelijkheid bepalen



Door waarnemingen, ervaringen en (chemische) stoffen uit de omgeving veranderen de processen.

Dit verandert doorheen de tijd het patroon van het canvas. Waddington stelde deze veranderingen voor door gewichten die van onderuit continu aan het canvas trekken en zo de banen veranderen. Vandaag volgt de kogel andere banen dan vroeger. Later zal dit weer anders zijn.



Figuur 4 epigenetica verandert in de tijd

[Epigenetics \(kbaverstock.org\)](http://kbaverstock.org)

**Omstandigheden dienen zich steeds iets anders aan. De reacties van iemand op die omstandigheden worden niet alleen bepaald door DNA maar ook door allerlei chemische processen daarrond en die zijn per definitie veranderlijk.**

Externe invloeden op onze epigenetica zijn fysiek en cultureel bepaald en daardoor tijdsgebonden. Zo spelen op vandaag gebeurtenissen in de VS, Europa, Rusland, China..., spanningen tussen de christelijke en de islamitische wereld, technologische en economische veranderingen en een pandemie als Covid-19 een belangrijke rol in hoe een individu denkt, beslist en handelt in elk van die culturen. Honderd jaar geleden was dat totaal anders en over honderd jaar zal het weer anders zijn. Dat maakt het ook moeilijk om vroegere tijden te vergelijken met nu en eruit te leren voor ons handelen vandaag.

### *Familie*

Gedurende het leven gaat iedereen meerdere relaties aan en worden sommigen verbroken. Twee sterk bepalende uitgangspunten voor die relaties zijn het gezin / de familie waarin je opgroeide en het gezin dat je zelf sticht. Die familie geeft richting in het aangaan van nieuwe relaties, de manier waarop je tegen relaties aankijkt en hoe je die inzet in je eigen voordeel, dat van je naasten en dat van de samenleving. Tegenwoordig gebeurt het steeds meer dat mensen na een eerste relatie ook nieuwe relaties aangaan waardoor ze ook weer anders tegen hun relaties met de wereld aankijken dan vroeger.

## *Opleiding en opbouw van kennis*

We weten dat DNA ons erfelijk richt en dat epigenetische processen ons dagdagelijks leven beïnvloeden. Een algoritme om uit die chemie ons gedrag te bepalen is er – gelukkig – niet. Daarvoor zijn invloeden uit de omgeving en relaties met alles en iedereen om ons heen te bepalend<sup>vi</sup>.

Vanuit de mogelijkheden die geboden worden door de staat waar je burger van bent, de voorkeuren van je ouders / opvoeders en je persoonlijke interesses volg je een reeks opleidingen. Niet iedereen heeft een even grote keuzevrijheid, maar in het Westen vinden we het vanzelfsprekend dat die keuze breed en vrij is.

Opleidingen, instituten voor opleiding, opleiders en collega's tijdens opleidingen zijn dus een volgende laag in je persoonlijke vorming. Hoe hoger die opleiding, hoe meer middelen en vaardigheden je meekrijgt om onafhankelijk te staan tegenover veranderingen in de wereld en om die wereld zelf te beïnvloeden. Iemand die enkel tot 18 jaar of zelfs jonger opleidingen volgde staat potentieel kwetsbaarder tegenover veranderingen in economie, technologie en samenleving dan iemand met verdere opleidingen.

## *Cultuur*

Uiteindelijk is de algemene cultuur<sup>5</sup> of de "ethnosfeer" waarin je leeft mee bepalend voor wie je bent. Als je in Nederland geboren bent, kan dat in een vrijzinnige omgeving zijn, in een religieuze of in een fundamenteel religieuze omgeving in de Bijbel-belt. Dat is zeer bepalend voor je opvoeding, ontwikkeling, sociale controle en de omgeving waarbinnen je relaties aangaat in een voor de rest vrij, democratisch en welvarend land.

## *Waarden*

Alles komt uiteindelijk samen in "waarden" waarvoor je gaat in het leven. Deze bepalen met wie en welke groepen je relaties aangaat en onderhoudt. Hoe sta je tegenover zaken als integriteit, zorgvuldigheid, rechtvaardigheid, trouw, passie, emotionaliteit, bescheidenheid, respect, beleefdheid, gelijkwaardigheid, gezondheid, rijkdom, geluk, vrijheid, behulpzaamheid, eerlijkheid, ongelijkheid...? Hoever rijkt jouw engagement? Tot jezelf? Je familie? Je bedrijf? Je land...? Of ben je bereid jezelf te zien als een onderdeel van alle kringlopen en je handelen te zien in het geheel ervan?

---

<sup>5</sup> Cultuur: Cultuur of beschaving is het geheel aan gewoonten en (gedrags-)regels dat bij een volk of stam hoort. Cultuur omvat de gewoonten en gebruiken waarover een volk in het land zelf beschikt of die een volk meeneemt uit het land van herkomst. Hieronder vallen onder andere het geheel van normen en waarden, de voeding, eetgewoonten, kleding, godsdienst en muziek en dans. <https://www.ensie.nl/redactie-ensie/cultuur>

**De factoren als DNA, epi-processen, familie, opvoeding, cultuur en waarden geven aan hoe je persoonlijkheid zich vormt nog voor je er zelf erg in hebt. Alles wat je tot nu toe leerde, kan je niet meer “ontleren”. Je kan er enkel op verder bouwen.**

In de context van oorlog, terrorisme en geheime diensten zijn er al veel pogingen gedaan met drugs, elektrische schokken, brainwashing enz. om de persoonlijkheid van iemand af te breken en weer anders ineem te zetten<sup>vii</sup>. Maar het effect blijft dat zelfs als iemand tot op de grond afgebroken wordt hij of zij uiteindelijk blijft wie hij of zij was.

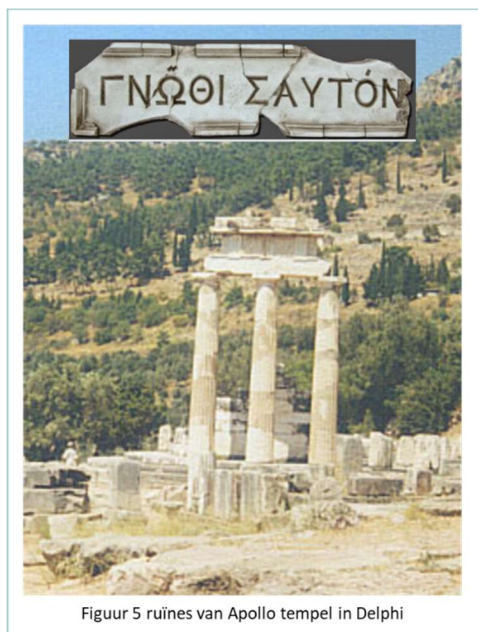
### *Naar je werkboek: van waar kom ik?*

NU DE ROLLEN VAN FYSIEKE ASPECTEN ALS DNA, CHEMISCHE PROCESSEN EN EPIGENETICA GEPLAATST ZIJN TEGENOVER DIE VAN FAMILIE, OPLEIDING, CULTUUR EN WAARDEN IS HET TIJD OM NAAR HET WERKBOEK IN HOOFDSTUK 7 TE GRIJPEN.

IN “ACTIE 3: VAN WAAR KOM IK?” KAN JE OP WERKBLAD 3 JE PERSOONLIJKE FEITEN EN INZICHTEN T.A.V. AL DEZE FACTOREN INVULLEN.

OP DIT MOMENT BEN JE OOK IN STAAT OM OP WERKBLADEN 1 EN 2 DE “IK-LAAG” IN TE VULLEN. ZOWEL IN HET “HUIDIGE” ALS IN HET “GOEDE VOOROUDER” WERELDBEELD KAN JE AANGEVEN HOE JE IN HET LEVEN STAAT EN HOE JE IN HET LEVEN WIL STAAN.

### *Wat zijn mijn voorkeuren?*



“Ken uzelf” was het opschrift in een kamer van de Apollo-tempel in Delphi. De bedenker van de uitdrukking is onbekend.

De spreuk is het motto van veel filosofische discussies en essays. Ook voor elk van ons is het belangrijk te begrijpen waar je nú staat als resultante van alle ontwikkelingen die je doormaakte en beslissingen die je tot nu toe genomen hebt.

<https://www.geestkunde.net/vraag-en-antwoord/ken-jezelf-doe-alles-met-mate.shtml>

Er zijn veel formele methodes en technieken ontwikkeld voor persoonlijkheidstesten met verschillende lange vragenlijsten<sup>viii</sup>. Veel testen zetten twee dominerende dimensies tegenover elkaar:

Waar haal “ik” **energie** uit?

Haal "ik" energie uit het omgaan en samenzijn met anderen, door mij extravert uit te drukken en veel reactie te krijgen, of;

Haal "ik" energie van binnen uit mezelf, door te reflecteren en rust op te zoeken?

Hoe verwerk "ik" **informatie**?

Analyseer "ik" zelf alles wat ik zie of hoor en neem ik iets slechts aan als "ik" iets beredeneerd heb ("Systeem 2" wordt vaak en systematisch ingeschakeld), of;

Neem "ik" vlot over wat beweerd en gezegd wordt ("Systeem 1" overweegt)?

