

# DYNAMISCH PERSPECTIEF

Ledenblad van de Vereniging voor



Biologisch-Dynamische Landbouw & Voeding



# Landbouw & kosmos

## Boeren tussen hemel en aarde

# De boer als dirigent in de Biosfeer

De aarde vraagt  
De kosmos schenkt  
De aarde draagt  
De kosmos brengt  
Schenken en vragen  
Brengen en dragen  
Zoeken en vinden  
De mens zal het verbinden

Bijna dagelijks ervaar ik de sterren aan de hemel, de schoonheid, het mysterie, de afhankelijkheid van de macrokosmos. Daarnaast zie ik onder mijn voeten het wonder van de levende aarde. Daarvan ben ik afhankelijk, dat is de basis van mijn leven.

Hoe zit het met de relatie, de verbinding tussen aarde en kosmos? Ik zie de bodem als het intellect, de wijsheid van de aarde die de kosmische krachten ontvangt en ontwikkelt. Dan is de Biosfeer de verbinding. Deze verbinding is in ons huidig cultuurtijdperk afhankelijk van de mens.

De plantenwereld ontvangt Zonnekracht en maakt die dienstbaar aan de aarde. Zon en aarde verrijken samen de bodem.

Vanuit de wereld van de waarden (de ideeënwereld van Plato) zie ik de mens als verantwoordelijke voor een gezonde, levende verbinding van de aarde met buitenaardse krachten. Onze huidige cultuur van beheersing en materieel, financieel economische gedreven waarden, is contraproductief. De eigen gevoelde en gevoede, natuurlijke verbinding met het Leven, is aan het verdwijnen. Bewustzijn is hierbij het sleutelbegrip. Bewust zijn dat je onderdeel bent van een groot geheel. Een besef van het wonder van de relatie tussen de zon (kosmos) en de plantenwereld in samenwerking met de bodem en haar micro-organismen. Dat zie ik als leidend in de landbouw. Wij staan in de Biosfeer, wij hebben de mooie taak om het natuurlijk proces van aardeontwikkeling te ondersteunen. Dit betekent voor de BD landbouw dat wij de huidige culturele fundamenteen moeten vernieuwen.

Vooraf de laatste 100 jaar, is de mens, de Landbouw, verworden tot een werktuig van het grote anonieme financieel belang. Onderwijs en opvoeding zijn voornamelijk

gericht op aanpassing in onze cultuur. De burger wordt voorbereid op het "zijn" van een bruikbare consument en werker. De burger staat ten dienste van een anonieme, op korte termijn financieel gestuurde economie. Daarin staan de belangen niet ten dienste van aarde- en mensontwikkeling. De levensloop van de mens, het "waartoe zijn we op aarde", wordt sterk bepaald door de huidige culturele paradigma's met haar krachtenspel. Daarin staat de mens buiten spel.

In de huidige Landbouw is het controlesysteem leidend, met symptoombestrijding door buitennatuurlijke ingrepen. Dat is het verdienmodel van de landbouw. Maar in de context, het geheel waarin de Landbouw zich kan ontwikkelen, is voor een boer een veel mooiere uitdaging weggelegd. Daar komt het aan op echt ontwikkelingsgericht vakmanschap. Dat geeft vreugde. Het besef dat we als mens nog maar heel weinig weten over wat de natuur te bieden heeft, is een uitdaging in de ontwikkelingsweg van iedereen.

Ik zie wel voorbeelden van verandering in

de landbouw. Van het gebruik van chemische bestrijdingsmiddelen als systematisch onderdeel van de bedrijfsvoering zie ik een overgang naar de versterking van ecosystemen. Van de aantasting van de insectenwereld naar de versterking van de weerbaarheid in het geheel.

In de BD-landbouw hebben we een taak als dirigent om de ontwikkeling van de bedrijfsindividualiteit te ondersteunen. We kunnen op alle fronten, binnen de ontwikkelingsmogelijkheden van het eigen bedrijf, op Eigen-Wijze vormgeven aan de transitie naar een waardige cultuur voor aarde, natuur en mens. Pas dan kunnen Biosfeer en kosmos optimaal met elkaar samenwerken. Pas dan kan de macrokosmos optimaal haar werk doen op aarde en gaan we een zonnige toekomst tegemoet.

De boer krijgt de ruimte om het mooie beroep van dirigent in de Biosfeer vorm te geven. WG 🌱

"Lerend van de samenhang, ervaar ik het aardebelaag.  
Landbouw als drager van het Leven, in een vreugdevolle Cultuur van Geven."

**Piet van IJzendoorn,**  
zonnehoeve.net



Foto | Dick Boschloo



4 De Noaberhoeve



9 Kalle: De Zuring



10 De Kosmos als Ui



10 Het opkomen en het ondergaan van de twaalf dierenriembeelden



14 Mercurius dicht(er)bij halen



20 De Oloïde



24 Wie heb ik 'aan de lijn'?



30 Zon én Maan



34 Voeding: Eten is geven



39 Colofon en Ledenservice

## 10-32 Ontdek zelf de dierenriem met de sterrenplaten van Liesbeth Bisterbosch

De kosmologische onderwerpen in de Landbouw cursus zijn voor **Liesbeth Bisterbosch** (voedingskundige en sterrenkundige) een inspiratiebron.  
[liesbethbisterbosch.org](http://liesbethbisterbosch.org)





## Leven in verbinding met de weekspreuken

# De Noaberhoeve

Iedere ochtend om half negen verzamelen medewerkers en deelnemers van biodynamische zorgboerderij de Naaberhoeve te Echten zich om te luisteren naar de weekspreek uit de zielenkalender van Rudolf Steiner\*. Iedere woensdagochtend zijn ze wat langer bij elkaar om het met elkaar te hebben over de spreuk van de voorbije week. De weekspreuken maken deel uit van het leven op de Naaberhoeve. Zorgcoördinator Jaap Gorter (1961), introduceerde deze gewoonte bijna twintig jaar geleden.

Tekst | Petra Essink, Jaap Gorter

Foto's | Petra Essink

Eén voor één schuiven de deelnemers (zo worden de zorgvragers bij de Naoberhoeve genoemd) aan bij de grote tafel in de boerderijkeuken. Iets later komen de werkbegeleiders binnen. Er is koffie en thee en ik krijg van iedereen een hand. In totaal zitten er 17 mensen rond de tafel. Aan de wand hangt een geplastificeerde poster met een grote lemniscaat erop, waarin alle 52 weekspreuken van Rudolf Steiner staan getypt.

Jaap Gorter heet iedereen van harte welkom en gaat voor de poster staan. Elke woensdag blijkt de groep onder zijn leiding terug op de spreuk die een week lang iedere ochtend op deze plek geklonken heeft.

Jaap leest de spreuk in het Duits en in het Nederlands. De spreuk van de week vóór 13 februari luidt:

Steeds sterker wordt de macht van 't denken  
verbonden met de geestgeboorte  
Door haar wordt de omfloerste zintuigindruk  
tot volle klaarheid opgehelderd.  
Wanneer de zielerijkdom  
zich wil verenigen met de wereldwording  
moet zintuigopenbaring  
van het denken 't licht ontvangen.

Hij wijst naar de lemniscaat en vertelt: 'Deze lemniscaat is een beeld van een hele grote dialoog. Een uitgebreid gesprek. Je kunt zien dat we in de winter meer binnen zijn, in huis (de linker binnenkant van de lemniscaat). In deze periode ben je meer aan het denken over de wereld en minder aan het doen. Terwijl je in de zomer juist naar buiten gaat,

waar je van alles ervaart van de wereld om je heen (de buitenkant van het rechterdeel van de lemniscaat). Je denkt dan niet zoveel, maar je ziet, ruikt, en proeft de wereld.' Jaap betreft de toehoorders bij zijn verhaal door vragen te stellen: 'Waarom begint de lente precies in het midden van de lemniscaat, op 21 maart?' Stukje bij beetje komt het antwoord uit de groep. Jaap vat de hier en daar wat stamelende reacties samen: 'Dat komt door het licht. Vanaf dat moment is de dag langer dan de nacht. Maar de lente gaat niet alléén over licht. Het gaat ook over leven, en dat loopt een fors stuk voor op het licht. De Kelten wisten dat, die vierden het Imbolcfeest begin februari. En de lente gaat ook over temperatuur. Als je het over warmte hebt, wat is dan het ijkpunt van de lente?' Een van de medewerkers roept: 'Dat is IJs-heiligen!' 'Klopt', zegt Jaap. Tussen 11 en 14 mei begint het voorjaar pas wat betreft temperatuur. De spreuk van vorige week was een heen en weer, een soort twijfelgeval; is het al lente?! Overdag is het al warm, maar 's nachts vriest het nog. Er zijn al wel krokussen, maar nog geen zoemende hommels.' Jaap benoemt 'twee personen' die je in je hebt. In de winter ben je wat meer je beschouwende zelf en in de zomer wat meer je ervarende zelf. Hij vraagt: 'Als je daar voor jezelf geen goed evenwicht in vindt, wat gebeurt er dan?' Een van de medewerkers: 'Als je alleen maar denkt, dan komt er nooit iets van je plannen. Dan kom je niet verder dan een teeltplan en worden er geen zaadjes uitgezaaid. En als je alleen maar zou doen en

niet zou denken, dan zou je niks leren van je ervaringen.' Er wordt begrijpend geknikt. De boodschap is overgekomen. Jaap besluit de bespreking: 'Koester nog even het wintergevoel'. Esther, de kok, antwoordt daarop: 'Dat doen we, we eten vanmiddag snert!' (gejuich uit de groep) Tot slot leest Jaap de spreuk van de volgende week (13-20 feb), waarna hij iedereen een fijne dag wenst:

De wereld dreigt nu te bedwelmen  
de in de ziel geboren kracht;  
kom nu nabij, herinnering,  
en straal je licht uit diepten van de geest,  
maak sterk mijn innerlijk schouwen,  
dat slechts door krachtig willen  
zichzelf in stand kan houden.

## Je kunt de klok erop gelijk zetten

Zorgboer Gerlof Pronk maakt al vele jaren de spreuken-woensdagochtenden mee. Wat beleeft hij eraan? 'Die korte lezingen over de weekspreuken geven echt verdieping. De lemniscaat op de muur geeft veel inzicht. Dan snap ik het opeens! In de terugblik heb ik veel herkenning. Ik kan bij mijzelf navoelen waar in het jaar we zitten. Ook begrijp ik de deelnemers soms beter; logisch dat sommigen hartje zomer even uit de bocht vliegen. Een van de deelnemers begint altijd te zwalken rond het middelpunt van de lemniscaat (van lente naar zomer en van herfst naar winter), je kunt de klok erop gelijkzetten!'



## Hoe het begon

Jaap: 'In 1996 woonde en werkte ik in Noorwegen op Kristoffertunet, een Camphill aan de rand van de stad Trondheim. Daar ontmoette ik Joop van Dam, in die tijd werkzaam als antroposofisch arts in de verslavingszorg bij Arta. Joop vertelde me hoe op Arta de weekspreek elke dag werd gelezen en hoe hij op vrijdag met de bewoners in gesprek ging, door hen te vragen welke gedachten, gevoelens, impulsen, irritaties of vragen de spreuk bij hen had opgeroepen. Twee jaar later was ik met Sake en Marieke Gerritsen bezig de Naoberhoeve op te zetten. Op mijn verzoek bezocht Joop ons samen met zijn vrouw om ons te inspireren en tips te geven, hoe wij op een soortgelijke manier met onze deelnemers met de weekspreuken konden werken. Joop raadde aan om aan te sluiten bij het dagelijkse leven en bij de belevingswereld van de aanwezigen. Iemand anders die een inspiratiebron voor mij is geweest in het omgaan met de spreuken is Karl König (1902-1966), de grondlegger van de Camphillbeweging. König vluchtte als jood uit Oostenrijk voor de nazi's naar Schotland en werd daar, bizar genoeg, omdat hij Oostenrijker was geïnterneerd op het eiland Man. Hier reciteerde hij met andere gevluchte antroposofen dagelijks de weekspreuken. Na verloop van tijd moesten alle Duitstalige boeken worden ingeleverd, inclusief 'Der Seelenkalender'. Dat was geen ramp, want König kende ze alle 52 uit het hoofd! De rest van zijn leven heeft hij zich intensief beziggehouden met de spreuken.'

Mensen kunnen heel verschillende ingangen hebben tot de spreuken. Rudolf Steiner schreef in de zeer beknopte inleiding van 'Der Seelenkalender', dat hij geen voor-schriften wilde geven over hoe te leven met de spreuken, omdat alles wat voor zielen bestemd is een individuele kleur aanneemt. In navolging van Joop leef ik dagelijks intens met de spreuken en probeer ik op de dag van wisselen met deelnemers, stagiaires en collega's een gesprek hierover op gang te brengen. De dinsdagavond ben ik er intensief mee bezig en ook de woensdagochtend als ik hier naartoe ga. Meestal weet ik onderweg pas waar het over moet gaan. Het is elk jaar anders, er zijn zoveel ingangen!'

