

Dynamisch Perspectief



Ledenblad van de Vereniging voor
Biologisch-Dynamische Landbouw & Voeding

Sociale driegeleding op 't Leeuweriksveld
Landbouwcursus als inspiratiebron
Bach's 'Boekhouderscantate'
Gecastreerde maaltijd

Dynamisch Perspectief

DE LANDBOUW- CURSUS

In de afgelopen 16 nummers heeft Jan Saal de Landbouwcursus van Rudolf Steiner twee keer doorgelopen. Dank Jan, voor je uitleg bij deze vaak wonderlijke lezingen! Toch willen we er als redactie nog mee verder. Wat hebben boeren in de praktijk aan die – vaak lastig te begrijpen – biologisch-dynamische bron? Hoe inspireert die hen? Met deze vragen is ons nieuwe redactielid Gineke de Graaf aan de slag gegaan voor een nieuwe rubriek. Gineke, tuinder op De Groenen Hof en zorgcoördinator bij De Kraanvogel en De Beukenhof, volgt in de redactie Jorien Quirijnen op. Jorien, bedankt voor je inzet!

"Wat zei Steiner ook alweer over kosmisch stof?" vraagt Wim Goris in de redactievergadering. "Ik heb pas in Trouw gelezen dat jaarlijks 100.000 ton stof afkomstig van meteorieten de aarde bereikt."

Uit de Landbouwcursus (pag. 111): 'Om de hele aarde heen zijn in uiterst fijne dosering juist de stoffen werkzaam die men voor onnodig houdt; en die hebben de planten even hard nodig als wat hun uit de aarde tegemoet komt'. Gaat het hier (ook) over meteorstof? Blijft boeiend, die Landbouwcursus.

Ellen Winkel, hoofdredacteur,
ellen@schrijfwinkel.nl

03	Dynamisch Portret: 't Leeuweriksveld
08	Biologisch, Dynamisch en Jong!
09	Biovak
11	Uit de vereniging
12	BD-jong: Krispijn van den Dries
14	Convivium Religiosum
16	De gecastreerde maaltijd
20	De landbouwcursus als inspiratiebron
22	Dynamische keuken: Reinigende voeding
26	Perspectief
32	Agenda
34	Colofon en Leden-service
35	BD juwelen



Gecastreerde maaltijd

16 Scheiding der seksen in de landbouw




Landbouwcursus als inspiratiebron

20 Een nieuwe reeks, vanuit de praktijk



Reinigende voeding

22 Met een fris gevoel de lente in



Het is me al snel duidelijk: een bedrijfsportret over tuinbouwbedrijf 't Leeuweriksveld kan niet voorbijgaan aan de sociale driegeleding. Keer op keer – bij elk onderwerp – brengen initiatiefnemers Wouter (45) en Kathinka (44) Kamphuis het gesprek op hun grote inspiratiebron: Rudolf Steiner's visie op de inrichting van de samenleving. *Tekst en foto's:*

Andries Palmboom

Tuinbouwbedrijf 't Leeuweriksveld 'De weg bereiden tot de tijd rijp is'

"Als je grond alleen ziet als dood substraat en niet als wezen, dan mis je de essentie"

We lopen over het kale, bevroren land. Op de boerenkool en de spruitkool ligt een laag sneeuw. "Het is best goede grond, dalgrond", legt Wouter uit. "Toen we hier vier jaar geleden begonnen, wezen de bodemanalyses uit dat er geen resten van bestrijdingsmiddelen in zaten. In zoverre viel het omschakelen best mee. Toch was deze grond heel anders dan wat ik gewend was van de biologische gronden waar ik eerder op boerde."

Wat is dan het verschil?

Wouter: "De grond maakte een lege, uitgelopen indruk. Ik denk dat het vooral kwam, doordat hier jarenlang gangbare varkensdrijfmest gebruikt is. Ik was meer vitaliteit gewend. Inmiddels is het flink verbeterd."

Hoe is in dat verband jullie preparatengebruik?

"Die gebruiken we vol overtuiging. Daarbij lukt toepassing van het hoornkoemestpreparaat ons het beste, omdat je daarmee in één keer al het land besproeit. De compostpreparaten passen we ook altijd toe. Het kiezelpreparaat is lastiger. Dat sproei je namelijk per gewas in de rijpingsfase. Wij hebben zoveel kleine teelten, dat dit heel bewerkelijk

is. Overigens betrekken we geïnteresseerde klanten bij het preparaten maken, het roeren en het sproeien."

Welk effect nemen jullie waar?

"Een onomstotelijk aanwijsbaar effect hebben we nog niet waargenomen. Maar ik heb vertrouwen in Rudolf Steiners praktische aanwijzingen. Kijk eens naar wat voor goeds hij teweeg heeft gebracht op gebied van onderwijs, kunst, geneeskunst en sociale driegeleding! Sowieso merk ik dat er een goede sfeer ontstaat door het werken met de preparaten en ik merk dat onze groente goed smaakt."