Naast deze energie / informatie balans is er de manier waarop je geest gedachten vasthoudt of loslaat:

De duur dat de je aandacht of focus **vasthoudt**:

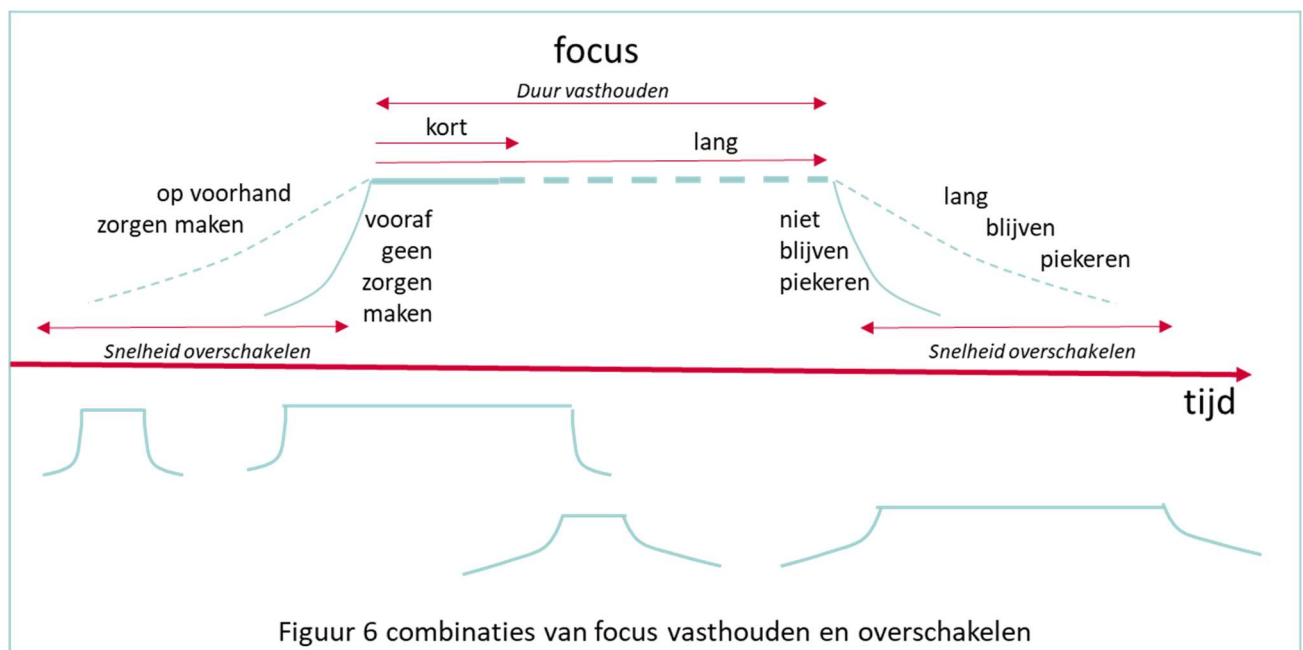
Kort, je verliest snel de aandacht voor een onderwerp;

Lang, je blijft geconcentreerd bij één onderwerp.

De snelheid waarmee je geest van focus naar focus **overschakelt**:

Je wisselt snel tussen twee focussen zonder bij het vorige te blijven hangen of al aan het volgende te denken;

Je blijft lang denken over de vorige focusperiode ook al ben je al met de volgende focus bezig of je denkt al aan de volgende terwijl je nog met de huidige focus bezig bent.



Hoe je omgaat met energie, informatie en hoe je focus vasthoudt is het gevolg van chemische processen in het "centrale brein van je hersenen en hart". Deze processen bepalen o.a. hoe je

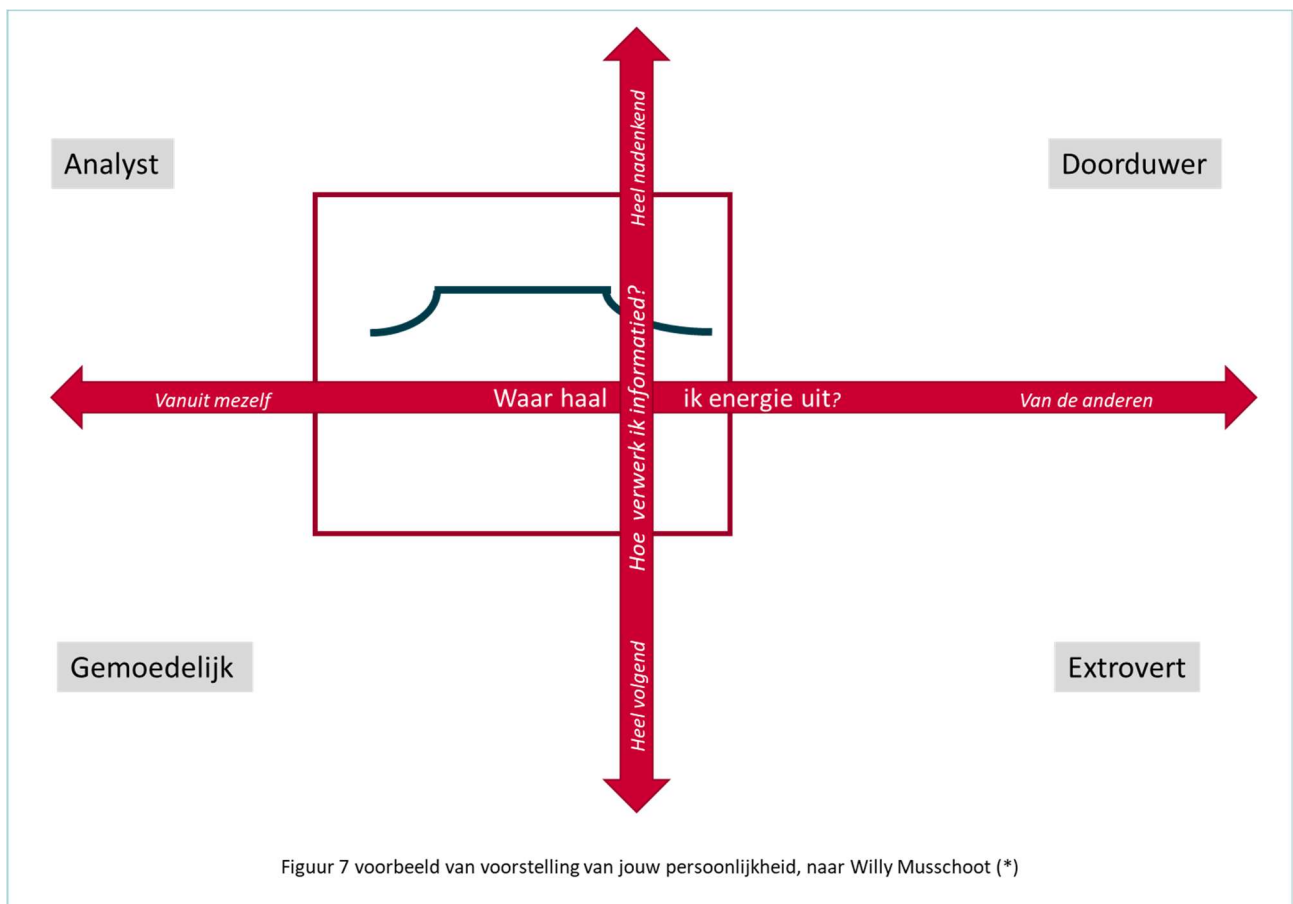
Leert: snel en gefocust of in veel stappen;

Blijft hangen in het verleden: “was die beslissing wel OK?”;

Piekt over de toekomst: “hoe kan ik een onzekere uitkomst beïnvloeden?”;

Handelt in relaties met anderen.

Als je de twee dimensies van energie en informatieverwerking tegenover elkaar uitzet, kan je in vier kwadranten met een vierkant je persoonlijke voorkeuren aangeven. Dit kan intuïtief of na het invullen van formele vragenlijsten<sup>6</sup>.



Daarbij kan je aangeven of je erg lang kan focussen of niet en of je piekert over het verleden of de toekomst of er net snel overheen stapt.

Op die manier krijg je een redelijk beeld van de voorkeuren waarmee je in het leven staat.

<sup>6</sup> (\*) Willy Musschoot is een van de vaders van het human resource beleid in België. Hij bouwde de cursussen personeelsbeheer uit aan de Vlerick School

## *Naar je werkboek: wat zijn mijn voorkeuren?*

DOE DE PROEF EN VUL EENS ZO'N VRAGENLIJST IN. DIT BEELD HELPT JE VERDER. IN "ACTIE 4: WAT ZIJN MIJN VOORKEUREN?" VAN HET WERKBOEK IN HOOFDSTUK 7 VIND JE ALLE VERWIJZINGEN.

TEKEN JE PROFIEL OP WERKBLAD 4.

## *Richting geven*

### *Ik ben onderdeel van een geheel*

Uit alle vorige hoofdstukken en uit de eerste transitiestap "Bewust Worden" groeit het besef één te zijn met de grote fysieke wereld van kringlopen én met één van de culturen. Je ontsnapt niet aan die eenheid!

Een inherent voordeel aan fysieke kringlopen is dat acties die goed zijn voor het klimaat ook goed zijn om luchtvervuiling, milieuvervuiling, ongezond eten, dalende diversiteit... aan te pakken. Luchtvervuiling reageert ook veel sneller op verbeteringsacties dan bijv. klimaat.

### *Meerdere rollen*

In de wereld staan betekent handelen, realiseren, ageren, durven, ondernemen, falen, relaties maken en open houden of verbreken, meppen uitdelen en incasseren, dingen maken en kapot maken, herbeginnen met een tweede, derde... kans. Dat alles vanuit waarden die ontstaan op basis van genen, epigenetische processen, ervaringen, opvoeding, opleiding en cultuur.

Al dat handelen doe je op elk moment van je leven in verschillende rollen, zoals in deze lange maar onvolledige lijst, ter inspiratie

Vader / moeder van...; partner van ...; zoon / dochter van...; broer / zus van...;

Leraar / leerling van...;

Werknemer / werkgever van...; manager / medewerker van...; collega /concullega van...;

Bedenker / gebruiker van...; producent / consument van...;

Belastingbetaler / -ontvanger van...; gezagsdrager / burger van...;

Dokter / patiënt van ...; vrijwilliger / begeleider van ...

Rollen vragen elk om beurt focus en soms multitasking. We weten ondertussen uit onderzoek dat onze hersenen niet goed zijn in multitasking<sup>ix</sup> en al zeker niet als je traag van focus wisselt.