## Mensenziel en aardeziel verbinden

In de inleiding van de Zielenkalender legt Steiner uit wat de bedoeling is van het lezen van de spreuken: 'een meeleven van de mensenziel met de aardeziel'. Jaap: 'Maar wat is een ziel? Dat is eigenlijk niet in woorden te vatten. Om de betekenis te kunnen benaderen is het woord adem voor mij een kernwoord. Het woord 'ziel' (ook 'geest' overigens) heeft in vele talen een tweede betekenis van adem, of lucht. Het Oud-Indische *Atman* betekent zowel adem als ziel, het Griekse *psyche* betekent zowel wind als lucht, het Hebreeuwse *Nefesh* betekent zowel ziel als levensadem, enz. Met het ademen verbindt de ziel van een mens zich afwisselend met de wereld in zich en de wereld om zich. Zoals Steiner in veel



voordrachten benadrukt ademt deze aarde, die ook een ziel heeft, het zomerhalfjaar uit en het winterhalfjaar in.

De weekspreuken gaan over beide ademhalingen en zijn een hulp om je verbonden te kunnen voelen met de aarde en de natuur. In de landbouw leef je primair met de aarde-ademhaling, in de zorg met die van de mensenziel. Daarom helpen de weekspreuken ons op de Naoberhoeve in het verbinden van landbouw en zorg.'



## Vier ingangen

'Intussen ken ik de spreuken ook uit mijn hoofd. Elke dag klinkt er een weekspreuk in mijn innerlijk. En na een jaar ben ik terug bij af'. De ingang tot het specifieke stukje tekst van een spreuk vind ik vaak via de context van het jaarverloop van de natuur. In de laatste week van januari bijvoorbeeld wordt er in de spreuk (nr. 43) gesproken over winterse diepten en wereldkoude. Een andere ingang is die via de context

van het culturele jaar met de jaarfeesten; in de kerstspreuk (nr. 38) is sprake van de geboorte van het geesteskind in de schoot van mijn ziel. Soms kom je een spreuk binnen via de context van de ademende mensenziel (tussen 'zelf' en wereld, of tussen 'zelf' en 'de ander'). In de vierde week van mei bijvoorbeeld (nr. 8) wordt duidelijk dat de macht van de zintuigwereld groeit en dat daardoor de kracht van het denken dromerig wordt. Tot slot kom ik de spreu-

ken soms ook nader doordat de Zielekalendar ook een weg tot zelfkennis is. In het spreukenpaar nr. 18 (begin augustus) en nr. 35 (begin december) bijvoorbeeld, word je als lezer uitgenodigd jezelf vragen te stellen. Nr. 18 vraagt: kan ik in mijn ziel ruimte maken voor de wereld? En nr. 35: Kan ik het zijn (de wereld) zo kennen dat het zich vinden kan in ziele-scheppingsdrang? (in wat ik doe?)

## Het culturele jaar

Opvallend is dat de christelijke jaarfeesten bij benadering samenvallen met de ademhaling van het licht; kerst met de kortste dag, Sint Jan met de langste dag en Pasen en Michael in de buurt van dag- en nacht-evening. De Kelten vierden oorspronkelijk vier grote feesten waarvan de datum niet exact vastlag omdat ze met een maan- en niet met een zonnekalender leefden. Deze feesten lagen bij benadering bij de hoogte- en dieptepunten van de warmte- en de levensademhaling; *Samhain* begin November, *Imbolc* begin februari, *Beltain* begin mei en *Lucnasad* begin augustus.\*

## Tips voor zorgboeren

Heeft Jaap nog adviezen voor (zorg)boeren die ook met de weekspreuken zouden willen werken? Jaap: 'Om voor jezelf de weekspreuken tot leven te wekken helpt het enorm er een 'weekboek' op na te houden waarin je elke week je ervaringen en je gedachten rond het leven met de spreuk opschrijft. Met



**Petra Essink** is voedingskundige, journalist en docent: 'Iedere appel, elk slablad en elke wortel is een wereldwonder. De BD-landbouw helpt mij om daar, beetje bij beetje, door-drongen van te raken.'

**Jaap Gorter**, Warmonderhof (1982) SPH (2005), is sinds 21 jaar verbonden aan zorgboerderij de Naoberhoeve. Daarnaast werkt hij in de psychiatrie.



name voor biologisch dynamische zorgboerderijen meen ik dat de weekspreuken een mooi handvat geven voor het spreken over het jaarverloop en over de jaarfeesten. En ook over hoe je je als mens afwisselend verbindt met je omgeving (via het werk of de ontmoeting met 'de ander') en met je binnenwereld. Iedereen die zich met deze spreuken bezighoudt, komt in aanraking met vragen: wie ben ik in deze wereld? Ga ik voldoende op in de wereld of houd ik altijd reserves? Lukt het mij terug te kijken op gebeurtenissen, op mijn eigen handelen? Kan ik 'het gebeurde' laten naklinken in mij, leeft er een nabeeld? Kan ik filteren wat ik aan indrukken binnen laat, kan ik me inhouden of reageer ik meestal primair? Enzovoort. Allemaal vragen die helpen om jezelf en je zorgvragers beter te leren kennen.' LA 

\* Antroposofische weekspreuken, Rudolf Steiner, Christoffor, ISBN 9789060385791, 128 blz. Gebonden, € 19,50



Naoberhoeve  
Pesserweg 4  
7932 PC Echten (Dr)  
naoberhoeve.nl

Zorgboerderij met:

Veehouderij: 35 stuks zwartbont melkvee en 35 ha grasland  
Zuivelmakerij  
Tuinderij: 1,5 ha.  
Kruiden- en theetuin  
Boerderijkeuken  
Boerderijwinkel  
Bos- en brandhoutwerkplaats  
70 kippen  
Bijen

Ondernemers: Gerlof en Maraike  
Pronk-Hein

Medewerkers: Roelinda Alkema, Jacky Bakker, Jaap Gorter, Greetje Pikel, Esther Stoorvogel en Tine Willekens  
25 deelnemers



# De zuring

# KALLE

Ik vind biologisch boeren lastig. Mijn gangbare buurman heeft het veel makkelijker. Die gooit wat kunstmest over zijn gras en weet precies wanneer hij kan maaien. Ik 'voed de bodem', maar wanneer die bodem dan in al haar wijsheid bedenkt om mijn gras te laten groeien, is elke keer weer een vraag.

Toch zet ik door. Voor de bodem. Want die moet dit fijner vinden dan al die chemische stoffen die haar opjagen. Eigenlijk ga ik er ook wel van uit dat ik dan wat terug zou krijgen van die bodem. Als bedankje, omdat ik haar in haar waarde laat. Maar dat valt toch tegen.... Waar mijn buurman de mooiste sneeën gras binnenhaalt groeit bij mij gestaagd meer paardenbloem, distels, brandnetels en zelfs zuring.

Eens in de zoveel tijd, meestal als ik al chagrijnig ben want dan kan ik het niet meer worden, mopper ik het land door om die zuring eruit te scheppen.

'Wat doe jij hier toch!' grom ik tegen zo'n zuring. 'Jou helpen,' grinnikt die terug. 'Ja, hoor,' schamper ik, 'waar help jij me nou mee!'

'Maak je daar maar niet druk om,' zegt de zuring kalmerend, 'dat ga jij toch niet begrijpen. In ieder geval niet in deze incarnatie.'

'En wat ga ik in de volgende incarnatie dan wél begrijpen?' vraag ik toch wel nieuwsgierig.

'Tja, dat kan ik je dus nú niet aan je verstand peuteren....' grinnikt de zuring, 'maar probeer eens voor een paar minuten te geloven wat ik zeg.'

'Stel nou eens dat deze aarde, deze bodem meer nodig heeft dan meststoffen alleen,' doceert de zuring, 'Dat zij ook met een kosmische sterrenwijsheid gevoed moet worden en dat jij die haar moet geven.'

'Vergeet het maar, dat kan ik niet!' roep ik gelijk.

'Geef niet, dat hoeft ook nog niet,' sust de zuring, 'niet in deze incarnatie in ieder geval. Maar dat jij het niet kan geven, wil niet zeggen dat de aarde het niet nodig heeft. En daar heb je mij voor nodig. Een heel klein stukje van wat zij nodig heeft kan ik, uit jouw naam, aan haar geven. De paardenbloem geeft wat anders, de distel ook. Met zijn allen kunnen we doen wat jij in de toekomst in je eentje moet doen.'

Ik ben even stil.

'Zie je nou hoe we je helpen?,' vraagt de zuring, 'Jouw gangbare buurman blokkeert onze hulp. Maar zoals het nu is zal op zijn stukje land de aarde niet écht vruchtbaar worden. Ja, hij haalt er meer gras van af, maar dat is slechts kwantiteit. Ook daar komt hij ooit nog wel achter. En dan schrik hij zich rot...'

Ik merkte dat er iets in mij veranderde. Waar ik eerst jaloers naar het land van de burens keek, kwam er nu een soort trots voor mijn eigen land met al haar verscheidenheid.

'Snap je nu ook waarom het wél erg is als er weer een plantensoort minimaliseert of zelfs uitsterft? En dat dat feitelijk vooral erg is voor jouzelf als mens? Je schakelt daarmee weer een hulpbron uit. Met jullie overdreven overtuiging dat je het allemaal zelf moet doen! En dat gaat je nog vies tegenvallen. Wees maar blij met onze hulp.'

Ook nu nog is een chagrijnige bui een reden om het weiland in te lopen. Nu alleen niet om zuring te steken maar om een gevoel van dankbaarheid te ervaren als ik zie hoeveel hulp ik van alle kanten krijg. ☺



**Kalle Heesen** is medeoprichter, boer en leidinggevende van de Plus Boerderij. Daarnaast werkt hij als journalist, trainer en coach. [plusboerderij.nl](http://plusboerderij.nl)

Michiel Rietveld houdt zich al ruim een halve eeuw bezig met sterren en planeten.

# De Kosmos als Ui

Hij is verrast over de vele lagen waarop de sterren en Planeten met ieder mens samenhangen. Op zoek naar de essentie kun je - net als bij een ui - steeds weer een achterliggende schil afpellen. Teks | Michiel Rietveld

## Het opkomen en het ondergaan van de twaalf dierenriembeelden

### Tweelingen

De Tweelingen komen liggend op en gaan staand onder. Het sterrenbeeld is te herkennen aan Pollux, Castor en het rijtje sterren dat de voeten markeert.

Dit dierenriembeeld is in januari de gehele nacht zichtbaar. Het klimt 's avonds steeds hoger en beschrijft ongeveer zo 'n hemelboog als de zon in juli.



In de buitenste schil begin je met het blote oog in het hemelgewelf sterrenbeelden te herkennen. Je oriënteert je vanuit de aarde, vanuit jouw plek. Je herkent de schijngestalten van de maan in relatie met haar beweging door de Dierenriem, dus met stijgen en dalen. Maar niet alleen van de maan; ook herken je geleidelijk al die andere planeten die met het blote oog te zien zijn.

### De tweede schil

Het vervolgen van de planeten door de Dierenriem vraagt om een dieper stukje aandacht, waarbij de herinnering een belangrijke rol speelt. Je beleeft de vreugde van het herkennen van de versnellende dan wel vertragende bewegingen van de planeten als je in je geest goed opslaat hoe ze ten opzichte van de vaste sterren staan.

### De derde schil

Wat is onze aardse relatie met de planeten en de sterren? Werken ze in op levensniveau of ergens anders? En hoe dan? Door scherp waar te nemen komen de verras-

singen tevoorschijn. Door telkens opnieuw en onbevangen waar te nemen kunnen we de samenhang tussen planeten en sterren en het leven op aarde ontdekken.

### De vierde schil

In de Landbouwcursus van Rudolf Steiner wordt ons aards weten geplaatst in een groot geesteswetenschappelijk perspectief. De binnen- en buitenplaneten en de Zon, maar ook de sterrenbeelden hebben een indringende, vormende werking op planten, dieren en het weer.

De onlangs gelande Marslander is door heel knappe koppen bedacht en gemaakt van aardse materie. Met een aards apparaat kan alleen onderzocht worden wat overeenkomstig is met aardse materie (vrij naar Einstein). Ik stel me voor dat rond die Marslander geestwezens staan. Maar die geestwezens zijn van zo andere substantie dan de Marslander: die Marslander kan de geestwezens niet waarnemen, noch vragen: "Wat doen jullie hier?". Alleen de mens heeft een zodanige geest dat hij na een reinigend scholingstraject de geestwezens zou kunnen bevragen.



zuiden

zw

westen

## De vijfde schil

Wij zijn als mensenwezen voor onze ontwikkeling afhankelijk van de drie natuurrijken: mineraal, plant en dier. Stel je voor, dat we net zo afhankelijk zijn van de geestwezens die vanuit binnenplaneten, de Zon en de buitenplaneten. Zij werken liefdevol aan en voor ons. Dan kijk je echt anders naar de Sterrenhemel! Dan heeft de sterrenhemel met haar planeten op jou ineens een geweldig troostend, zelfs blijmakend en gezondmakend effect. Ook in "donkere" dagen. De sterren en planeten zijn er echt altijd!!!