In elke rol heb je gelijkaardige basistaken. In elke rol en op elk moment stel je binnen een rol daden waarvoor je verantwoordelijk bent. Dat doe je vanuit jouw expliciet en impliciet wereldbeeld. Denk bij elke rol eens na over

Met welke insteek je deze rol vervult. Is persoonlijke rijkdom, beleving, status... van het grootste belang? Is er ruimte voor algemeen welzijn van medemensen?;

Welke gebruiks- en verbruiksgoederen en -diensten koop je aan als consument maar ook als rolmodel voor anderen om je heen;

Hoe informeer je jezelf over goederen en diensten die je wilt aanschaffen of gebruiken voor een rol. Aanvaard je redelijk klakkeloos wat de media, bedrijven, overheid, influencers je zeggen of voorschrijven over wat "juist" is? Kijk je daar toch enigszins kritisch naar?;

Welk advies geef je anderen over de aankoop en het gebruik van goederen en diensten;

Hoe ga je om met het dumpen, doorverkopen, vernietigen, recycleren, weggeven van verbruikte producten.

Bij elke rol die je speelt is het belangrijk even te bedenken dat

Niet iedereen de kans noch de financiële of mentale sterkte heeft om vrijuit over rollen na te denken en keuzes te maken;

Sommigen niet de moed hebben om hierover na te denken en zich gewoon laten meedrijven op de waan van de dag of het comfort van het leven van vandaag;

Anderen liever hun kop in 't zand steken en zich verzetten tegen elke verandering.

Dit denkproces over vervullen van rollen en concrete acties geeft jou de mogelijkheid om deze mensen te helpen en te begeleiden in het goed doorgeven van onze wereld aan volgende generaties.

### *Naar je werkboek: lijst van mijn rollen*

IN "ACTIE 5: LIJST JE ROLLEN OP" OP WERKBLAD 5 VAN HET WERKBOEK IN HOOFDSTUK 7 IS ER RUIMTE OM JE EIGEN ROLLEN OP TE SCHRIJVEN.

HET IS BELANGRIJK OM TE FOCUSSEN OP DE BELANGRIJKSTE ROLLEN EN DE RELATIES MET ANDEREN EN DE OMGEVING TE ZIEN.

## *Loslaten*

### *Beleven*

**Dit is de meest delicate en emotionele stap! Je laat zekerheden los die je tot nu toe had. Je definieert een nieuwe richting, een aangepaste manier van in het leven staan.**

In het geval van klimaatbeheersing is het essentieel om rationeel en emotioneel in contact te komen met ecosystemen. Stel zoveel mogelijk veranderingen in ecosystemen zelf vast en ondervind die zelf aan den lijve. Ga wandelen of fietsen in bossen, langs rivieren, in de bergen; bezoek steden, parken, havens... Sta daarbij af en toe stil, kijk, luister en voel.

Je belooft jezelf om je te zien

Als onderdeel van een set van ecosystemen;

Met verantwoordelijkheden voor de toekomst van die ecosystemen;

In relaties met mensen die allemaal deel zijn van die ecosystemen;

In relatie met volgende generaties waarvan je enkelen (al) kent maar de meesten niet.

### *Toekomst rechtvaardigt gedrag*

Om na te denken hoe je vanuit je huidige positie en rollen verder gaat naar de toekomst kan je in navolging van Samuel Scheffler (1951) volgende fundamentele vragen stellen<sup>x</sup>

Hoe zou ik leven als ik wist dat dertig jaar na mijn dood de mensheid verdwijnt?

Hoe zou ik mij gedragen als ik wist dat mijn kleinkinderen een wereld erven waar het leven dragelijk is voor één miljard gelukkigen die het geld en de kennis hebben om de nodige technologie te gebruiken en waar de anderen in de verdrukking leven? Terwijl ik geen enkele garantie heb tot welke groep mijn kleinkinderen behoren!

**Deze vragen vanuit een toekomstbeeld leren dat wat we vandaag doen zijn waarde haalt uit onze bijdrage aan de toekomst en aan de goede evolutie van de aarde en de samenleving. Zonder toekomst heeft ons gedrag van vandaag weinig betekenis.**

Gewapend met een duidelijk wereldbeeld, enige zelfkennis en wat van ons verwacht wordt in verschillende rollen kan je nadenken over hoe de wereld evolueert, over de bijdrage die je daaraan wil leveren en waar je effectief impact kunt hebben. Daarbij moeten we ons realiseren dat, naast onze persoonlijkheid, alle andere factoren als opvoeding, cultuur en sociale relaties heel bepalend zijn voor onze analyse en beslissingen. Dat zadelt ons op met een vorm van tunnelvisie. Vanuit die invalshoek stelt Dan Kahan<sup>xi</sup> dat we maar best kunnen beseffen dat we feilbaar zijn en ons op allerlei manieren moeten informeren en laten sparren om tot juiste beslissingen te komen en acties te ondernemen<sup>xii</sup>.



---

*“Laten we onder woorden brengen wat we willen, dan pas weten we hoe groot de afstand is tussen wat we willen en wat we kunnen”*

*Paul Scheffer, De Standaard 18 juni 2022*

---

## *Naar je werkboek: waar liggen mijn prioriteiten?*

TIJD OM IN HET WERKBOEK OP WERKBLAD 6 BIJ “ACTIE 6: WAAR LIGGEN MIJN PRIORITEITEN?” OP TE SCHRIJVEN IN WELKE ROLLEN JE DE WERELD BETER WIL DOORGEVEN.

HIER BEPAAL JE WAAR JE STRAKS DE FOCUS OP LEGT OM REALISTISCH AAN DE SLAG TE GAAN EN IETS REËEL TE VERANDEREN.

## *Herbronnen*

Veranderen is een essentieel en alledaags onderdeel van ons leven. We doen het voortdurend en vooral onbewust. Opgroeien is veranderen. Iets nieuws kopen en gebruiken impliceert verandering, al was het maar door een andere gewoonte om het gekochte te gebruiken.

Uitdrukkingen uit verschillende periodes illustreren dat.

---

*“Verandering is de enige constante”*

*Heraclitus (+/- 540 – 480 VoT)*

---

---

*“Het verleden is een vreemd land; ze doen het daar anders”*

*L.P. Hartley (1895 – 1972) in “The Go-Between”<sup>7</sup>*

---

---

*“We zijn allemaal migranten in de tijd”*

---

<sup>7</sup> Het verleden zegt niet zoveel over de toekomst, en wat we weten willen we niet onder ogen zien

Veranderen wordt pas een probleem als we onze "mentale landkaarten" met daarbij horende zekerheden verliezen. In een geglobaliseerde wereld waarin veel lokale problemen zoals koopkracht, inflatie, beschikbaarheid aan producten elders bepaald worden komt verlies aan zekerheid steeds vaker voor. Klimaatverandering is ook zo'n wereldwijd probleem dat niet hier ontstaat noch in grote mate beheerst wordt.

Om elk van je rollen vanuit een wereldbeeld met klimaatbeheersing in te vullen moet je die rollen herdefiniëren. Je moet je huidige invalshoeken (deels) loslaten. Om dat te doen kan je best inspiratie halen uit

Religie en humanisme;

Filosofie;

Kunst;

Wetenschap en technologie.

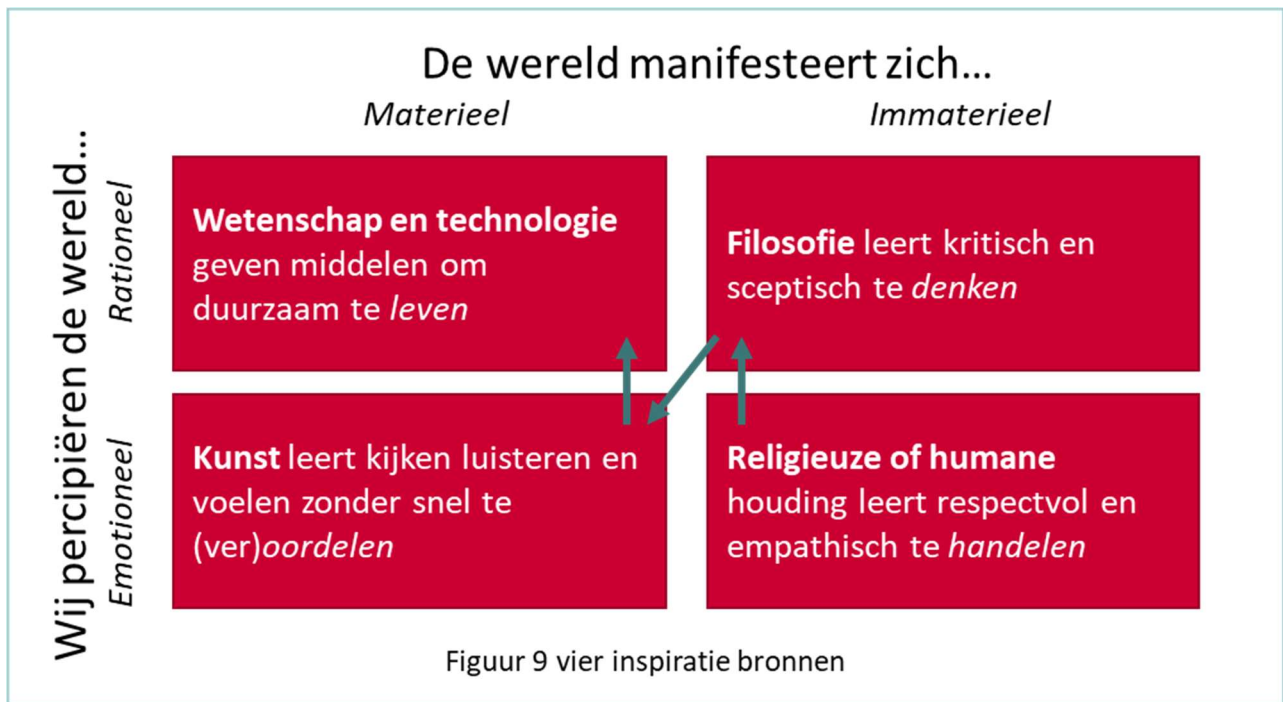
Deze vier veelomvattende invalshoeken zijn gebaseerd op twee dimensies

De wereld manifesteert zich materieel (tastbaar) of immaterieel (aanvoelen);

Wij percipiëren de wereld rationeel (analyseren, nadenken...) of emotioneel (aanvoelen).

---

<sup>8</sup> De migrant kijkt naar de autochtone bevolking en ontdekt dat zij na een bepaalde tijd vreemden worden in hun eigen geboortestreek



Denk na over elke inspiratiebron, discussieer erover en activeer je "Systeem 2". Discussieer zowel met gelijkgezinden als met medemensen die van mening verschillen, de zgn. "bezwarenkoningen", daar leer je het meeste van<sup>xiii</sup>. Iedereen heeft door opvoeding, opleiding, ervaring of interesse een persoonlijke kern-kennis en wereldbeeld ontwikkeld. Elk van de vier inspiratiebronnen heeft het potentieel om jouw persoonlijke kennis en vaardigheden uit te breiden en om jou te motiveren de wereld beter door te geven aan volgende generaties.

Eerst komen de oudste bronnen aan bod, nl. religie en filosofie. Daarna volgen kunst en de meest recente, wetenschap.

### *Religie en humanisme*

Religie stamt uit de moederlanden. Het is de oudste en eeuwig durende zoektocht om vanuit emoties en meevoelen met de medemens antwoorden te geven op "Wie?" en "Waarom?" vragen over het bestaan van de kosmos, de wereld in het algemeen en de mens in het bijzonder. De grote mythes formuleren richtlijnen (mythos) om "goed te leven". Religies sluiten aan bij het gevoelsleven van mensen en passen in het tijdsbeeld van hun ontstaan en interpretatie(s)<sup>xiv</sup>. De grote religieuze verhalen sluiten aan bij de machtsverhoudingen op het moment van ontstaan. Religies uit alle gebieden op aarde positioneren het leven in een kosmisch gebeuren via mythische verhalen waar het leven vandaan komt, met beelden over goden of één god en met rites om het ritme in de natuur te eren of de god(en) te behagen. In sommige religies is er een vervolg na de dood.

Religies zorgen voor verbondenheid, zingeving, sociale solidariteit en uitzicht op vrijheid. Sommige zijn vaak bekeringsgericht en weinig verdraagzaam voor andersdenkenden. Bedenk hierbij dat de grote verhalen van de christenen in de begintijd vreemd waren en als onzin

overkwamen voor joden en Romeinen. Maak onderscheid tussen een religie en de instituten die een religie “beheren”. Enkel de rooms-katholieke godsdienst heeft een instituut als “De Kerk” met 2000 jaar aan traditie. Andere religies zijn decentraal georganiseerd met interpretatievrijheid voor de lokale religieuze leiders.

In het Oosten ontstonden heel vroeg al levensbeschouwingen zonder godsbeeld met een belangrijke plaats voor rites. Daarin is de mens integraal onderdeel van de natuur en de hemel, die zijn het verzamelpunt van alles wat gebeurt op aarde en daarbuiten<sup>xv</sup>.

In het Westen ontstond in de 15<sup>e</sup> eeuw het humanisme als nieuwe visie die uitging van de kracht van de rede en de mens centraal stelde. Bij het begin nog in de schaduw van het christendom.

**Je kan het bestaan van de mens als wezen verklaren op basis van natuur- en bio-wetten, maar om het samenleven van de mens doorheen de tijden te begrijpen kan je niet om religies en vergelijkbare grote verhalen heen.**

In de loop van de voorbije millennia en de vele culturen die ontstonden en verdwenen zijn er vele religies ontstaan, waarvan we de meesten niet meer kennen. Religies zijn talen om emoties uit te drukken. Ze evolueren net als talen, nemen elementen van andere talen over en vormen dialecten. Uiteindelijk verdwijnen er een aantal. Op de dag van vandaag volgt het overgrote deel van de wereldbevolking één van onderstaande religies of levensbeschouwingen. Hun verhaal is dus zeer bepalend voor hoe mensen handelen en bijgevolg hoe de wereld evolueert en doorgegeven wordt aan volgende generaties. Omdat in het atheïsme vaak heel systematisch en heftig tekeer gegaan wordt tegen religies kan die ook als een soort “religie” opgevat worden.

Godsdienst	2020 (miljoen) <sup>xvi</sup>	schatting 2050 (miljoen)	Opmerking
Christendom	2.100	2.800	Vooraf Afrika groeit, Europa daalt
Islam	1.600	2.600	Pakistan, Indonesië, sub-Sahara
Hindoeïsme	1.100	1.440	India
Boeddhisme	450	515	Lage vruchtbaarheid
Jodendom	15	16	Lage vruchtbaarheid
Atheïsme	1.100	1.000	Dalende geboortecijfers

Figuur 10: belang van religies in de wereld met inschatting van evolutie naar 2050 toe

### *Naar je werkboek: wat leer ik van religies?*

ANTWOORD OP DEZE VRAAG KAN JE FORMULEREN OP WERKBLAD 7 VAN HET WERKBOEK IN HOOFDSTUK 7.

### *Filosofie*

Filosofie is na religie de oudste vorm van redeneren waarover we bronnen hebben. Filosofie zoekt al meer dan 2.800 jaar op rationele manier (logos) naar de zin van het leven, antwoorden op de vraag: “wat is een goed leven?” en “hoe zit de aarde en materie om ons heen in elkaar?”. Op gezette tijden werd filosofie als de zoektocht naar inzicht en waarheid boven de religie geplaatst, bijv. door Confucius (551 – 497 VOT), Demokritos (420 VOT), Lucretius (99 – 55 VOT), Abou Nasr Al-Farabi (870 - 950) of Spinoza (1632 – 1677). Bij haar ontstaan bestond filosofie uit analytisch en synthetisch denken over de kosmos, de wereld om ons heen, de mens, het leven, goed samen leven, kunst en hoe materie ineen zit en beweegt. Belangrijkste doelstelling was het geven van verklaringen om gemoedsrust te creëren. Al bij het begin ontstond een tweespalt tussen “dualisme” en “integrisme”. Dualisme ging uit van een ideale wereld en onze concrete wereld die daar een afstraling van is. Integrisme gaat ervan uit dat alles één is en dat je door kijken en observeren de steeds veranderende werkelijkheid kunt achterhalen. Doorheen de geschiedenis heeft de mens voor elk van deze thema’s steeds andere invalshoeken gevonden die pasten binnen het – politiek en religieuze - tijds kader van de filosoof. Vandaag is filosofie, net als het leven, zo uitgebreid geworden dat je keuzes moet maken om deeldomeinen en auteurs te volgen.

Beperk je bij het lezen van filosofie niet tot Westerse denkers. Ook Oosterse, Afrikaanse en Noord- en Zuid-Amerikaanse filosofen hebben heel goede bijdragen. Het is goed hun kijk op onze wereld te begrijpen. Beperk je niet te tot enkele eenvoudige “Chinese Wijsheden”<sup>xvii</sup>.

Filosofie geeft ook vandaag richtingen aan om uitdagingen waar we voor staan op te lossen binnen gekende randvoorwaarden. Zoals verwacht zijn er meerdere richtingen voor de complexere problemen waar we voor staan.

### *Naar je werkboek: wat leren filosofen mij?*

ANTWOORD OP DEZE VRAAG KAN JE FORMULEREN OP WERKBLAD 7 VAN HET WERKBOEK IN HOOFDSTUK 7.

### *Kunst*

Kunst in zijn oervorm is parallel aan religie ontstaan. Het gaf de werkelijkheid weer en ondersteunde de religie en de sociale beleving, al of niet gekleurd door de innerlijke beleving van de individuele kunstenaar. Rotstekeningen, reliëfs, muurschilderingen, beelden en later architectuur, schilderijen, teksten en muziek zijn nog steeds de materiële getuigen van ervaringen, uitwisselen van ideeën en emoties, verklaren van het leven, opleiden van het volk, eren van de god(en).

Nadat kunst het puur ambachtelijke en het “gemaakt in opdracht van ...” oversteeg, werd het hét middel om ideeën en de innerlijke wereld uit te drukken. Op die manier schetst kunst vaak de eenheid met de natuur of een utopische toekomst, in lijn met de cultuur in de regio en van het tijdvak van de kunstenaar<sup>xviii</sup>. Mecenaat werd de laatste vijftig jaar als sponserende kracht vervangen door verhandelen en commercialiseren van kunst.

---

*“Kunstenaars zijn kijkexperts, ze merken op wat ons vaak nog ontgaat.”*

*Wieteke van Zeil in “Goed kijken begint met negeren” uit 2018*

---

Vanaf eind 19<sup>o</sup> eeuw zorgde fotografie voor de meest realistische weergave van de werkelijkheid. Daarom werd het puur figuratieve in schilderkunst geleidelijk vervangen door abstracte vormen die bij beleving aansloten<sup>xix</sup>. Kunst bekijken en beleven werd nog meer een actieve bezigheid waar je jouw vooroordelen voor opzij moet zetten, op moet voorbereiden, laten uitleggen en blijvend over moet nadenken. Daarom is het een oefening in afstand nemen en slechts traag een oordeel vellen. Kunst kan je benaderen op drie manieren. (1) Kunst proberen te zien – waar te nemen – zoals toen die gecreëerd werd, (2) te interpreteren met wat we nu weten over kunst uit het verleden of vandaag, en (3) kunst te bekijken vanuit een toekomst die ze wil creëren. In die zin is kunst bekijken en beleven een oefening om de – toekomstige – wereld te observeren.

*Naar je werkboek: wat leert kunst mij?*

ANTWOORD OP DEZE VRAAG KAN JE FORMULEREN OP WERKBLAD 7 VAN HET WERKBOEK IN HOOFDSTUK 7.