## De zesde schil

Er bestaat een Middeleeuwse prent van een mens die op de Aarde geknield zit en omringd is door de Dierenriem. Maar zijn hoofd steekt buiten de Dierenriem uit. Ik heb me lang afgevraagd wat daar toch mee bedoeld

werd. Pas decennia later heb ik begrepen, dat die afbeelding met de essentie van het mens-zijn te maken heeft. We hebben met de aarde waarop wij knielen ons fysiek lichaam gemeen. We hebben met de op de aarde groeiende plantenwereld ons etherlichaam of levenskrachtenlichaam gemeen met de werking van de planeten. En met de vaste sterren hebben we ons astraallichaam met de dieren gemeen. Alleen met onze eigen menselijke geestkracht kunnen we doordringen in de geestelijke wereld voorbij de Dierenriem. Daarom blijft de Dierenriem een Dierenriem en is het geen Mensenriem. Dat inzicht heeft mij innerlijk gepakt.

## De Zevende schil

Als je van een ver weg kosmisch standpunt naar de aarde had gekeken tijdens haar ontwikkeling tot nu toe, dan is er één machting, nooit meer vertoond, uniek gebeuren

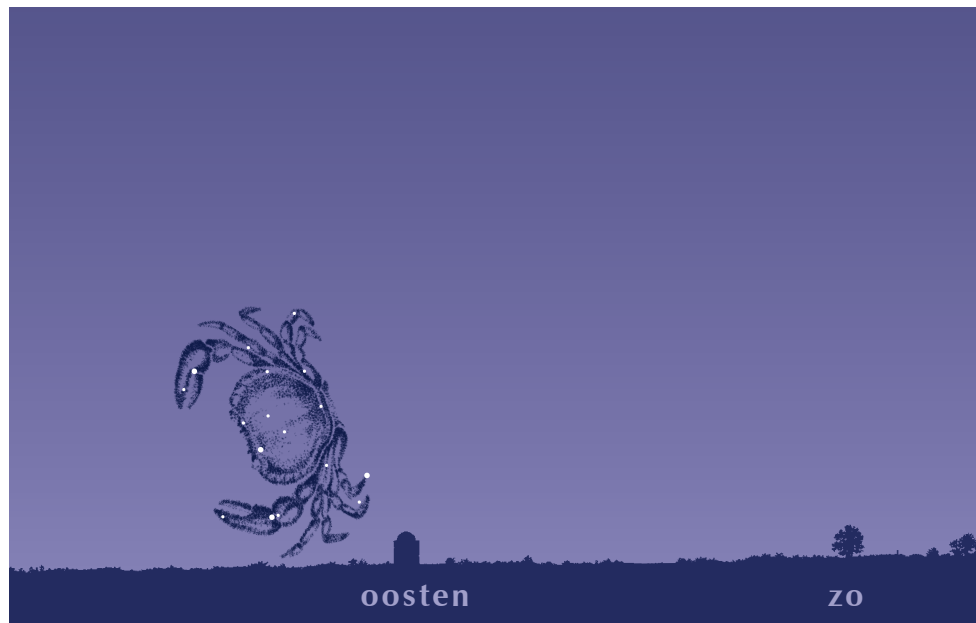
dat een magistrale indruk achter gelaten heeft. Er is één moment waarop de geestelijk, spirituele Aura van de aarde met één klap van kleur is veranderd. Het is het moment waarop het goddelijk-geestelijk bloed van Christus, met Goede Vrijdag op de aarde valt en zich met de aarde verbindt.

## De Kern, het Octaaf, de essentie van de Ui

Als boer, die vanuit een geesteswetenschappelijke achtergrond werkt en ploetert, wil je de aarde beter en mooier achterlaten dan toen je de zorg ervoor in handen kreeg. Dan is het machtig indrukwekkend te beseffen dat de aarde verzorgen eigenlijk betekent: het lichaam van Christus verzorgen. Dit besef van de werking van de Christus-impuls staat buiten geïnstitutioneerde (machts) organisaties. Dat dus de kracht waarmee je je wezen ver-


## Kreeft

Na de Tweelingen komt de Kreeft op. Dit lichtzwakke dierenriembeeld beweegt achteruit. Zijn scharen zijn gericht naar de Leeuw. In februari is de Kreeft vroeg in de nacht in het oosten, laat in de nacht in het westen. In augustus gaat dit beeld samen met de zon op en onder.



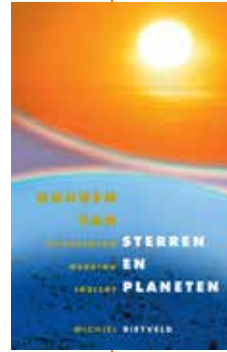


bindt, de hartekracht is waarmee je de dingen doet: van onooglijk klein naar mega indrukwekkend. Dat daarmee en daardoor de geestelijke wereld en de aardse zwaarte met elkaar verbonden worden. Door jou!

Ik wens de BD beweging toe dat de mensen naar believen en kunnen, de geesteswetenschappelijke realiteiten lezen, die Rudolf Steiner heeft onderzocht en geformuleerd in mensentaal. Dat we dat lezen, bespreken met elkaar, en ons eigen maken. Dan kunnen we de klankkast van ons "doe lijf", ons muziekinstrument, onze tempel, mooier en volmaakter laten klinken en inzetten voor de toekomst van de Aarde. LA 



Michiel Rietveld, erelid van de BD-Vereniging, is schrijver en docent. Vier maanden per jaar is hij in Nederland en geeft dan op verzoek antroposofisch-esoterische werkttrajecten. Samen met zijn vrouw heeft hij een centrum in Midden Frankrijk voor verdiepende cursussen en vakantie. [michielrietveld.nl](http://michielrietveld.nl)




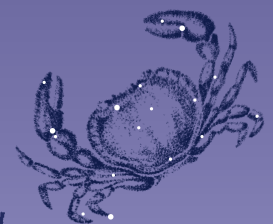
## Houden van sterren en planeten

Aanleiding voor het schrijven van dit boek is de bijzondere ervaring die Michiel Rietveld vele malen had tijdens sterren- en planetencursussen: wanneer mensen er echt in duiken en zich ermee verbinden en het zich eigen

maken, brengen de inzichten en de kennis die ze daardoor opdoen, bovenmatig enthousiasme en betrokkenheid teweeg die vaak het dagelijks leven doorstralen.

Michiel wil de lezer stimuleren om met de sterren en planeten vertrouwd te raken. De vrucht daarvan is het besef onderdeel te zijn van een groter geheel.

 Houden van sterren en planeten, Michiel Rietveld, Uitgeverij Cichorei, € 16,50.

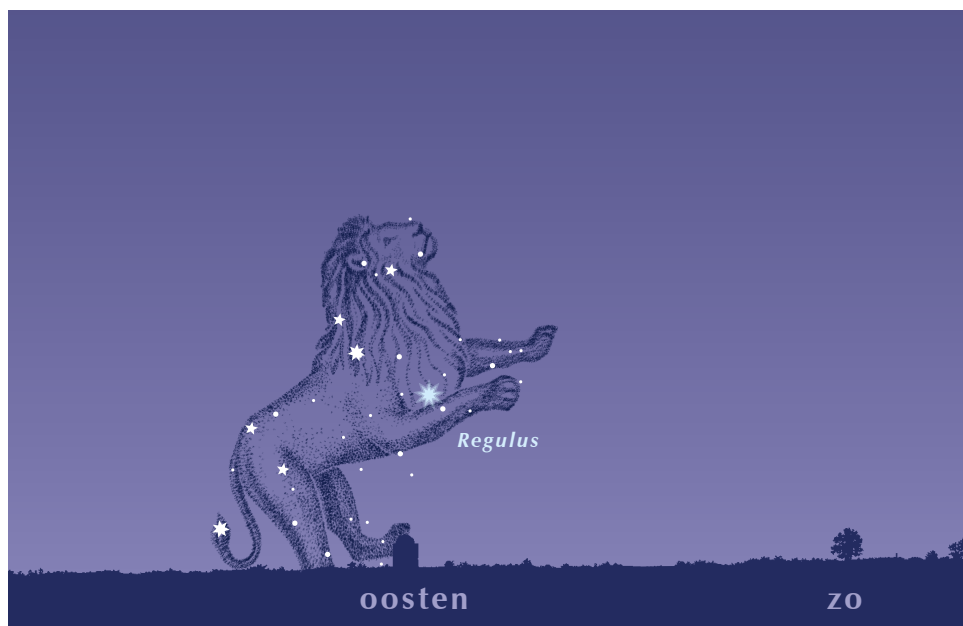




Planeet	Saturnus ♄	Jupiter ♃	Mars ♂	Zon ☉	Venus ♀
Omlooptijd	30 jr	12 jr	687 dg	1 jr	225 dg
Weekdag	zaterdag	donderdag	dinsdag	zondag	vrijdag
Preparaat	Valeriaan	Paarde bloem	Brand netel	Hoorn mest Hoorn kiezel	Duizend blad
Levensproces	instandhouding	voeding	groei	warmtehuishouding	afscheiding
Chakra Lotusbladental	schedel 8	voorhoofd 2	keel 16	hart 12	maag 10
Orgaan	milt	lever	gal, strottenhoofd	hart	nieren
Endocriene klier	epifyse/pijnappelklier	hypofyse	bijschildklier	thymus	plexus solaris/ zonnevlecht
Groeivorm	naaldboom	loofboom	struik	eenj. kruiden	bergplanten
Boom	beuk	esdoorn	eik	es	berk
Graan	mais	rogge	gerst	tarwe	haver
Metaal	lood	tin	ijzer	goud	kopers
Kleur	indigo	oranje	rood	wit	groen
Klank	u	o	e	au	a
Toon	g	e	c	a	f
Lievegoed	onderzoeker	denker	ondernemer	-	verzorger
Ziele kwaliteit	samenvatten essentiëren	overzien	initiëren	stralen	verzorgen
Zielevermogen	herinneringsvermogen concentratie	wijsheidsstreven	energie en daadkracht in spreken	bewuste wil	schoonheidszin, liefdekracht, luisteren
Deugd (m.e.)	trouw	hoop	moed	hartactiviteit	barmhartigheid
Ziele type	ik-bewust	overheersend	agressief	stralend	aestetisch

## Leeuw

De Leeuw komt springend op, hij verschijnt triomfantelijk. De blauwgetinte Regulus markeert het hart. Dit sterrenbeeld lijkt laag in het oosten groot en wordt bij het stijgen minder indrukwekkend. Bij het dalen staat Denebola, de ster die de staart markeert, hoger boven Regulus en valt meer op. De Leeuw verdwijnt onopvallend.

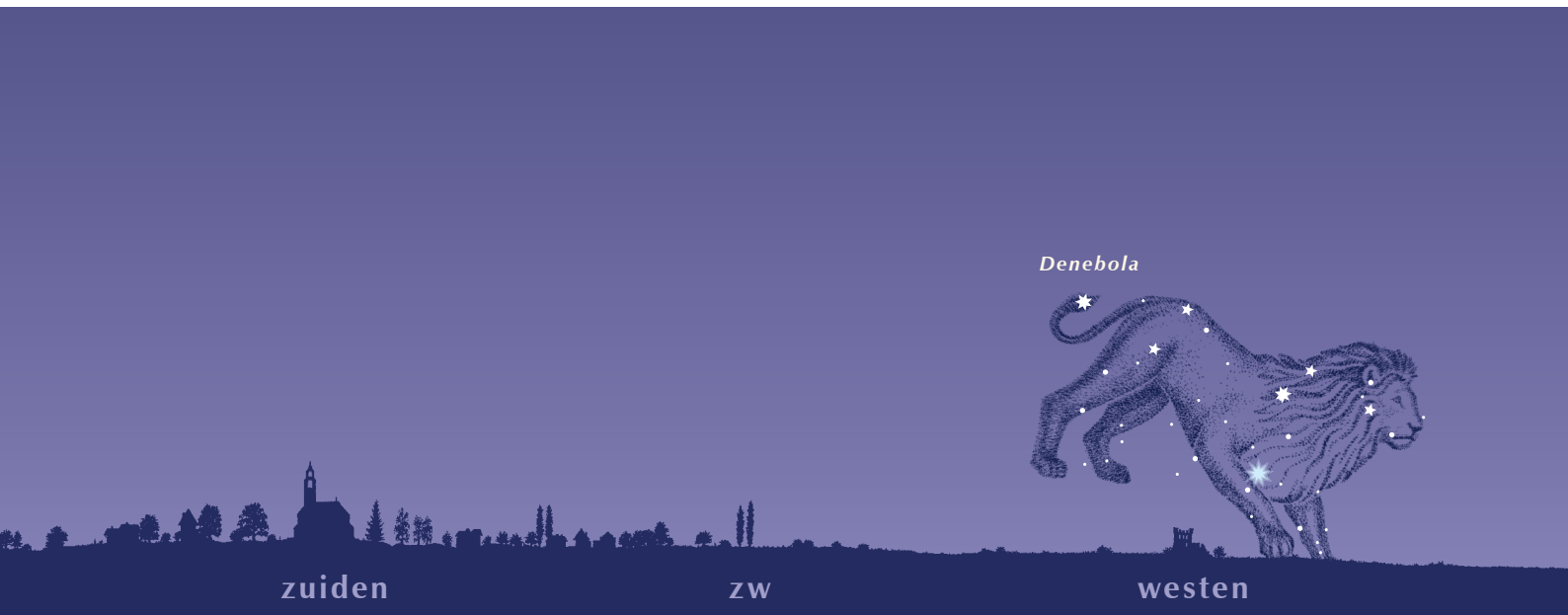


Mercurius 	Maan 
122 dg	271/3 dg
woensdag	maandag
Kamille	Eiken schors
ademhaling	voortplanting
lever/pancreas 6	eierst/testikels 4
longen	hersenen gesl. organen
bijnieren	geslachtsklieren
slingerplanten	cactussen
iep	kers
gierst	rijst
kwik	zilver
geel	violet
i	ei
d	b
vernieuwer	conservator
verbinden	spiegelen
logisch denken	bespiegeld denken
eerlijkheid	voorzichtigheid
beweeglijk	verdroomd