*Wetenschap en technologie*

Nieuwsgierigheid dreef de mens altijd al om de wereld beter te begrijpen en te beheersen. Aanvankelijk was wetenschap een onderdeel van filosofie, maar vanaf de 16<sup>e</sup> eeuw, onder invloed van het humanisme, evolueerde wetenschap in het Westen tot een volwaardige aparte stroming van kennisopbouw. Op basis van abstracte talen als wiskunde en herhaalbare, proefondervindelijke experimenten verfijnt en verifieert of falsifieert de mens zijn inzichten in de werkelijkheid. Met die kennis ontwikkelt de mens vooral sinds de 18<sup>e</sup> eeuw steeds complexere gereedschappen om het leven te begrijpen en leven draagbaarder, efficiënter en zelfs comfortabel te maken.

Wetenschap en technologie zorgden – vooral tijdens de grote acceleratie - voor een ongekeerde materiële vooruitgang en een toename van de wereldbevolking. Ongebreideld energieverbruik om infrastructuur te bouwen, producten te fabriceren en te transporteren, gebouwen te verwarmen of af te koelen en monoculturen om voedsel te leveren verstoren vandaag de basisevenwichten voor kringlopen waarop de wereld en ons leven draaien. Deze manier van wetenschap en technologie toepassen leidt tot een klimaatprobleem dat andere problemen overkoepelt.

---

*"We kunnen een probleem niet oplossen met de denkwijze die het heeft veroorzaakt"*

*Albert Einstein*

---

Om uit deze vicieuze cirkels te geraken moeten volgende vragen beantwoord worden

Zorgen deze technologieën voor oplossingen? Of juist voor meer problemen?;

Moeten we op zoek naar producten met gelijkaardige functies vanuit andere regeneratieve materialen en processen?;

Welke nieuwe technologieën moeten we ontwikkelen?

Waar halen we de inspiratie en kennis voor die nieuwe ontwikkelingen?;

Welk overheidsbeleid creëert het geld voor geselecteerde regeneratieve groei?;

Werken we verder met bestaande of juist met nieuwe businessmodellen om die technologie te ontwikkelen en te gebruiken?;

Welke huidige businessmodellen moeten we stoppen?;

Waar kan je zelf aan meewerken en hoe?;

Kunnen alle 8 à 9 miljard mensen in 2100 profiteren van die technologieën?

*Naar je werkboek: in welke technologieën geloof ik en ga ik zelf gebruiken?*

ANTWOORD OP DEZE VRAAG KAN JE FORMULEREN OP WERKBLAD 7 VAN HET WERKBOEK IN HOOFDSTUK 7.

---

*"Zodra je op de hoogte bent van de situatie, zodra je een volledig beeld het, weet je min of meer wat je moet doen. En misschien nog belangrijker, dan weet je ook wat je niét moet doen"*

*Greta Thunberg<sup>xx</sup>*

---

## Case “Het gat in de Ozon”: Deel 4 - Enkele Lessen

### Gat in de Ozonlaag versus Klimaatopwarming

Leert de aanpak van het “Gat in de Ozonlaag” ons iets over hoe de klimaatbeheersing?

<b>Parallellen en verschillen tussen “Gat in de Ozonlaag” en Klimaatopwarming</b>	
<b>Gat in de Ozonlaag</b>	<b>Klimaatopwarming</b>
Omschreven probleem met wereldwijde gevolgen voor alle vormen van leven	Dreigende ramp met sluimerende wereldwijde gevolgen
Wetenschappelijke inzichten duidelijk	Wetenschappelijke inzichten duidelijk
Industrie ontkent, verzet zich	Industrie ontkent eerst, nu eerder aarzelend
Publiek komt met velen in actie	Publiek komt aarzelend in actie
Amerikaanse politici willen actie onder publieke druk, andere aanvankelijk tegen	Politici willen wel maar blijven teveel steken in lippendienst, schrik om niet te worden herverkozen
Twee sleutelfiguren nemen de leiding	Nog geen echte leidersfiguren die beslissen
100 jaar tussen ontdekking en oplossing	50 jaar niet beslissen rekt gevolgen 5 eeuwen

Naast gelijkenissen of verschillen tussen de problematieken is er een wisselwerking tussen Ozonconcentratie en klimaat

CFK's en HCFK's zijn broeikasgassen. Deze bannen voor het herstellen van de Ozonlaag is ook goed voor het klimaat;

Grote bosbranden in Australië, zoals tijdens de winter van 2020, veroorzaken zulke hoge concentraties aan roet in de hogere atmosfeer dat de Ozonconcentratie daalt.

De aanpak van het Gat in Ozonlaag slaagde



We spreken over het "Gat in de Ozonlaag", maar eigenlijk was en is er geen gat! Het gaat over een verlaging van de Ozonconcentratie in de stratosfeer. Aanvankelijk bedroeg die verlaging enkele procenten. Zonder acties zou dit leiden tot een concentratieverlaging van 60% tegen 2065.

---

*"Het Protocol van Montreal is misschien de meest succesvolle internationale overeenkomst tot nu toe"*

*Kofi Annan (1938 – 2018), Secretaris Generaal VN van '97 tot '06*

---

Satellietbeelden van de NASA en verklaringen van de wetenschappers in de 1970's creëerden een concrete en bevattelijke aanpak die tegelijk het gevaar én de oplossing opriep

De Ozonlaag heeft een beschermende functie;

Er is een gat in die laag;

Door dat gat komt UV-straling en die is gevaarlijk;

Conclusie: dat gat moet dicht!

Dit bracht vooral burgers in Amerika in beweging aangespoord door de ngo's. Daarnaast speelden President R. Reagan en Prime Minister M. Thatcher een hoofdrol. Ook John Kerry (1943) voerde in de jaren '70 en '80 militant campagne in zijn thuisstaat Massachusetts. Later speelde hij als Minister van Buitenlandse zaken onder President Obama een belangrijke rol in de vervolgersies van het Montreal Protocol. Nu is hij als speciale gezant voor het klimaat de voortrekker voor klimaatbeheersingsacties voor President Biden.

Actie voeren en lessen trekken op de twee domeinen! Net als de (Amerikaanse) burgers toen ongerust waren over het "Gat in de Ozonlaag" en de politiek onder druk wisten te zetten, moeten we met z'n allen eisend zijn t.o.v. politici om klimaatverandering aan te pakken!

Helpt V. Poetin onze afhankelijkheid van fossiele brandstoffen zo concreet te maken dat onze politici de moed hebben om beslissingen voor de lange termijn te nemen? Bedrijven proberen het status quo te behouden. Ze zullen pas meegaan in de transitie als ze het opgelegd worden bij wet, een winstgevende markt zien in de regeneratieve economie of als die markt gesubsidieerd wordt door de politiek. Dat laatste gebeurde onlangs bij de COVID-19 pandemie voor de ontwikkeling en productie van vaccins.

*“De mensheid heeft nog nooit zoveel middelen gehad om een klimaatcrisis te vermijden. Regeringsleiders moeten verantwoordelijkheid nemen”*

*Paus Franciscus op 29/10/2021*

## *Een laatste keer dit wereldbeeld samenvatten*

De oerknal creëert een **kosmos** waarin de zwaartekracht sterrenstelsels vormt en die na uiteenvallen samendrukt tot zwarte gaten. In de Melkweg draait de aarde rond de zon in een veld van stijgende entropie. Alles op aarde volgt een beperkt aantal universele natuurwetten van thermodynamica en kwantummechanica. Hierdoor wordt de aarde omgeven door kringlopen van materie en mineralen in de vorm van gesteenten, lucht en water.

Op aarde ontstaat, in die omgeving van stijgende entropie, orde in de vorm van **leven**. Biomassa is het sluitstuk van alle kringlopen. Na enkele opzienbarende extincties en vele miljoenen jaren evolutie volgens de wet van natuurlijke selectie creëert die biomassa bewuste wezens, waaronder de mens.

De **mens** verklaart aanvankelijk de wereld om zich heen met behulp van mythische figuren en goden, later op basis van rationele filosofische argumenten en tenslotte a.d.h.v. logische talen als wiskunde en modellen ondersteund door herhaalbare proeven. In naam van “religieuze” overtuigingen en voorzien van alle mogelijke wapens gaat de mens steeds wisselende samenlevingsvormen aan. De mens creëert voortdurend nieuwe manieren van samenwerking als reactie op vorige vormen die niet meer werken of uiteenvallen onder druk van klimaatverandering, epidemieën of gebruik van nieuwe technieken en wapens.

De samenleving staat vandaag weer voor een mogelijk chaospunt. Klassieke technologieën en vormen van samenleven zorgen voor een polycrisis van armoede, ongelijkheid, milieuproblemen en een snelle klimaatverandering. Nu in omstandigheden waar (1) de bewoonbare wereld dicht bevolkt is en (2) wetenschap ons de spiegel voorhoudt van wat gaat gebeuren als evenwichten in kringlopen zich gaan verleggen, maar ook wat er aan te doen is. In lijn met de natuurlijke trend naar chaos zorgen veel breuklijnen in de samenleving voor verschillende visies over oorzaken en mogelijke manieren om die aan te pakken.

In die wereld is elk **individu** de unieke combinatie van DNA, epigenetische processen en de invloed van cultuur en waarden die hij of zij meekreeg. Iedereen speelt een eigen set van rollen en is verantwoordelijk voor eigen beslissingen en acties die invloed hebben op hoe de wereld wordt doorgegeven aan volgende generaties.

Leggen we ons erbij neer dat door ons toedoen een wereld wordt doorgegeven waar

De temperatuur met zekerheid 2,7°C of zelfs meer stijgt tegen 2100, zoals aangegeven in rapporten en simulaties van het IPCC;

Een steeds groter deel van de 9,4 miljard mensen rond 2065 bedreigd wordt door klimaatverandering, geen toegang heeft tot basisoplossingen en daardoor overgeleverd wordt aan extreme omgevingsomstandigheden;

Biodiversiteit met 30.000 tot 80.000 soorten, dit is 1%, per jaar afneemt en niet vernieuwd wordt. Deze afname van biomassa, de symbiose van de sferen, bedreigt alle leven op aarde, en dus ook menselijk leven.

## *Uitkristalliseren: Cases for action*

### *Theorie vs. praktijk*

Over klimaatverandering wordt heel veel geschreven. Er wordt ingegaan op oorzaken, analyses, gevolgen en mogelijke oplossingen. Vaak blijven lezers van boeken of artikels en toehoorders van spreekbeurten zitten met de vraag: *en nu?* Wat kan ik zelf vandaag al doen om klimaatopwarming tegen te gaan?

### *Een kapstok vol acties*

Ieder van ons heeft onder meer de rollen van burger en van consument.

Een goede *burger* voor de klimaatopwarming is geïnformeerd, is actief rond het klimaat en weet wat hij van de overheid kan verwachten;

Een goede *consument* koopt en verbruikt klimaatbewust op domeinen als energie, wonen, eten, gebruiksgoederen en reizen.

Vanuit zo'n rollen geef je de wereld als goede voorouder door.

Aan deze kapstok worden concrete suggesties uit drie websites gecombineerd

#### [Homepagina - 10 klimaatacties](#)

Deze site sluit aan bij het boek "10 klimaatacties die werken" van Pieter Boussemaere, herwerkt in 2021, uitgeven bij Davidsfonds Uitgeverij, onder EAN 9789059089266.

#### [Klimaat.be](#)

De Belgische federale site voor betrouwbare informatie over klimaatverandering. Zie de tab "Dagelijkse Acties"

<https://www.klimaatexpert.com/>

Klimaatexpert.com is een kennisplatform van aangesloten (commerciële) partners in de Benelux, die zich hebben gespecialiseerd in warmtepompverwarming, airconditioningsystemen, luchtbehandeling en de bijbehorende service. Door krachten te bundelen noemen ze zich expert op elk gebied binnen klimaatbeheersing.

Uiteraard zijn er meerdere van dit soort websites, maar drie houdt de waaier van oplossingen overzichtelijk.

## *Lijst van concrete acties voor klimaatbeheersing*

### *Context voor concrete persoonlijke acties*

Burgers die klimaatopwarming en het lot van toekomstige generaties ter harte nemen

Volgen systematisch enkele websites op om geïnformeerd te blijven;

Bespreken klimaatopwarming met bekenden zoals kinderen en kleinkinderen;

Volgen op hoe klimaatopwarming de politiek (niet) beheerst op de verschillende niveaus gemeente, provincie, regio, federaal, Europa en de VN met het IPCC<sup>9</sup>.

Als consument evalueer je bij dagelijkse aankopen en bij investeringen of

De gevraagde functies elektrisch kunnen en of je die elektriciteit zelf kan opwekken of opslaan;

Je het gevraagde energieverbruik kan vermijden en, zo niet, beperken;

Je voedsel gebruikt dat gezond is en zo klimaatvriendelijke mogelijk gekweekt en bereid wordt;

Je deze verplaatsing wel moet maken en, zo ja, welke de meest klimaatvriendelijke manier is om dit te doen;

Hoe deze ene concrete actie voor het klimaat tegelijk bijdraagt aan minder afval, gezondere voeding, meer bewegen, besparen van waterverbruik, beter luchtkwaliteit...

### *Concrete acties op basis van drie websites*

---

<sup>9</sup> IPCC: Intergovernmental Panel for Climate Change [www.ipcc.ch](http://www.ipcc.ch)

Hoofdcategorie	10 Klimaatacties	Klimaat.be	Klimaatexpert
<b>Een goede burger voor het klimaat...</b>			
... is geïnformeerd	<p>weet wat tegen 2030 of 2050 moet gerealiseerd worden om de temperatuurstijging tot 2°C te beperken?</p> <p>volg over elk van onderstaande punten belangrijke websites op om bewust te kiezen</p>	<p>creëer een win-win situatie door</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. publicaties en internetsites over klimaatbeheersing in België op te volgen</li> <li>2. de juiste subsidies voor initiatieven te kennen</li> </ol>	<p>Bekijk problematiek en mogelijke oplossingen vanuit verschillende invalshoeken</p> <p>Volg de wetgeving op, zowel qua verplichtingen als wat betreft mogelijke subsidies</p>
... is actief	<p>praat over klimaat. Doe dat rustig a.d.h.v. feiten. Stap mee in optochten, neem deel aan thema avonden</p>		<p>schrijf in op de nieuwsbrieven</p> <p>doneer onder klimaatzaak België op <a href="#">Coffee for the Climate: geef een koffie voor het klimaat   Klimaatzaak</a></p>
... controleert overheid	<p>stem voor politici die klimaatbeheersing in hun programma opnemen. Ijver voor taksen op kerosine, steun actiegroepen, beleg in groene initiatieven....</p>		
Hoofdcategorie	10 klimaatacties	Klimaat.be	Klimaatexpert
<b>Een consument kiest bij aankopen bewust voor het klimaat...</b>			
<b>... elektrische energie</b>			

<p>wees zuinig</p> <p>elektrificeer</p>	<p><i>Leg zonnepanelen, neem deel in coöperatieve installaties en / of kies voor groene elektriciteit</i></p>	<p><i>Kies voor energie opgewekt door zon, wind, water, biomassa of geothermische of eigen batterijen</i></p>	<p><i>Gebruik zonne-energie (zonnepanelen, zonneboiler)</i></p>
	<p><i>LED verlichting</i></p> <p><i>Energiezuinige toestellen met label A+++</i></p> <p><i>Geef toestellen een tweede leven via kringloopwinkel, recycleer in containerpark</i></p>	<p><i>Kies LED verlichting, maak verlichting schoon, doof lichten</i></p> <p><i>Koop toestellen, met A+++ labels</i></p> <p><i>Let op het "stand by" verbruik en zet toestellen volledig af</i></p> <p><i>Plaats bewegingssensoren</i></p> <p><i>Kook elektrisch met de juiste potten en pannen</i></p> <p><i>Verkies wanden, plafonds en vloer in lichte kleuren</i></p> <p><i>Zorg voor een volle vaatwasser, beperk wasbeurten...</i></p>	<p><i>Zet de thermostaat een graadje lager, maar koel niet af onder de 14°C</i></p> <p><i>Onderhoud en update alle toestellen</i></p> <p><i>Gebruik minder warm water, korter douchen en iets frisser, zet de boiler temperatuur naar bijv. 50 - 60°C</i></p> <p><i>Vervang de grootste energieverbruikers, bijv. diepvries, wasmachine</i></p> <p><i>Installeer een inductiekookplaat, hoge rendement CV</i></p> <p><i>Stop (stand-by) sluimerverbruik van PC, TV, Modem, Smartphone</i></p> <p><i>Controleer of temperatuur van de koelkast en diepvries correct is</i></p> <p><i>Let op wasbeurten, vullingsgraad en temperatuur</i></p>
<p>... wonen</p>			

<i>isoleer, isoleer...</i>	<p>60%<sup>10</sup> van energie-budget van een gezin gaat naar verwarming</p> <p>Plaats reflecterende schermen achter radiatoren</p> <p>Gebruik doorzichtige glasfolie als hoog-renderend-glas niet lukt</p> <p>Plaats tochtstrippen, gordijnen en isoleer verwarmingsbuizen</p>		<p><i>Isoleer want warme lucht verplaatst zich naar koude lucht</i></p> <p><i>(Vloer, spouwen, dak, glas, leidingen)</i></p> <p><i>Plaats folie achter radiatoren</i></p> <p><i>Vermijd kieren</i></p>
<i>Kies de juiste verwarmingsbron</i>	<p>Warmtepomp, warmtenetwerk, infraroodpanelen, zonneboiler of warmtepompboiler</p>	<p>15% van energie-budget gaat naar warm water</p> <p>Regel temperatuur met thermostaat, niet aan de kraan van de radiatoren</p> <p>Zet de thermostaat een graadje lager</p> <p>Laat temperatuur maximum 6°C onder gewenste dagtemperatuur zakken</p> <p>Verlucht de woning kort maar krachtig</p>	<p><i>Plaats een warmtepomp</i></p> <p><i>Gebruik zonnecellen</i></p> <p><i>Warmteterugwinning-unit</i></p>
<b>... eten</b>			

<sup>10</sup> Gemiddeld energieverbruik in een rijwoning in 2021 volgens Fluvius

<b>vermijd runds- en lamsvlees</b>	<i>plantaardige voedingsmiddelen zoals peulvruchten en granen belasten het klimaat (en het milieu) het minst. varkensvlees, zuivelproducten, maar vooral runds- en lamsvlees hebben de grootste impact.</i>  <i>Minder of geen vlees levert 2 à 5% minder CO<sub>2</sub> op, veganisme 6 à 9 %</i>	<i>beperk vleesgebruik</i>  <i>eet seizoen groenten en bio-producten uit de korte ketting</i>  <i>gebruik boodschappenlijstje</i>	<i>Niet van toepassing</i>
<b>... reizen</b>			
<b>kies juiste motor</b>	<i>te voet, per fiets, openbaar vervoer, elektrische wagen</i>  <i>...</i>	<i>pas vervoermiddel aan aan de taak, bijv. winkelen</i>  <i>te voet, per fiets, openbaar vervoer</i>  <i>doe aan car pooling en / of autodelen...</i>  <i>kies auto die bij je verplaatsingen past, de ruimte, bij voorkeur elektrisch</i>  <i>regelmatig onderhoud</i>	<i>Niet van toepassing</i>
<b>beperk vliegreizen en compenseer</b>	<i>kies voor een klimaatbewuste maatschappij en compenseer via gecertificeerd bedrijf</i>	<i>compenseer vliegtuigreis via gecertificeerd bedrijf</i>	

Figuur 11 : overzicht van concrete acties

## *Prototypes invoeren: nu is het aan mij!*

### *Trial and Error: uitproberen en borgen*

Alle studies geven aan dat voor klimaatbeheersing dit decennium van 2020 tot 2030 cruciaal is om trends in economie, gebruikte technologieën en consumptiegedrag om te buigen.