# Mercurius dicht(er)bij halen

Een regelmatig gestelde vraag in de natuurvoedingswinkel is: “Demeter, wat is dat eigenlijk?” “Nou, dat is biologisch, maar dan houden ze ook nog rekening met de kosmos door volgens een zaaikalender te zaaien en preparaten te gebruiken”. Als het gesprek zich dan verder ontrolt wordt het meestal lastig om de preparaten concreter te maken. “Iets met kruiden en organen en die graaf je dan in.....” In dit artikel een manier van werken om de preparaten beter handen en voeten te geven met als voorbeeld **Mercurius**. Tekst | Ruud Hendriks

< Verkort schema met planeet associaties



## Hoofd of hart

Preparaten kun je via diverse wegen leren kennen. Voor sommigen is de mooiste kennismaking het maken en uitbrengen en te ervaren wat dat vervolgens doet. Dat is de ingang vanuit het hart, het gevoel, de intuïtie. Een andere weg is die via de kennis, het denken. Die werk ik in dit artikel verder uit. Ik associeer ieder compostpreparaat met een planeet. Met studenten of boeren probeer ik eerst die planeetkwaliteiten te pakken te krijgen om via die weg de kwaliteiten en het werkingsgebied van de preparaten inzichtelijk te maken. Het leuke van deze manier is dat je het wiel niet helemaal opnieuw hoeft uit te vinden. Er zijn veel mensen en stromingen die planeten al hebben gebruikt als inspiratiebron. Bomen, metalen, klanken, organen, zieletypen, granen, dagen van de week, het aantal voorbeelden van indelingen die zijn gemaakt op basis van planeten is

bijna eindeloos. Op de Winterconferentie zijn die in workshops beleefbaar gemaakt. Het is leuk om via die indelingen tot een soort gemeenschappelijke noemer te komen waaronder een planeet actief is. In de figuur op de vorige pagina is een samenvatting gegeven die we in het onderwijs gebruiken.

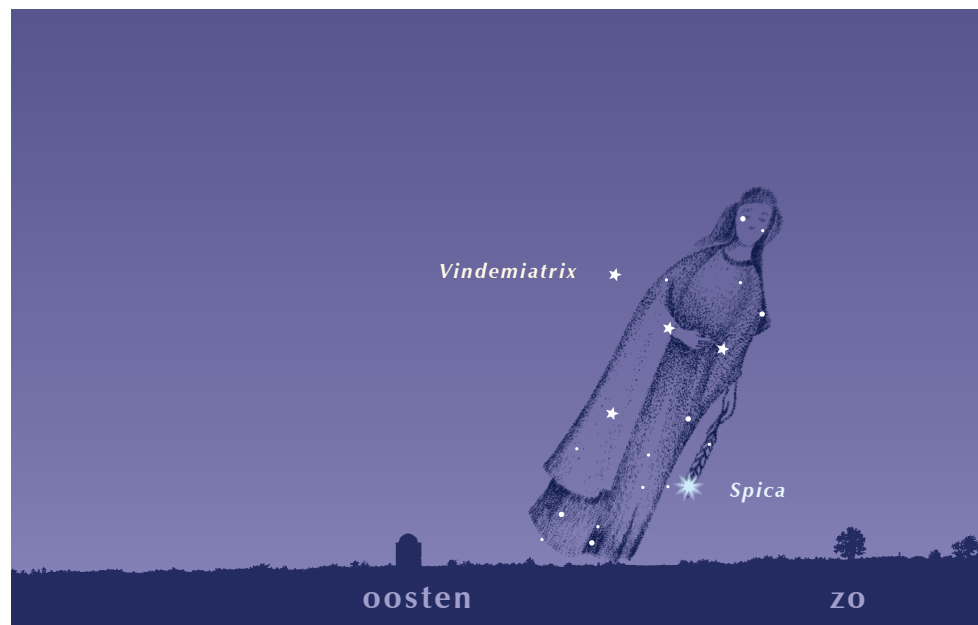
## Voorbeeld Kamille

Het kamillepreparaat is een mooi preparaat voor een verdere uitwerking van deze manier van kijken. In de zomer worden de kamillebloempjes voor het preparaat geoogst en gedroogd. Het kamillepreparaat wordt eind september rond Michaëlsdag gemaakt door kamillebloempjes in een runderdarm te doen, die in te graven en gedurende de herfst en winter in de bodem te laten verteren. Naar mijn beeld verbindt het preparaat in wording zich tijdens die vertering met de werking van de planeet Mercurius.

Kamille als plantje komt veel voor op plaatsen waar de grond compact en vast is, waar de structuur niet optimaal is. In de landbouw zijn rijpaden en kopackers of vastgereden bermen de plekken waar kamille veel te vinden is. De wortels van kamille zijn in staat om door de harde grond te komen, op de lange duur zullen ze de grond losser maken, zodat andere soorten kunnen groeien. Het is een typisch pioniersplantje. Kamille als kruid is, bijvoorbeeld als thee, bekend om de verzachtende en ontkrampende werking op de darmen. Zo ontstaat zowel vanuit de groei als vanuit het gebruik het beeld van een plant die de kwaliteit heeft om los te maken, om in beweging te brengen, de verkramping er uit te halen, iets op gang te brengen. Dan over naar de darm. Tijdens het maken van preparaten op Warmonderhof hebben we een keer een runderdarm met een hele groep mensen in zijn geheel uitgestrekt. Dat

## Maagd

Het hoofd van de Maagd komt als eerste op, de voeten ruim vier uur later. De blauwgetinte Spica, de aar in de linker hand, komt zuidelijker op dan het hoofd en klimt minder. De sterren komen elke maand twee uur vroeger op. De Maagd is in maart en april bijna de hele nacht aan de hemel.





bleek 40 meter darm te zijn! Dat betekent dus dat een heel koeienleven lang alle voedsel soepel door zo'n dunne en best kwetsbare darm moet stromen. Voor een koe die 15 jaar wordt is dat zo'n 400.000 kg gras en kruiden die er door stroomt! Bijna on-grijpbaar hoe zoveel voer, inclusief het ruwe



zuiden

zw

westen

stro dat ze eten, al die tijd soepel door de darm gaat. Deze kwaliteit, het constant stromende, het soepel doorstromende, is voor mij een kwaliteit die de darm aan het preparaat meegeeft. Daarnaast is een darm een orgaan dat is gericht op uitwisseling. Van stoffen, als je het wat meer gangbaar

bekijkt. Van informatie, als je het vanuit de antroposofische voedingsvisie bekijkt. Ook bij het ontstaan van het preparaat is uitwisseling ook een wezenlijk proces. In dat geval gaat het om informatie die door het preparaat wordt opgenomen. Darmepitheel is rijk aan silicium, een stof die op veel

plekken een rol speelt in het uitwisselen van informatie. Denk bijvoorbeeld ook aan ogen, huid, zenuwen en in de landbouw het kiezelpreparaat.

Tot slot de planeet Mercurius. Deze planeet heeft de naam van het metaal kwik in zich, in het Engels 'Mercury'. Engelsen spreken bij voorkeur over quicksilver als ze het onderscheid tussen planeet en metaal willen uitdrukken. Quicksilver is dus het beweeglijke gedrag van Mercury. Het vloeibare, stromende metaal, in tegenstelling tot alle andere metalen die onder aardse temperaturen vast zijn. Voor een relatieve leek op gebied van planeten zit hier voor mij een beeldende verbinding met het preparaat.

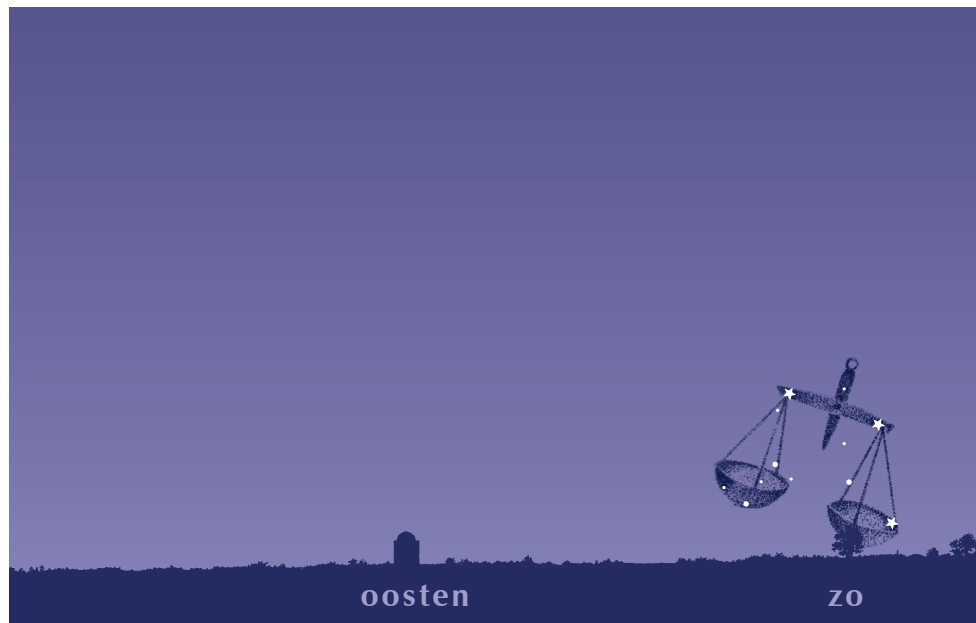
### Karakterisering en een beroep

Op basis van het bovenstaande kunnen we de karakterisering verder vorm geven en woorden geven aan wat het preparaat doet;



## Weegschaal

Aan de twee sterren die de armen van de Weegschaal markeren, is het lichtzwakke sterrenbeeld te herkennen. Zoek hen ongeveer in het verlengde van de blauwgetinte Regulus (Leeuw) en Spica (Maagd). De Weegschaal is gedurende de korte meinacht van zonsondergang tot zonsopkomst aan de hemel.





je kunt er zelfs een beroep aan toekennen. Albert de Vries heeft deze manier van karakteriseren vanaf de jaren 80 geïntroduceerd. Het is voor mij een aansprekende manier van werken omdat het iets complex tot handzame begrippen terugbrengt. Zeker, karakterisering krijgt ook makkelijk trekjes van een karikatuur. Maar dat is niet erg zolang je er voor jezelf maar bewust van bent dat het een beperkende kant van deze manier kan zijn, en dat ook in de beeldvorming naar buiten bewust benoemt. De kwaliteiten die zijn genoemd zijn: los maken, ontkrampen, in beweging brengen, in soepele stromende beweging houden. Dat zijn kwaliteiten die je al mens bijvoorbeeld kunt inzetten op de momenten dat er een proces in gang moet worden gezet of wanneer er een knoop moet worden doorgehakt. In een bedrijf of organisatie zijn het de momenten dat je merkt dat er verande-

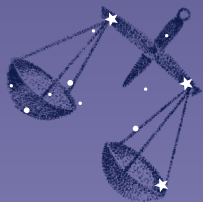
ring nodig is, iets in de organisatie in beweging moet komen. Een fysiotherapeut werkt aan het weer los maken en vervolgens soepel houden van het fysieke lichaam. Een relatietherapeut kan van nut zijn als het in een relatie is vastgelopen. Deze beroepsbeelden duiden de richting waarin het preparaat actief is.