**Als het voor mij waardevol is om als goede voorouder een behoorlijk leefbare wereld aan volgende generaties door te geven waarin de**

**Temperatuurstijging, veroorzaakt door menselijk handelen, wordt beperkt tot 1,5°C in vergelijking met pre-industriële periode;**

**Biodiversiteit en vooral de biomassa door eigen evolutie regeneert;**

**Ganse wereldbevolking, ook al zijn we in 2065 met 9,4 miljard mensen, de minimum drempel van de donut bereikt maar ook niet boven de draagkracht van de planeet uitbarst ...**

**... dan moet ik vanaf vandaag meewerken om de puzzel van de samenleving op een andere manier te leggen!**

Op dit punt van het hoofdstuk over transitie heb je

Transitie beschreven: waarom en hoe wil ik mijn wereldbeeld ombuigen van het huidige beeld naar een beeld van waaruit ik “de wereld door kan geven als goede voorouder”

Aan bewustwording gedaan: van waar kom ik ? Wat zijn mijn voorkeuren?

Richting gegeven: welke rollen vervul ik?

Losgelaten: wat zijn de prioriteiten waar ik echt op kan wegen? Welke inspiratie houd ik over na herbronnen?

Acties uitgekristalliseerd: uit welke concrete acties kan ik kiezen binnen die prioritaire rollen als ik mijn nieuwe inzichten gebruik?

Nu moet je aan de slag om dingen anders te doen! Daarbij gaat het zowel over veranderen van dagdagelijkse gewoontes zoals het instellen van temperatuur in de woning, als criteria die je gebruikt bij beslissingen die je vaker neemt – vb. de manier waarop je reist – of beslissingen die je maar zelden neemt – bijv. bij de aankoop van een wagen of verbouwingen aan het huis.

Houd bij het kiezen van concrete acties om een goede voorouder-reflex te ontwikkelen rekening met veranderingsadviezen<sup>xxi</sup>

Beperk het aantal domeinen die je tegelijk aanpakt. Eén is te weinig omdat vertragen of falen in dat domein ontmoedigend werkt. Teveel verwatert de focus. Bij een drietal domeinen kan je je energie sterk focussen en discipline opbrengen om vooruit te gaan;

Hanteer een redelijke tijdshorizon van drie tot zes maanden om concrete doelstellingen te bereiken. Je hebt een dergelijke doorlooptijd nodig om een gewoonte te veranderen en zo sluit je aan bij een aantal natuurlijke zaken als de seizoenen, naar een bepaalde dag toewerken als nieuwjaar, vakantie, een verjaardag...;

Betrek een beperkt aantal personen bij je initiatief. Zo kan je steun zoeken bij problemen en samen een succesvolle realisatie vieren. Spreek over jouw voornemen met iemand uit de omgeving die je kan helpen om de specifieke verandering te realiseren. Dat zal eerder een vakspecialist zijn die je helpt en coacht bij beslissen, aankopen, installeren, gebruiken,... dan een vriend of vriendin.

Je kan niet van gewoonte of houding veranderen zonder aandacht te hebben voor je eigen cognitieve dissonanties. Voorbeelden van zo'n dissonanties in het kader van klimaatbeheersing zijn

Belastingontwijking goedpraten;

Producten dumpen i.p.v. repareren of recycleren;

Kledij aankopen in "fast fashion" circuits;

Elke technologische innovatie als vooruitgang promoten;

Op vliegreis gaan omdat die goedkoop is zonder te compenseren;

Elon Musk en Jeff Bezos prijzen om hun ruimtevaart programma's

...

### *Wie boven het maaiveld uitkomt krijgt de wind van voren*

Door over het dreigend chaospunt in 't algemeen en specifiek over klimaatverandering na te denken, je eigen weg te bepalen die strookt met je persoonlijke waarden en te handelen in je verschillende rollen kom je in aanmerking voor wat Hannah Arendt (1906 – 1975) schreef.

---

*"Het is in handelen dat de mens zichzelf door middel van het gebaar en het gesproken woord 'onthult'. Wie handelt, wie een daad stelt, begeeft zich in een netwerk, een 'web' van relaties. Het is altijd ongewis hoe dat handelen zal uitpakken, het laat zich niet voorspellen en daarom is er moed voor nodig. Het specifiek-menselijke is niet maakbaar, het is eerder fragiel en breekbaar zoals ons dagelijks met elkaar samenleven telkenmale weer laat zien"*

*Hannah Arendt, in "Vita Activa" uit 1958<sup>xxii</sup>*

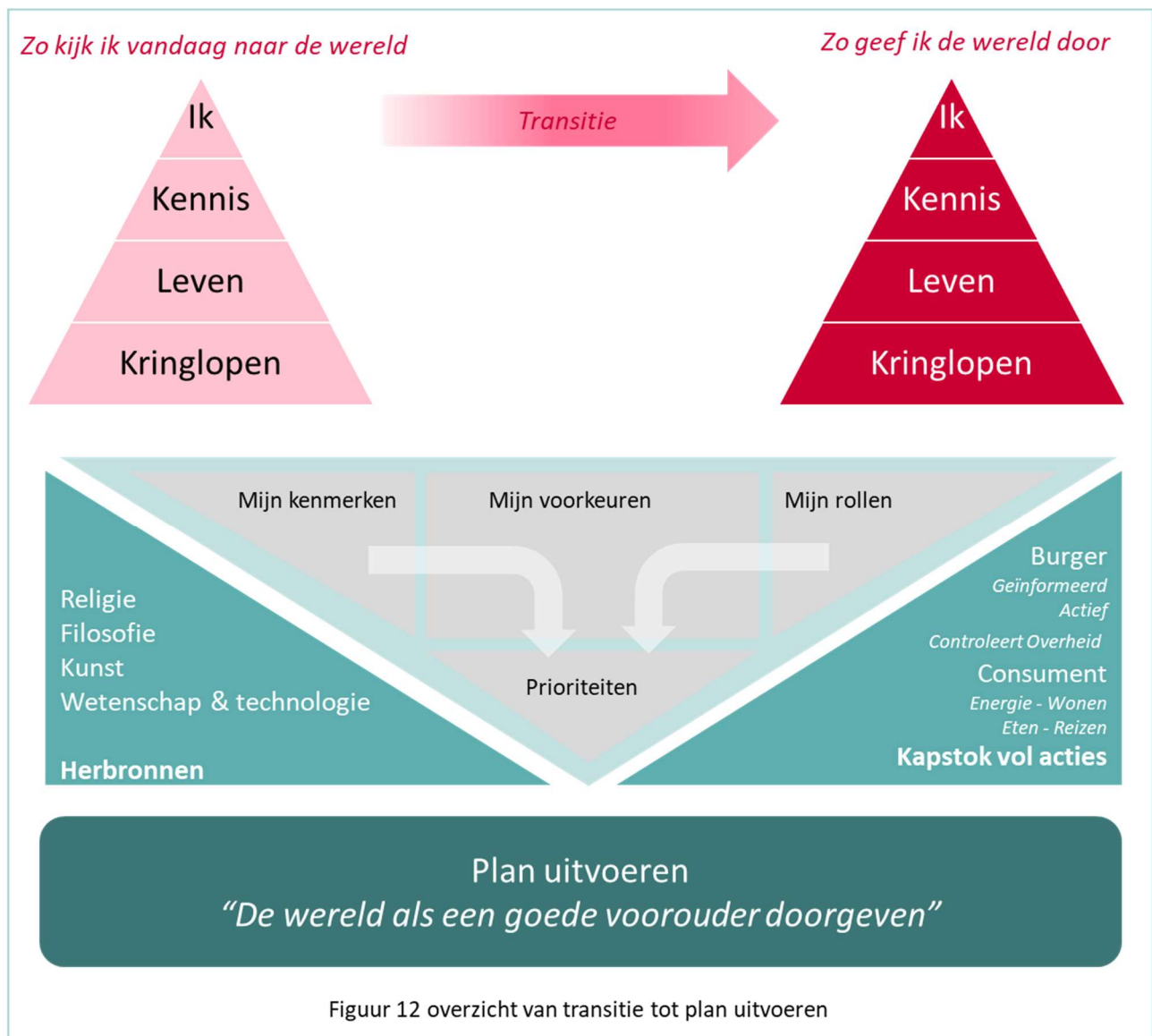
---

Je bent gewaarschuwd! Als je handelt voor klimaatbeheersing en om de wereld in goede conditie aan volgende generaties door te geven, kom je tegenover vele medemensen te staan en kan je de wind van voren krijgen. Sociale media maken dit niet eenvoudig.

Met deze waarschuwing is het aan jou om een helder actieplan op te stellen en prototypes op te zetten om ingesleten gewoontes om te buigen naar nieuwe "goede voorouder" gewoontes.

Dit actieplan heeft een tijdshorizon van pakweg een half jaar. Zo kan je het plan om de zes maanden evalueren, bijsturen en de successen vieren.

Onderstaand schema vat alles rond verandering nog eens samen



Je (klein)kinderen en hun (klein)kinderen en weer hun (klein)kinderen zullen je dankbaar zijn voor het doorgeven van een wereld met een goede toekomst!

Als je alles tot nu toe gelezen en doorgemaakt hebt dan moet je ook de sterkte hebben om vanuit een of andere rol mensen in je omgeving die minder fortuinlijk zijn in dit leven mee te nemen in de flow en te adviseren wat zij in hun rollen kunnen bijdragen.

**De kranten staan elk seizoen vol van nieuwe warmterecords, bosbranden, overstromingen, hittegolven, hittegolfdoden, watertekort, vluchtelingen voor klimaatrampen, insectenplagen. Vaak aan de andere kant van de wereld maar steeds frequenter in Europa en in eigen land. Daaruit valt op te maken dat de voorspelde veranderingen aan het gebeuren zijn. Misschien zelfs sneller en dichterbij dan**

**verwacht. Als al het vorige interessant was maar niet tot actie aanzette, dan zal de aarde zelf ons tot actie dwingen!**

### *De beloning is gul*

Klimaatopwarming is het gevolg van verstoren van kringlopen en beïnvloedt de werking van andere kringlopen. Het werkt ook anders om. Klimaatbeheersing beïnvloedt andere kringlopen gunstig!