Preparaten worden vaak als setje ingezet. Ze hebben allemaal waardevolle eigenschappen. Dus het is niet vreemd dat je ze allemaal van waarde vindt. Om van de werking bewust te worden kan het helpen om een preparaat specifiek in te zetten. Het kamillepreparaat is voor mij een preparaat dat in deze tijd heel veel te doen heeft. We zitten met de maatschappij op veel vlakken flink vast. Politiek, klimaat, energie en niet te vergeten landbouw. We weten dat het vastloopt, maar weten nog niet hoe we verder moeten. Hier is een hoop te doen voor

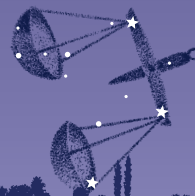
Mercurius en het kamillepreparaat. Carola Schouten heeft met haar plan voor kringlooflandbouw een beweging in gang gezet die heel goed ondersteuning met kamillekwaliteit kan gebruiken. De landbouw zit vast, er is wel een richting, maar hoe kom je in die richting en hoe laat je dat soepel gebeuren? Door met dit soort gedachten met een preparaat aan het werk te zijn komt het voor mij tot leven. En komt de kosmos, in dit geval in de vorm van Mercurius, voor mij dichterbij. 🌌

### Ruud Hendriks

is docent bodemvruchtbaarheid en teamleider bij Aeres Warmonderhof. Stevig geaard BD enthousiasteling.



zuiden



zw

westen



# De Oloïde

Verbinden met het universum

## Schorpioen

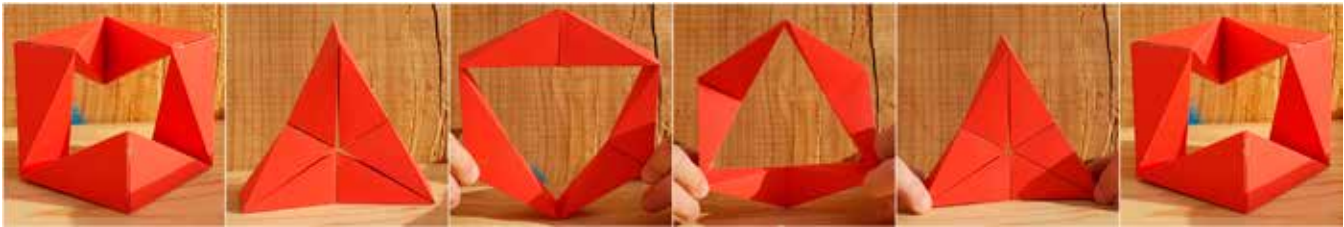
De Schorpioen beschrijft een nog kortere en lagere hemelboog dan de Weegschaal. In juni is hij gedurende de korte nacht laag in het zuiden. Dankzij de roodgetinte Antares en de drie sterren rechts ervan is het beeld goed te herkennen. Vooral in 2019 nu de heldere Jupiter linksboven Antares glanst.



In 1920 formuleerde Rudolf Steiner de opgave om de relatie tussen de platonische vormen en het universum compleet te doorgronden. Ongeveer 10 jaar daarna vond Paul Schatz een antwoord op deze vraag. Martin van der Meulen heeft van Schatz' ontdekking zijn werk gemaakt. In zijn werkplaats zaagt, schaaft en polijst hij oloïdes van verschillende houtsoorten. Tekst | Martin van der Meulen

zoals die was, maar één rotatie verder. De inverteerbare kubus werd in de jaren 30 van de vorige eeuw het symbool van de organische architectuur.

Later ontdekte Paul Schatz dat de inverteerbare kubus nog een belangrijk geheim in zich meedraagt: tijdens de omwerveling



**P**aul Schatz ontdekt dat de kubus is op te delen in drie delen van gelijk gewicht. Een van deze drie is een uit 6 elementen bestaande ketting, die in zijn geheel kan omwentelen/

omwervelen. Omwervelen, ook wel inversie genaamd, betekent dat het binnenste zich naar buiten draait. Tijdens deze omwerveling draait de ketting zich binnenste buiten. In 4 fasen is hij weer ogenschijnlijk terug

vormt de diagonaal van de kubus een andere vorm, een vorm die hij de naam oloïde gaf. De bewegende diagonaal van de kubus snijdt tijdens de omwenteling de oloïde vorm uit de ruimte.



Tijdens de omwerveling bevindt de diagonaal zich slechts een deel van de tijd in de kubus. De rest van de tijd bevindt die zich in de ruimte buiten. Zo doet deze beweging denken aan de zielereis, de reis die de ziel tussen waken/slapen en incarneren/excarneren maakt om ons te verbinden met onze oorsprong. Wanneer de ziel het lichaam verlaat draait de ziel zich binnenstebuiten, waarna de ziel via de zielewereld zich begeeft naar de geesteswereld, daarna daalt de ziel weer via de zielewereld terug in de materie.


Wanneer je de oloïde bekijkt zie je dat de vorm verwant is aan de lemniscaat, het lijkt een 3D lemniscaat te zijn. De lemniscaat wordt door velen gezien als symbool voor de verbinding tussen hemel en aarde. En zo lijkt de oloïde vorm een intrigerend antwoord op de opdracht van Rudolf Steiner. De platonische vormen als bouwste-

nen van de materie en het universum als tegenovergestelde: de non-materie. Met de verbonden (ziele)beweging als relatie tussen de twee.

Op onze tour langs de vele markten staan wij steeds weer versteld door de reacties van de mensen op de oloïde vorm. De oloïde vorm maakt iets los in mensen. Een gevoel van herkenning. Vaak voelen mensen direct de lemniscaat beweging en staan te balanceren op zoek naar een nieuw evenwicht. De lemniscaat beweging in de oloïde is voelbaar, zoals in organische architectuur de onderliggende (euritmische) beweging voelbaar is. De lemniscaatbeweging in de oloïde helpt waar het kan de lemniscaten in je lichaam te balanceren. Ook maakt de oloïdevorm het verschil in energie van de verschillende houtsoorten voelbaar voor velen.

Een oloïde op tafel tijdens bijvoorbeeld een vergadering heeft een harmoniserende werking. Het belang van een ieder in de vergadering en ook het belang van de wereld komt beter tot zijn recht.

Velen zijn zoekend naar wat de oloïde kan brengen. Het is een voorrecht de oloïde te mogen aanreiken aan iedereen die deze zoektocht aan wil gaan. Lida van Twisk van het Ita Wegmanhuis in Amsterdam schrijft in *Stroom* over de platonische vormen: "De platonische vormen maken de corresponderende structuren in onszelf 'wakker'. Onze eigen verbinding met de elementen aarde, water, vuur, lucht en ether, wordt aangeraakt en versterkt."

In mijn ogen mag de oloïde hierop een aanvulling zijn. Vanuit het hart een verbinding maken met de oloïde is een bijzondere ervaring, die een nieuwe dimensie kan openen. LA 

## Schutter

De Schutter komt na de Schorpioen op en beschrijft elk etmaal ongeveer dezelfde lage hemelboog als de sterren van de Schorpioen. In zuidelijke landen klimt hij hoger boven de zuidelijke horizon en wordt beter zichtbaar. In juli komt hij tijdens de avondschemering op en gaat tijdens de ochtendschemering onder.



## Oloïde van hout

Martin maakt oloïdes in vele verschillende houtsoorten. Elke houtsoort geeft de oloïde een andere kwaliteit.

De eikenboom is een stevig gewortelde boom, waaronder het goed uitrusten is. Deze aardende eigenschap van de boom is goed terug te voelen in het hout. Een oloïde van eikenhout in de broekzak kan bijvoorbeeld een kind meer stevigheid geven tijdens een spreekbeurt.

Essenhout is door Rudolf Steiner als gematerialiseerd licht bestempeld, dit omdat hij de Es verbond aan onze eigen zon. Een oloïde van essenhout voelt licht en opwekkend.

Kersenhout heeft een verbinding met het hart en een oloïde van deze houtsoort geeft een warm gevoel. In de planeetzegels is de kers verbonden met maandag en met de geslachtsorganen. Een oloïde van deze hout-



soort kan worden gebruikt voor het (therapeutisch) losrollen van trauma's in dat gebied.

Opmerkelijk is dat velen het verschil in de houtsoorten voelen in het (etherisch) lichaam. De organische lemniscaat-beweging die voelbaar is door de oloïde heeft een balancerende invloed op de lemniscaten in het lichaam.

**Martin van der Meulen** is 4 jaar geleden de oloïde tegengekomen en houdt zich sindsdien intensief bezig met deze bijzondere vorm.

[Oloide.nl](http://Oloide.nl)



zuiden

zw

westen



Geestelijke werelden leren kennen

# Wie heb ik 'aan de lijn'?

In november kreeg Carmecita de Ruiter de vraag om een bijdrage te leveren aan de Winterconferentie, over de zaaikalender\* en de kosmos. Ook was de vraag om hierover een artikel te schrijven voor deze Dynamisch Perspectief. Lees hier over de wordingsgeschiedenis ervan. Tekst | Carmecita de Ruiter

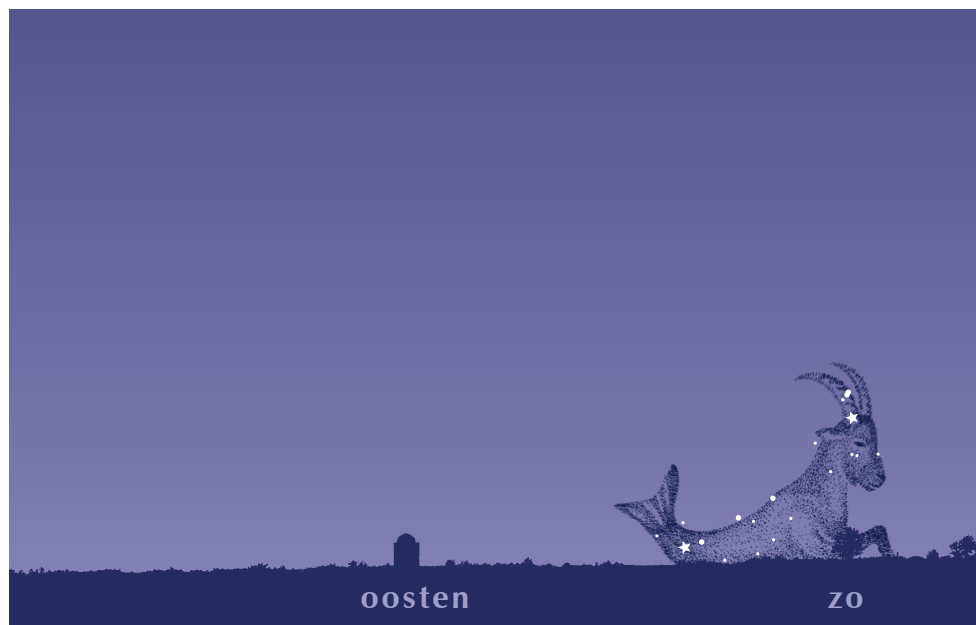
Tja, wat schrijf ik dan? De zaaikalender is zo veelomvattend, waar begin ik? En waar haal ik de tijd vandaan? De winter is voor mij een tijd van inkeer, waarin ik probeer tijd vrij te maken om mij te verdiepen in de Geestelijk Werelden. Dat doe ik vooral in de

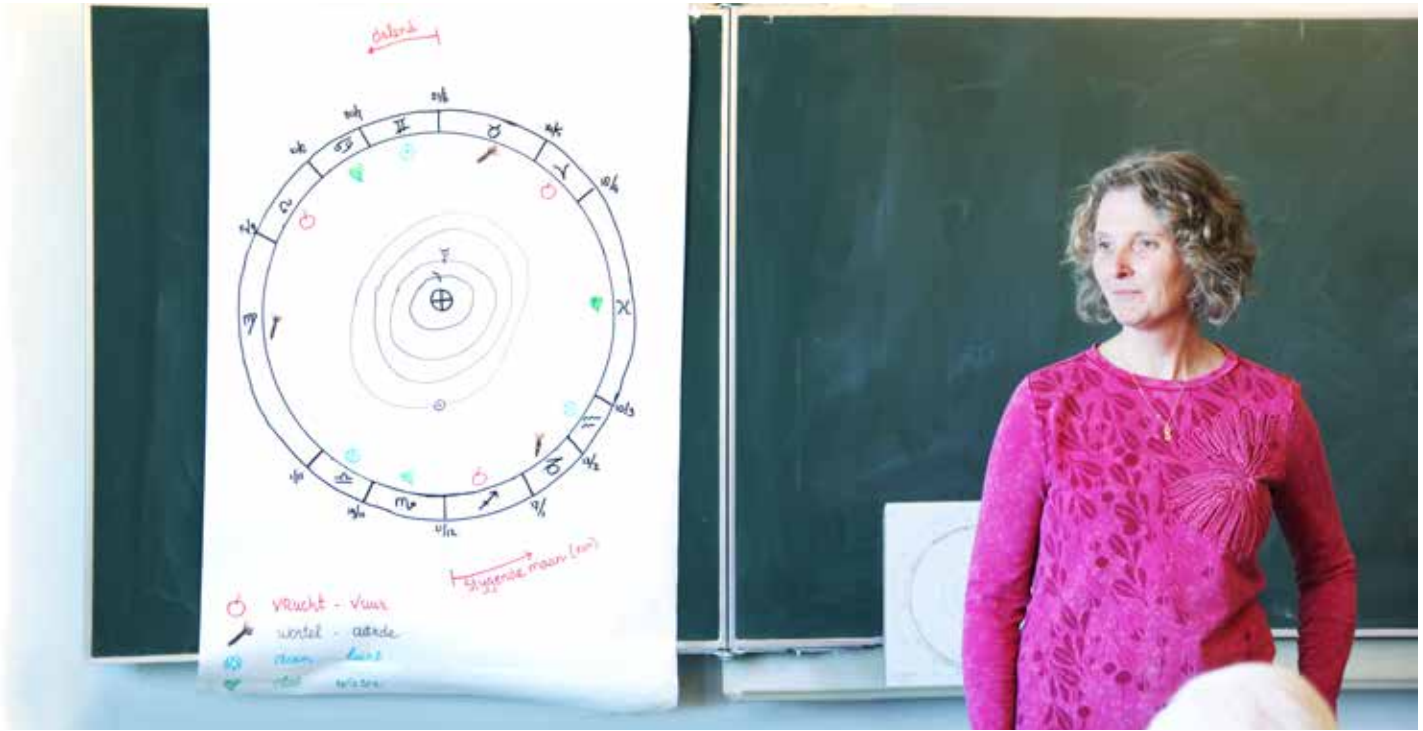
Heilige Nachten tussen Kerst en Driekonin- gen. In die speciale tijd vlecht ik ook mijn bijenkorven en maak ik mijn vegetarisch prepraat. Maar ook gebruik ik de winter om mijn achterstallige klussen, zodat ik mijn handen weer vrij heb als het tuinseizoen

begint. In de wintertijd zijn mijn dagen dus goed gevuld. Lange tijd voel ik geen ruimte om te gaan zitten voor een presentatie en een tekst. Op de achtergrond suddert het wel. Ik besluit het over te geven, te vertrouwen dat het juiste moment zich aandient, dat de inspiratie komt. Na de Heilige Nachten maak ik - met de deadline in zicht - een plan voor de presentatie. Nu de bijdrage nog aan DP. Die deadline is nu ook nabij en ik heb nog steeds geen idee.

## Steenbok

Het Babylonische sterrenbeeld Geitvis is te herkennen aan de sterren in de geitehoorn en aan die in de visstaart. De horens komen gelijk met het sterrenbeeld Schutter op, de visstaart gaat met de rechter kruik van de Waterman onder. In juli staat dit dierenriembeeld 's nachts aan de zuidelijke hemel.





Presentatie van Carmencita de Ruiter op de winterconferentie 2019



## Sterrenhemel

Die avond zit ik met een goede vriend in mijn tuinhuis bij de houtkachel om bij te praten. We kijken naar de sterrenhemel, verwonderen ons over hoe mooi de wassende maan aan de hemel staat in de buurt van Orion en het sterrenbeeld Stier. Dan trekt het helemaal dicht, hagelstenen kletteren op het huisje. Een kwartier later trekt de hemel open en lacht de maan ons weer toe. Mijn vriend merkt op dat vandaag de zon overgaat van het sterrenbeeld Boogschutter naar Steenbok. Aan het licht merk je ook dat de dagen alweer gaan lengen. We sparren wat over mijn bijdrage aan de winterconferentie. Ik wil in ieder geval graag een oefening doen, die ik graag in mijn lessen gebruik. Het is een oefening met de overgangen van de zon door de astronomische dierenriem. Ieder jaar is dat voor mijzelf ook oefening: ik probeer

Het is de Ram  
met zijn stootkracht  
die alles in verticale  
richting doet schieten

gewaar te worden wat je in de natuur en in jezelf waarneemt als de zon naar het volgende dierenriemteken gaat. Een van de duidelijkste is de overgang van Vissen naar Ram. Bij Vissen is alles nog stromend. Het prille groen komt op en breidt zich voorzichtig uit. In de natuur zie je de overwinning op de dood door het leven. Vissen is de tijd waarin Pasen valt; de tijd waarin bij het begin van de jaartelling Christus aan het Kruis



Fotos | Hans de Buijn

## Waterman

Het hoofd van de Waterman komt gelijk met het bovenlijf van de Schutter en de kop van de Steenbok op. Het lichtzwakke dierenriembeeld is groot; de voeten komen ruim drie uur later op. In donkere gebieden zijn de drie sterretjes van de kruik te herkennen, soms ook de golvende stroom.





is gestorven en met Pasen opstond uit zijn graf. Aan het einde van de Vissen-periode, zo rond april, dan zie je de tekenen van de Ram vaak al. Alles knalt eruit, de bloesems van mijn fruitbomen, de winterrogge schiet omhoog. Het is de Ram met zijn stootkracht die alles in verticale richting doet schieten. En dan komt de Stier. Zie je het rund al voor je? Nu gaat alles in de breedte. Horizontale groei is typisch voor de Stier. Alles dijt uit. Stonden in de Ram de planten nog op zichzelf, in de Stier sluit vooral in mijn bloementuin het groene dek en is de aarde niet meer zichtbaar.

### Kristallisatiekracht

Maar even terug naar de winter, de tijd waarin ik nu schrijf. Na een heerlijke avond met mijn goede vriend fiets ik voldaan naar huis. De volgende ochtend word ik vroeg wakker. De zinnen voor een stukje tollen

door mijn hoofd. Ik realiseer me ineens dat de zon in Boogschutter stond toen ik broedde op de presentatie. Boogschutter is typisch de tijd om te onderzoeken waar je je pijlen op wilt richten. Vannacht is de zon overgegaan naar het sterrenbeeld Steenbok. Dit beeld staat voor kristallisatiekracht: al je ideeën krijgen de tijd om zich uit te kristalliseren. En zie hoe het werkt! Hier kan ik echt blij van worden, maar ook verbaasd, verwonderd. Het laat me steeds weer opnieuw zien hoe de kosmos door mij heen werkt. Ik noem het de kosmos, maar ik ervoer weer eens hoe geestelijke krachten mij begeleiden in het wordingsproces. Ik zag op tegen het schrijven terwijl ik er ook op probeerde te vertrouwen dat de inspiratie zou komen.

### Wie heb ik aan de lijn?

Eens vroeg een cursist mij wat nou toch de



zuiden



zw

westen

zin was van het werken met de zaaiagenda. Ik weet niet meer precies wat ik antwoordde, maar het ging over het leren kennen van de Geestelijke werelden, de wezens, de krachten, de Engelhiërarchieën, of welke naam je er ook aan wilt geven. Haar antwoord weet ik nog wel: "Oh, dus dan weet ik wie ik aan de lijn heb!"

In de Heilige Nachten las ik van Steiner iets dat een idee geeft van wie je aan de lijn kunt krijgen\*\*: "Want het is naïef te menen dat de maan het verstarde bevroren hemellichaam is dat de tegenwoordige natuurkunde schildert. Het is in de eerste plaats de kosmische verblijfplaats van geestelijke wezens die de eerste grote leraren van de aardse mensheid waren, die de aardse mensheid eens de oerwijsheid brachten en die zich kort nadat de maan de aarde had verlaten en als stoffelijk hemellichaam zijn eigen plaats in het planetensysteem had

ingenomen naar deze maan terugtrokken." Dat raakt me, want zo ervaar ik het ook: Geestelijk wezens als leraren van de mensheid. In mijn beleving waren het de engelen van de maan die mij naar de juiste plaats en de juiste tijd voerden om mijn bijdrage te schrijven. Ik ervaar het als kracht en hulp. Ik mijmer er graag over: welke wezens werken er door mij heen?

## De zaikalender praktisch handen en voeten geven

Het werken met de zaikalender helpt mij om daarin vertrouwen op te bouwen. Gaandeweg verdiep ik mij steeds meer in de kwaliteiten van de planeten en de dierenriem, bestudeer ik geesteswetenschap, en tracht ik de bewegingen aan de hemel waar te nemen. Vervolgens zoek ik hoe ik dit in mijn tuinwerk praktisch handen en voeten kan geven.

Wie heb ik bij het zaaien 'aan de lijn'? De Engelen van de Maan werken in de ontkieming, de gnomen verbinden het zaad met moeder aarde en de nimfen zijn nodig om het zaad met vocht te doordringen, zodat de ontkieming plaats kan vinden. Ik probeer verbinding te krijgen met zulke wijsheid.

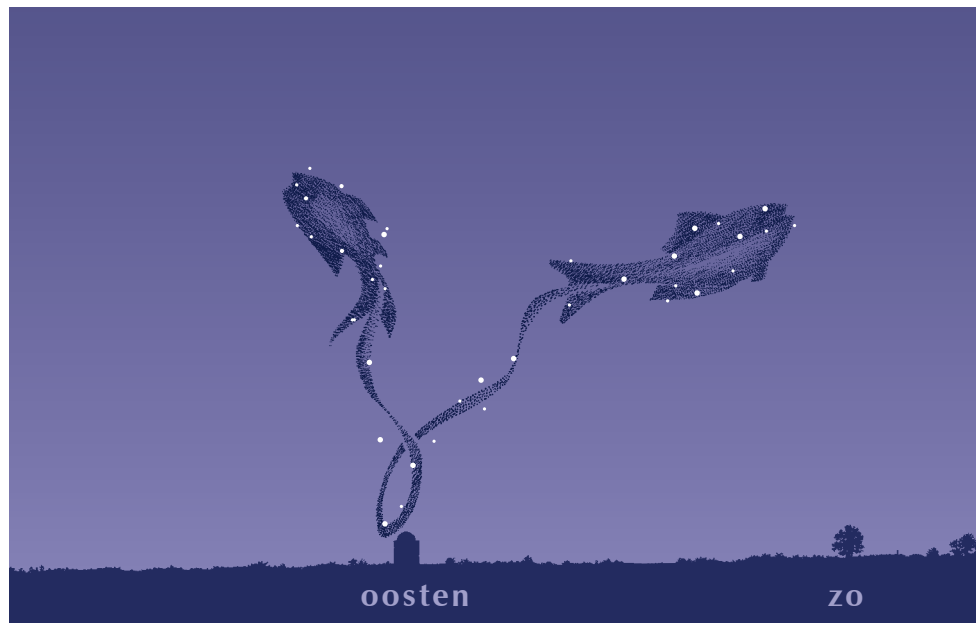
## Aspecten, Tronen (Saturnus) en Kyriotetes (Jupiter)

Nu heb ik nog maar een paar kleine voorbeelden gegeven. De zaaiagenda is veelomvattend. Er valt nog heel veel te ontdekken, om een eigen verhouding toe te vinden. Zoals bijvoorbeeld het werken met de 'aspecten'. Dat zijn samenstanden van planeten die je in zou kunnen zetten. Of de werkingen van de planeten in de dierenriem.

Neem bijvoorbeeld Saturnus. De Tronen die vanuit deze planetensfeer werken, werken

## Vissen

De linker Vis komt ook gelijk met Schutter, Steenbok en Waterman op. Zijn opkomst is zo noordelijk als die van de hoofden van de Tweelingen. De Vissen springen samen omhoog. Tussen de ondergang van de rechter Vis en die van de linker is een periode van ruim vijf uur.





in het zaad. Deze planeet doet er zo'n 30 jaar over om zijn ronde door de dierenriem te maken. Pas na een generatie kan je weer gebruik maken van de impulsen die de wezens van het desbetreffende dierenriemteken via Saturnus op de aarde doen inwerken.