Acties pro klimaatbeheersing hebben gunstige effecten op

*Voedsel*, dat blijft weeldering beschikbaar en voedzamer;

*Luchtzuiverheid*, beter wegens minder fijn stof en smog;

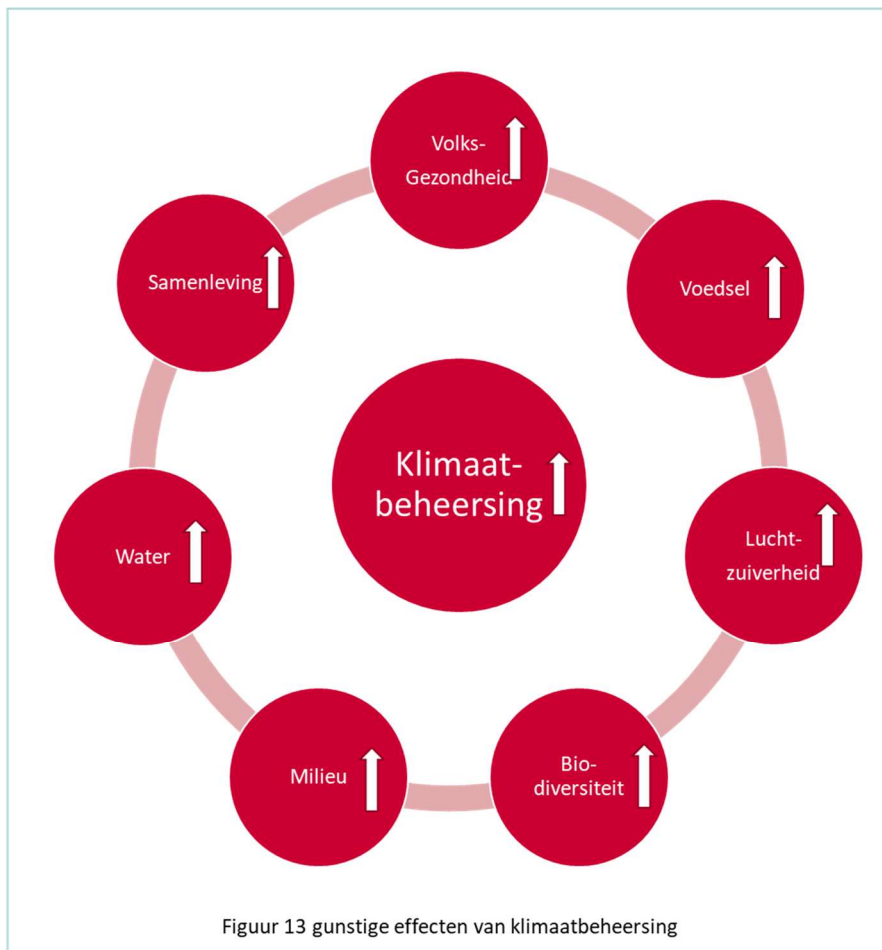
*Biodiversiteit*, verandert trager in zowel flora als fauna;

*Milieu*, wordt minder belast met onafbreekbare producten en allerlei afval;

*Water*, is in grotere hoeveelheden beschikbaar voor drinken en sanitair;

*Volksgezondheid*, wordt beter door ander dieet, meer beweging, lagere temperaturen, minder rampen en het haalt je uit de "ratrace" voor steeds meer;

*Samenleving*, wordt rustiger met minder klimaat gerelateerde conflicten en minder geweld onder invloed van hoge temperaturen.



### *Naar je werkboek: transitie en actieplan*

VÓÓR JE EEN EIGEN ACTIEPLAN OPSTELT IS HET AANGEWEEZEN OM DE TRANSITIE NOG EENS SCHERP TE STELLEN. VERGELIJK IN HET WERKBOEK ONDER “ACTIE 8: BESCHRIJF JOUW TRANSITIE” NOG EENS JE WERELDBEELD TOT NU TOE MET DE VERNIEUWDE INZICHTEN VAN DE “GOEDE VOOROUDE”.

IN HETZELFDE WERKBOEK ONDER “ACTIE 9: MAAK JOUW ACTIEPLAN” SCHRIJF JE EEN EIGEN VERSIE VAN EEN ACTIEPLAN NEER.

**Alle succes bij de uitvoering van je plan!**

- 
- <sup>i</sup> Ester de Haan en Eva Beerends, 2016, “Organisatie ontwikkeling met Theory-U”, Boon is één van de vele Nederlandstalige werken en bijv. de website [https://maatschapwij.nu/videoportret/dieter-van-den-broeck-theory-u/?utm\\_term=theory%20u&utm\\_campaign=NL+%7C+S+-+Artikelen+%7C+Economie&utm\\_source=adwords&utm\\_medium=ppc&hsa\\_acc=2574284583&hsa\\_cam=1137277167&hsa\\_grp=68492730473&hsa\\_ad=411590898884&hsa\\_src=g&hsa\\_tgt=kwd-295597357089&hsa\\_kw=theory%20u&hsa\\_mt=b&hsa\\_net=adwords&hsa\\_ver=3&gclid=Cj0KQCQjwmuiTBhDoARIsAPi v6L yAPh8PgeMD2IGtMoQHn CZrLUYY33chg1qwt1r2AzmCp2yv4M8QaAjTEALw wcb](https://maatschapwij.nu/videoportret/dieter-van-den-broeck-theory-u/?utm_term=theory%20u&utm_campaign=NL+%7C+S+-+Artikelen+%7C+Economie&utm_source=adwords&utm_medium=ppc&hsa_acc=2574284583&hsa_cam=1137277167&hsa_grp=68492730473&hsa_ad=411590898884&hsa_src=g&hsa_tgt=kwd-295597357089&hsa_kw=theory%20u&hsa_mt=b&hsa_net=adwords&hsa_ver=3&gclid=Cj0KQCQjwmuiTBhDoARIsAPi v6L yAPh8PgeMD2IGtMoQHn CZrLUYY33chg1qwt1r2AzmCp2yv4M8QaAjTEALw wcb)
- <sup>ii</sup> <https://medlineplus.gov/genetics/understanding/dtcgeneticstesting/neanderthaldna/>
- <sup>iii</sup> Naar John Langdon Down, 1828-1896, 1866 in het London Hospital Reports, “Ethnic classifications of idiots” uit 1866 met daarin “The great Mongolian family”.
- <sup>iv</sup> <https://decorrespondent.nl/12671/nature-nurture-nee-onze-ontwikkeling-is-een-complexe-knikkerbaan/4612111854141-2b0705ee>, en <https://journals.biologists.com/jeb/article/218/6/816/14495/Conrad-Waddington-and-the-origin-of-epigenetics> en <https://www.jstor.org/stable/2406091?origin=crossref>
- <sup>v</sup> C.H. Waddington, 1957, “The strategy of the genes, A discussion of some aspects of theoretical biology”, Routledge
- <sup>vi</sup> <https://decorrespondent.nl/5823/evolutie-is-meer-dan-veranderde-genen-daar-zijn-vijf-redenen-voor/2119511271933-6a319cf2>
- <sup>vii</sup> “The Shock Doctrine”, 2008, Naomi Klein, Pinguin Books Ltd
- <sup>viii</sup> <https://www.123test.nl/persoonlijkheid/>
- <sup>ix</sup> <https://www.psychologiemagazine.nl/redacteur/theo-compennolle/>
- <sup>x</sup> <https://www.cambridge.org/core/journals/utilitas/article/abs/samuel-scheffler-why-worry-about-future-generations-oxford-oxford-university-press-2018-pp-viii-146/62D6CE8F8EDB9A106B224C8CA75A7BFA>
- <sup>xi</sup> <https://law.yale.edu/dan-m-kahan>
- <sup>xii</sup> <https://decorrespondent.nl/8512/waarom-slimme-mensen-domme-dingen-zeggen/3098279228352-a9353abf>
- <sup>xiii</sup> <https://decorrespondent.nl/12677/de-psychologie-van-het-ongelijk-waarom-mensen-moeilijk-afschied-nemen-van-onjuiste-ideeen-en-wat-daaraan-te-doen/4614295791567-f865c9b6>
- <sup>xiv</sup> Karen Armstrong, P 138 – 158, “De heilige natuur. Hoe we de relatie met onze natuurlijke omgeving kunnen herstellen”, Querido *Facto*
- <sup>xv</sup> Karen Armstrong, P 46 – 77, “De heilige natuur. Hoe we de relatie met onze natuurlijke omgeving kunnen herstellen”, Querido *Facto*
- <sup>xvi</sup> <https://www.kuleuven.be/thomas/page/tijdschriften/viewarticle/62020/#:~:text=Het%20boeddhisme%20dat%20thans%20wereldwijd,dan%20508%20miljoen%20te%20tellen.>
- <sup>xvii</sup> Goed startpunt is “Hoe de Wereld Denkt, Een mondiale geschiedenis van de filosofie”, Julian Baggini, 2019, Nieuw Amsterdam
- <sup>xviii</sup> Morris Weitz, 1956, <https://www2.hawaii.edu/~freeman/courses/phil330/24.%20The%20Role%20of%20Theory%20in%20Aesthetics.pdf>
- <sup>xix</sup> Koenraad Jonckheere, P 19, 2020, “Another History of Art, 2.500 jaar Europese kunstgeschiedenis”, Hannibal
- <sup>xx</sup> Greta Thunberg, 2022, p 348, “Het Klimaatboek”, De Bezige Bij
- <sup>xxi</sup> [How to put intentional learning into practice: 3X3X3 | McKinsey en 8 Eenvoudige Stappen voor het Aanleren van Nieuwe Gewoonten - Wouter Kleinsman en 8 stappen om je gewoontes te veranderen \(dkv.be\)](https://www.mckinsey.com/insights/learning-and-development/2022/01/how-to-put-intentional-learning-into-practice-3x3x3)
- <sup>xxii</sup> <https://www.canonsociaalwerk.eu/int/details.php?cps=15>