Of Jupiter met zijn lichtkracht. De Kyriotes die vanuit deze planeet werken, werken in op de geneeskraft en het aroma, de smaak. Ieder jaar staat Jupiter in een ander dierenriemteken. Twaalf jaar doet hij erover om zijn ronde door de dierenriem te maken. Hoe kun je dit inzetten? Deze fascinerende wereld, de antroposofie, een studie voor de rest van mijn leven zeg ik altijd. Het helpt me in mijn persoonlijke ontwikkeling. Ik zou het wensen voor ieders persoonlijke ontwikkeling, die o zo nodig is voor de ontwikkeling van aarde en mensheid. In de geesteswetenschap van Rudolf Steiner wordt

deze tijd beschreven als de tijd, waarin we op weg zijn naar de Jupiterfase. Die tijd ligt weliswaar nog in een hele verre toekomst, maar - willen we met elkaar de aarde aan het einde van zijn huidige ontwikkelingsfase naar een etherische staat brengen en daarbij Engelen van Vrijheid en Liefde worden, zoals Steiner dat zo mooi beschrijft, dan is het mijns inziens zaak dat we daar nu een begin mee maken. 🌱

**Carmencita de Ruiter** geef les in biodynamisch tuinieren en het vegetarisch preparaat. Persoonlijke ontwikkeling staat daarbij centraal. [carmencitabd.nl](http://carmencitabd.nl)



\* Maria Thun Zaaikalender 2019, Matthias Thun, Uitgeverij Christoffor, € 13,-

\*\* Rudolf Steiner, Wereldgeschiedenis in het licht van de antroposofie, 3e voordracht



zuiden

zw

westen

Grondbewerking, vruchtwisseling, variëteiten en rassenkeus

# Zon én Maan



Hans Bruinsma kwam jaren geleden in aanraking met werkingen vanuit de kosmos op de plantengroei. Na intensief onderzoek heeft hij nu het punt bereikt, dat hij vanuit zijn bedrijf 'Agrikos Advies' adviezen kan geven voor optimale vruchtwisseling, grondbewerkingstijden en variëteiten en rassenkeus. Grote opbrengstverbetering en veel betere kwaliteit zijn bij goede toepassing het resultaat, zo is de jarenlange ervaring. Tekst | Andries Palmboom

In de tijd van Rudolf Steiner deed aanvangende landbouwschaalvergroting bij de landbouwer het invoelingsvermogen voor deze subtiliteiten afnemen. Terwijl tegelijk de landbouwchemie haar intredende deed verdween het gegeven van kosmische werking uit de aandacht. In die situatie adviseerde Steiner om kosmische werkingen in de chemie van atmosfeer en bodem te onderzoeken. Hiervoor was nodig het landbouwplanten-abc in kaart te brengen en de relatie daarvan met kosmische constellaties te onderzoeken, te beginnen met de maanperiodes. Via het omvangrijke magnetische veld van de aarde komen krachten vanuit het heelal de ionosfeer, atmos-

## Ram

De Ram begint in mei een nieuwe periode van zichtbaarheid. Tijdens de ochtendschemering verschijnen de twee sterren die de horens markeren (oosten). In juli komt hij te middernacht op, in september tijdens de avondschemering. Van juli tot april staat hij bij zonsondergang steeds westelijker, dichterbij de zon (westen).



feer en de waterhuishouding binnen en bereiken de aarde. Er vindt dan plaats wat we alchemie zouden kunnen noemen, de werking van het Al in de chemie van de aarde.

## De maan – zaai- of grondbewerking moment?

Eerder toetsten Lili Kolisko en Maria Thun de plantengroei aan de bewegingen van de maan: enerzijds de synodische maanfasen (schijnvormen van de maan) en anderzijds de siderische maanperiodes (plaats van de maan in de dierenriem). Zaaïen in de driedaagse volle maan periode – de synodische maanbeweging – geeft 20-25% verhoogde opbrengst, zo vond Kolisko.

Wat betreft de siderische maan: daar blijkt het juiste moment van grondbewerking bepalend, en dan met name voor de groeiwijze. Door het feit dat met grondbewerking de bodem voor een moment wordt

geopend, ontstaat blijkbaar een afdruk in de bodemchemie.

## De zon – naar matrix van 16 groeiwijzen

Hans Bruinsma deed 10 jaar veldonderzoek naar het effect van grondbewerking tijdstippen en kwam daarmee op het spoor van nog een scala van invloeden. Behalve invloeden die met de maanbewegingen te maken hebben, is er ook sprake van invloeden die met de beweging van de zon door de dierenriem te maken heeft, zo stelde hij vast. Samen met de door Thun gevonden 4-voudige Maan werking komt de tevens 4-voudige Zon werking tot uiting in 16 gewasgroepen. Echter de viervoudige zon en maan invloed werken ook in de telkens aanwezige 16 producten binnen iedere afzonderlijke gewasgroep en in 16 productvarianten binnen ieder product. Als

laatste ook in telkens 16 gewasvarianten binnen iedere productvariant. Met het laatste niveau hebben we te maken met gewasvarianten in ras typen, en met het voorlaatste niveau met wat meestal variëteiten genoemd wordt. Dit hele systeem is gebaseerd op slechts vier groeiwijzen: strekking, zwellen, verfijning en deling. Die vier groeiwijzen komen met de Zon en Maan werking op twee manieren voor.

## Per gewas zijn haarscherp de juiste bewerkingsmomenten te bepalen

Het kostte Hans ca. 5 jaar veldonderzoek om vast te stellen of zijn aanvullend gevonden gewasordering inderdaad met grondbewerkingstijden in de siderische zonperiodes te maken zou hebben. En nog eens 5 jaar of de siderische zon- en maanperiodes op al de genoemde 16-voudige niveaus



zuiden

zw

westen

Groeiwijze voorbeelden aardappelras <i>Agria</i> . Vanuit grondbewerking in verschillende elementaire Zon en Maan perioden. Dit zijn de grofste knollen die de groeiwijze het meest volledig representeren.			
Groeiwijze vanuit Zon perioden	Zwelling + welving (verfijning)	Mager en puntig (bijna leeg)	Als links + strekking
Totaal geactiveerd (incl. Maan perioden)	4,5 v.d. 8 elemente	1 v.d. 8 elementen	7 v.d. 8 elementen
Opbrengst relatie	70% meer	referentie	120% meer

werkzaam zijn. De bevindingen waren positief. Zo ontvouwde zich een veelbelovend perspectief:

- het moment, waarop je een grondbewerking uitvoert, is cruciaal voor de ontwikkeling van je gewas.
- op maar liefst vier niveaus kun je haarfijn geschikte momenten voor grondbewerking bepalen.

Zoals Maria Thun echter al vaststelde: grondbewerking tijdstippen werken alleen goed als die in de vruchtwisseling worden afgewisseld. In verband met het gevonden veel meer uitgebreide gewassen systeem moest hierop veel extra onderzoek gedaan worden. Tevens was er de vraag hoe de werking op al de genoemde niveaus van de gewassen in de praktijk te benutten is.

### Vertaling naar de praktijk: individuele bedrijfsaanpak

Op basis van het extra onderzoek is uiteindelijk een methode uitgewerkt, waarin ook al cursus

## Stier

Het zichtbaar worden van de Plejaden was in veel oude culturen een belangrijk gebeuren. Het Zevengesternte is gemakkelijk te herkennen. Van juni tot november verschijnt het aan de ochtendhemel, van november tot april aan de avondhemel. Midden mei gaan het unieke groepje samen met de zon op en onder.




gegeven is. Invoering van de methode op het eigen bedrijf via een 10-daagse cursus bleek echter voor de meeste deelnemers een te zware klus. Eind 2016 startte Hans daarom het bedrijf Agrikos Advies om aan telers een kant en klare werkwijze te kunnen aanbieden. In overleg met de teler worden dan op basis van de gewassen de meest ideale vruchtwisseling volgorden berekend en in beeld gebracht, waaruit de teler kan kiezen. Het komt vrijwel nooit voor dat hierin geen substantiële verbetering te behalen is. Vervolgens wordt een Jaarschema voor grondbewerkingen voor de gewassen opgesteld, ook weer in overleg in verband met de grondsoort, voorteelten, enzovoort. Op basis van de dan uiteindelijke uitvoering door de teler, worden aansluitend variëteiten en rassen gekozen die zich bij die grondbewerkingstijden goed ontwikkelen. Valt bijvoorbeeld op het bedrijf de grondbewerking

voor niveau 1 (groeiwijze gewasgroep) veel intensiever uit dan die voor niveau 2 (groeiwijze product) dan wordt een daarbij renderend variëteit en ras gekozen. Dit werkt erg goed, dit verfijning proces kan over de verschillende gewassen 1 tot 3 jaar in beslag nemen. Hiermee wordt de groeiwijze op al de genoemde niveaus ondersteund.

### Waarom hiermee werken?

Hans: *"Deze stappen samen geven naar ervaring gemiddeld 30 tot 60% netto opbrengstverbetering, waarbij het van belang is dit in de vermeerdering op te nemen, vanaf het 4e jaar is het resultaat optimaal. Het benutten van deze landbouw schakel voorkomt problemen die niet goed langs andere weg te voorkomen zijn, zoals schimmelziekten (ook Phytophthora), Rhizoctonia, schurft, knolvoet problemen, insectenaantasting (ook bij uien), trips, misgroei, groeiblokkades,*

*kiemkracht, gewasopkomst en houdbaarheid problemen. De werkwijze gaat 100% van de kwaliteit (hoedanigheid, groeiwijze) van de gewassen uit."*

Een uitgebreid artikel van Hans Bruinsma zelf over de onderverdeling in verschillende niveaus, voorbeelden van het sturen van de groeiwijze en de werkwijze is te vinden op de website van de BD-Vereniging. Meer informatie is ook te vinden op [agrikos.nl](http://agrikos.nl). LA 

**Andries Palmboom**, redactielid Dynamisch

Perspectief: 'Fascinerend die Kosmos, met enerzijds de haarzui- vere, onweerlegbare wiskundige precisie, en anderzijds de poezie van het Hemel- lichamenballet.'





# Eten is geven

De zorg voor de armen, al onze naasten staat hoog in religieuze vaandels. 'Geven' is een geestelijke kwaliteit. Ilse verdiepte zich in het boek 'Voeding en de gevende kracht van de mens' van Heinz Grill, waarin beschreven wordt dat eten een soort geven kan zijn. Tekst | Ilse Beurskens – van den Bosch

Vroeger toen we in de samenleving veel meer met elkaar en de omgeving verbonden waren, waren dankrituelen en het delen van de oogst of bezit heel gewoon. Lex Bos, medeoprichter van Triodos Bank en auteur van het boek 'Schenken en danken', schrijft dat wij uit een tijd komen waarin danken en geven vanzelfsprekende én onbewuste kwaliteiten waren. Volgens hem stimuleert dankbaarheid de wil om te geven. De focus op kwantiteit en persoonlijke winst in onze huidige maatschappij staat dit proces in de weg. Tegelijkertijd met dit materialistische denken hebben mensen zich steeds meer ontwikkeld tot individuen. Ze zijn meer op

zichzelf gericht en leven meer afgescheiden van elkaar en hun omgeving. Hierdoor hebben we wél een zelfbewustzijn kunnen ontwikkelen waarmee we opnieuw tot dankbaarheid en schenken kunnen komen. Maar nu als een bewust zorgzame keuze.

## Ontvangen en geven

Dankbaarheid voedt onze wil om te geven. Dat kan ik invoelen. Als kok ben ik blij wanneer de mensen aan tafel met aandacht de maaltijd ontvangen. Dan ervaar ik zelf dankbaarheid en de zin om morgen weer te koken. Geven en ontvangen zijn innig met elkaar verbonden. Ontvangen is een vorm



van geven, in dit geval aan een ander: de kok. Maar het kan ook een geven zijn aan jezelf. Het dankbaar ontvangen van de maaltijd is belangrijk voor onze eigen spijsvertering. Je eigen innerlijke warmte voedt de processen in je buik. Onze dankbaarheid voedt ook de etherkrachten, de elementwezens in onze maaltijd, die stimulerend werk kunnen verrichten aan processen in ons lichaam.

Hoe 'geven' ons zelf ten goede kan komen, illustreert het volgende voorbeeld dat ik binnen de antroposofische visie op voeding vaker heb gehoord: in tijden van honger wordt diegene die zijn boterham weggeeft meer gevoed dan diegene die de boterham opeet. Hier is een oprecht geven en tevens een ontvangen. Ik denk aan hoe mijn moeder en oma kibbelden over wie er mocht



betalen aan de bakker. Wie mocht het gebak trakteren?

## Eten kan een geven zijn

Dat ontvangen een geven is, vind ik terug in het boek van Heinz Grill 'De gevende kracht van de mens.' Hij schrijft dat eten niet een consumptie-georiënteerd nemen hoeft te zijn, maar daadwerkelijk een geven, een soort prestatie die anderen goed doet. Wie zich verheugt over het eten, beaamt het leven. Dit beamen van het leven stimuleert de levenskrachten en het kan een vreugdevolle stemming brengen. Dus ook wanneer je je boterham niet weggeeft maar zelf op eet, is het mogelijk de ander daarmee te voeden.

Ik geef een passage uit het boek, samengevat weer: *Tijdens het eten nadert het*

*menselijk wezen onbewust de drempel van de geestelijke wereld. Met het eten is altijd een diep aannemen, erkennen en waarderen van arbeid verbonden. Hoe meer je bewustzijn groeit omtrent een Zelf en de fijn afgestemde kosmische ontmoeting die in contact met voeding leeft, hoe meer je je afhankelijkheid van de natuur en de voedingsmiddelen erkent. Gelijktijdig kun je tot in het diepste van je ziel een oplevende vonk van vrijheid beleven. Door dit bewust te beleven schenk je je medemens, met iedere hap, een soort lichtether-activiteit, een nieuw lichtschijnsel. De eerste stappen om deze gevende kracht te ontwikkelen, zijn het je verdiepen in voeding en je tijdens het eten een bewuste voorstelling maken van de ontmoeting met levenskrachten en het werk van vele mensen.*

## Vet als luxeproduct

Het spreekt mij aan om je naast het ontwikkelen van je voorstellingsvermogen, je in kennis te blijven verdiepen. Zo leeft bij mij al een tijdje de vraag hoe het kan dat er onbeperkt boter en slagroom te koop is. Dat is niet altijd zo geweest. Vet is, denk ik, tot aan de industriële revolutie schaars geweest. Ik denk aan een anekdote die ik ooit ergens gelezen heb: een edelman komt te paard aan in een herberg. Hij bestelt soep en zegt dat hij voor elk vetoog een dukaat extra betaalt. De waardin voegt een grote klomp boter toe aan de soep in zijn kom, om veel te kunnen verdienen. De soep bevat zo veel vet dat het oppervlak van de

soep één vetoog is geworden. Zo was de edelman erg goedkoop uit voor zijn vette soep.

## Melkvet

Wat zijn de natuurlijke verhoudingen tussen de vette en magere zuivelproducten? In het kader van dankbaar ontvangen en geven lijkt me dit een relevante vraag.

Ik vroeg het Bram en Ilse Borst van bio-dynamische zuivelboerderij 'De Buitenplaats' in Eenigenburg (Noord-Holland) van waar mijn gezin dagelijks zuivel eet. \*) Ilse: "Onze verse melk bevat 4,8 % vet. Onze volle melk wordt niet afgeroomd. Door melk aan te zuren en te roeren in een karnton, maken wij karnemelk en boter. Uit vier liter melk komt één pakje boter te voorschijn." De heerlijke karnemelk is in veel winkels verkrijgbaar, maar de weinige boter is alleen voor directe klanten van de boerderij. Meer boter wordt niet gemaakt omdat dan de karnemelk zou overblijven.

Ik begrijp dat wanneer je verse melk een dag laat staan, een deel van het vet vanzelf boven komt drijven. Dat kun je zien. Je kunt het afscheppen en opkloppen tot slagroom. Maar de melk die je dan overhoudt, is nog te vet voor halfvolle melk en je hebt ook niet zo veel slagroom. Wil je minder vette melk of meer slagroom, dan moet je centrifugeren. Hierbij wordt de melk hard rondgeslingerd. De lichtere deeltjes, het vet, vliegen minder ver weg dan de zwaardere deeltjes. Bij centrifugeren kun je niet een beetje room in de melk laten. Het is alles

## Onbeperkt boter en slagroom te koop?

Alle gangbare melk wordt afgeroomd, dus gecentrifugeerd. Voor volle en halfvolle melk wordt weer room toegevoegd. Volle melk bevat 3,5 % vet. Van het afgeroomde vet wordt slagroom gemaakt en boter. Er blijft veel magere melk over. Hiervan wordt melkpoeder gemaakt dat aan veel producten wordt toegevoegd. Magere melkpoeder wordt ook verkocht aan het buitenland.

Zuiver Zuivel verkoopt on-afgeroomde melk in flessen. De pakken volle melk zijn wel afgeroomd. Van de room wordt boter gemaakt. De room wordt dan aangezuurd en gekarnd. Zo ontstaat boter en karnemelk. Boter en karnemelk zijn dan dus ook gecentrifugeerd. Ook hier blijft veel magere melk over na het afromen. Deze wordt gedeeltelijk gebruikt in yoghurtproducten. Rond 2000 werd negatieve waarde gehecht aan dierlijke en verzadigde vetten. Daarom was er veel vraag naar magere producten. Gemengd biodynamisch bedrijf 'Urtica de Vijfsprong' is toen gestart met het produceren van halfvolle en magere producten en slagroom. In die tijd bleven slagroom en crème fraîche juist over.



## Meer karnemelk

Ook al heeft het een minder grote impact als homogeniseren, kun je je afvragen of centrifugeren van melk een proces is dat bij biodynamische zuivel past. De melk wordt erg bewerkt waarbij levenskrachten verloren zullen gaan. Om boter en karnemelk te kunnen nuttigen, die niet gecentrifugeerd zijn, en om het natuurlijke vetpercentage van melk te respecteren, kunnen we meer karnemelk gaan drinken in plaats van melk: karnemelk rechtstreeks van de biodynamische boerderij. Gekarnde melk is puur erg smaakvol. Je kunt de melk ook als basis gebruiken voor milkshakes. Door toevoeging van vruchtensappen en kruiden als kaneel en kardemom kun je allerlei verrassende drankjes maken.



Foto | Regina Sprink



of niets. Bij halfvolle producten wordt weer room toegevoegd. Ilse: "Omdat alleen onze halfvolle melk wordt afgeroomd, hebben we niet zo veel slagroom. Deze is vaak uitverkocht. Op is op."

## Verantwoordelijkheid

Omdat wij dagelijks karnemelk drinken, lukt het ons om één pakje boter op de vier liter karnemelk te nuttigen. Maar omdat wij geen magere melk drinken, staat de room die wij gebruiken niet in verhouding. Door me te verbinden met de exclusieve waarde van room, scheppen wij nu zorgvuldig de

room van de volle yoghurt wanneer we een fles openen. Deze gaat door de spaghetti-saus of een vruchtenmoes. De vreugdevolle dankbaarheid waarmee we yoghurt eten, is hiermee geïntensiveerd. Ik realiseer mij dat de respectvolle keuzes van Ilse, Bram en mijzelf het mogelijk maken om dankbaar te zijn. Wanneer ik het gevoel heb dat ik neem of deel heb aan een proces van nemen, kan ik mij niet dankbaar voelen. Een negatief oordeel of schaamte staat dat in de weg. 'Nemen' is niet alleen het tegendeel van geven, maar ook van ontvangen. Omdat ik verantwoordelijkheid neem voor

de processen die nodig zijn voor mijn voeding, kan ik dankbaar ontvangen en kan ik me er een voorstelling van maken dat eten een 'geven' kan zijn. LA ☞

\* Artikel van Annelijn Steenbruggen, Motief 2016



☞ Voeding en de gevende kracht van de mens, Heinz Grill. Zorro Uitgeverij, 200 pag., ISBN 9789461680624, € 24,99

## Zuivel en bodemnabijheid

Heinz Grill schrijft dat de mens het recht heeft om de aarde te bewerken, de vruchten te oogsten en de dieren te melken. Maar de boer mag niet meer melk nemen dan dat er nodig is om hem

via de arbeid een gevoel van bodemnabijheid en het in-relatie-staan met de aarde te geven. Steiner zegt dat het nuttigen van melk je verbinding met de aarde versterkt, op een vrijlatende manier. Dan zou je kunnen concluderen dat je als consument ook niet meer zuivel kunt nemen dan je nodig hebt om je met de aarde te verbinden.



**Ilse Beurskens – van den Bosch**, auteur en docent antroposofie en voeding. Ilse schreef met dit artikel voorlopig haar laatste langere bijdrage voor Dynamisch Perspectief. Ze blijft actief met het thema antroposofie en voeding. Namens de VNVK (vereniging voor natuurvoedingskundigen) organiseert ze een 3-daagse nascholing in 2020 te Breda, gegeven door Peter Vandermeersch.



# zuiver @zuivel<sup>®</sup>



## Kefir Yoghurt

Kefir is een milde yoghurt met levende culturen die van oorsprong afkomstig is uit de Kaukasus. Zuiver Zuivel Kefir yoghurt is bereid van biodynamische melk met een natuurlijk vetgehalte.

**Stevig en romig met de mild frisse smaak van Kefir.**

**NIEUW!**



**ZUIVER IN ZUIVEL**

[www.zuiverzuivel.nl](http://www.zuiverzuivel.nl)





Vereniging voor  
Biologisch-Dynamische  
Landbouw en Voeding

# Weet je **deel** van een groter **geheel**

colofon

© 2019 Vereniging voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding

Dynamisch Perspectief,  
het ledenblad van de Vereniging voor  
Biologisch-Dynamische Landbouw en  
Voeding verschijnt vier keer per jaar.

nr 2019-1 ISSN 1389-7438  
© BD-Vereniging

**Redactie** | Luc Ambagts  
(themareducteur, [LA]), Loes van Loenen  
(bladmanager), Wim Goris [WG], Andries  
Palmboom [AP].

**Contact** | redactie@bdvereniging.nl

**Het volgende nummer** verschijnt op  
22 juni en heeft als thema *Zaadgoed*.  
Sluitingsdatum kopij 14 april.

Aan dit nummer werkten mee | Piet van  
Ijzendoorn, Kalle Heesen, Michiel Rietveld,  
Martin van der Meulen, Jaap Gorter, Petra  
Essink, Ilse Beurskens-van den Bosch,  
Carmencita de Ruiter, Hans Bruinsma,  
Liesbeth Bisterbosch, Ruud Hendriks,  
Regina Spirk, Hans de Bruijn

**Coverfoto** | Ruud Hendriks

**Vormgeving** | Gerda Peters, Fingerprint

**Adverteren** | Zie voor alle  
advertentiemogelijkheden  
bdvereniging.nl/adverteren.

ledenservice

**De BD-Vereniging** werkt aan de  
ontwikkeling van de biologisch-  
dynamische landbouw en voeding  
met uitwisseling, scholing,  
onderzoek, advies en publicaties.

**Contributie per jaar** Normbijdrage  
€ 50, steunbijdrage € 75,  
minimumbijdrage van € 40 (naar  
keuze). Jongeren (t/m 23 jaar)  
en studenten (t/m 27 jaar): 50%  
korting. Beroepslid (voor boeren,  
winkeliers, onderzoekers, etc.):  
€ 120, € 180, of € 100. Opgave  
via bdvereniging.nl.

**Initiatief** De BD-Vereniging is  
een initiatieforganisatie. Als je  
zelf iets wil organiseren is in de  
meeste gevallen medewerking van  
de vereniging vanzelfsprekend.  
De medewerking kan bestaan uit  
advies, een financiële bijdrage, hulp  
bij de publiciteit, of samen op zoek  
gaan naar wat jij nog nodig hebt.

## Bureau BD-Vereniging

Costerweg 1D  
6702 AA Wageningen  
bdvereniging.nl  
bureau@bdvereniging.nl  
0850 609044  
IBAN: NL77TRIO 0212188771  
t.n.v. Ver voor BD-landbouw

**Bestuur** Piet van Ijzendoorn  
(voorzitter), Derk Klein Bramel  
(secretaris), Maria van Boxtel  
(penningmeester), Karin Stolk (BD-  
jong), Marteniek Bierman, Maria  
Inckmann-Van Gaalen.

**Medewerkers** Luc Ambagts  
(beleid en projecten), Bram Gordijn  
(administratie en secretariaat).

## Schenkingen en legaten

Schenkingen en legaten: Dankzij  
de warme steun van veel mensen,  
in de vorm van giften en legaten,  
werkt de BD-Vereniging aan de  
ontwikkeling van de BD-landbouw.  
De vereniging is een Algemeen  
nut beogende instelling (ANBI).

Schenkingen en legaten zijn  
vrijgesteld van schenkings- of  
successierecht. Uw gift is welkom  
op NL77TRIO 0212188771 t.n.v.  
Ver voor BDlandbouw.  
Wilt u ons opnemen in uw  
testament of wilt u meer  
informatie over (periodiek)  
schenken? Belt of mailt u dan  
met het bureau: 0850 609044,  
bureau@bdvereniging.nl.

**BD-beroepsontwikkeling** Leden  
die met collega's in gesprek willen  
over de ontwikkeling van hun werk  
kunnen via het bureau contact  
opnemen met Luc Ambagts.

**BD-Jong** Activiteiten voor en door  
jongeren. Voor info, neem contact  
op met Karin Stolk via bdjong@  
bdvereniging.nl

**BD-preparaten** en materialen  
daarvoor zijn te bestellen via  
www.debeerschehoeve.nl  
of 06 36581305.

Lees méér delen uit een groter geheel op  
[www.bdvereniging.nl](http://www.bdvereniging.nl)

22 juni  
verschijnt  
het themanummer  
**Zaadgoed**



aanvullingen,  
actualiteiten,  
aankondigingen  
achtergronden



**zaterdag 4 mei 2019**

10.30 -16.00 uur

Kraaybeekerhof, Driebergen

# *BD-Master van het Eigen Kunnen* *Studiedag over Ervaring en Onderzoek*

De BD-Master begeleiders, Jan Diek van Mansvelt, Albert de Vries, Inno Kock, Luc Ambagts en Rob van Haarlem nodigen iedereen uit voor een gedachtewisseling over Ervaring en Onderzoek in de BD. Ervaringen, resultaten en ideeën met anderen delen is het doel. En natuurlijk nieuwe ideeën opdoen.

Na de lunch heeft ieder de gelegenheid een nieuw idee voor onderzoek te presenteren dat binnen de BD-Vereniging hoognodige aandacht verdient.

Voor programma, voorbereiding en kosten:  
[bdmaster@bdvereniging.nl](mailto:bdmaster@bdvereniging.nl)

Heb je interesse in de BD-Master 2019-2020? Kom dan ook naar de studiedag en spreek met de begeleiders. De BD-Master stimuleert mensen het pad op te gaan naar vakmanschap en meesterschap op basis van een zelf samengesteld programma.



Vereniging voor  
Biologisch-Dynamische  
Landbouw en Voeding