Kathinka vult aan: "Volgens mij hebben de preparaten invloed op een andere laag dan het direct waarneembare. Wij willen 'het levende' verzorgen en ontwikkelen. Dáár gaat het om en dáárom gebruiken we preparaten. Als je - zoals in de gangbare landbouw - grond alleen ziet als dood substraat en niet als wezen, dan mis je de essentie."

Landbouw, muziek, sociale kunst

't Leeuweriksveld bij Emmen is een jong BD-bedrijf. Dit ging eraan vooraf:

(1986-1994) Tijdens zijn studietijd in Wageningen ontdekt Wouter BD-landbouw en sociale driegeleding en besteedt er een vrij doctoraal aan. Geïnspireerd door onder andere Jan Diek van Mansvelt, Mouringh Boeke en Heidjer Reetz gaat hij na zijn studie met Heidjer samenwerken op de Riephof, een BD-boerderij op de Lüneburger Heide van 80 ha. (1989-1991) Kathinka doet de landbouwpraktijkopleiding op de Dotenfelderhof.

(1992-1997) Ze volgt een muziekstudie in Hamburg. Beide beroepen beïnvloeden elkaar: de landbouw zet je met de voeten op de grond, de muziek is een heel sociale kunst en helpt om speelser naar productie-werk te kijken. Wouter en Kathinka ontmoeten elkaar op de Riephof.

(2000-2002) Op de Wilhelminahoeve (80 ha klei in St. Philipsland) is Wouter de akkerbouwer en aspirant-vennoot. Dit bedrijf was kort daarvoor door een particulier aan Loverendale overgedragen, waarbij de



grond en gebouwen werden ondergebracht in een stichting. Dat sloot aan bij het idee uit de driegeleding dat productiemiddelen geen koopwaar zijn. Toch vormde de structuur voor Wouter een belemmering voor de overname, omdat er om fiscale redenen een compromis was ingebakken.

(2002-2004) Wouter werkt in Kampen in de agrarische bedrijfsverzorging, als uitzendkracht, puur voor brood op de plank. Maar het is ook erg leerzaam.

Vrijheid in het culturele leven

In 2004 hoorden Wouter en Kathinka over een bijzonder initiatief in Emmen. Bij de vrijeschool ging onderwijs van start aan zowel Nederlandse als Duitse kinderen. Dankzij de 'Grensoverschrijdende Europese Samenwerking' viel het experiment noch onder de Duitse, noch onder de Nederlandse onderwijswetgeving. Wouter: "Dankzij dit wetgevingsvacuüm kon hier daadwerkelijk onderwijs ingericht worden volgens het principe van de sociale driegeleding: vrijheid in het culturele leven. Daar wilden we bij zijn, zeker nu onze kinderen in de schoolleeftijd kwamen."

In het kielzog van deze beslissing ging Wouter op zoek naar BD-emplooi bij Emmen. Zonder kapitaal kom je dan niet ver, maar hij kon grond huren voor tuinbouw bij een biologisch melkschapenbedrijf in Dalen. Later kwam de kans om een biologisch abonnementsbedrijf in Orvelte te huren met 200 vaste abonnees. Na twee jaar - het aantal abonnees was gegroeid naar 300 - werd dit bedrijf hun te koop aangeboden, maar de prijs was te hoog. Grond en gebouwen werden vervolgens buiten het biologisch circuit te gelde gemaakt. Familie Kamphuis moest begin 2009 vertrekken.

Wat nu?

In augustus 2008 wisten Wouter en Kathinka alleen *dat* ze het bedrijf wilden voortzetten, maar *waar*? Op een dag zocht Wouter bij Emmen een gepensioneerde boer op van wie hij machines kon overnemen. "Ik reed het erf op en dacht meteen: 'Wat een perfecte locatie!'. Voor de boer bleek eventuele bedrijfsovername een welkom gespreksonderwerp. Dat zat al snel goed. De volgende hobbel was het bekostigen van de overname, want eigen kapitaal hadden we niet. Toen hebben we een bijeenkomst belegd met onze abonnees en zij reageerden hartverwar-

mend. Ze juichten de verhuizing toe, want anders zouden zij het zonder hun vertrouwde groente-abonnement moeten stellen."

Er zat nog wel een complicerende factor bij. In Orvelte had alle afzet een EKO-keurmerk. Door te verhuizen naar grond die nog omgeschakeld moest worden, zou de afzet twee jaar moeten wachten op een keurmerk. Zou dat voor de abonnees acceptabel zijn? Vrijwel allemaal stemden ze ermee in. "Blijkbaar hadden ze vertrouwen in ons. Een aantal abonnees wilde ons achtergestelde leningen verstrekken. Daarmee namen ze het grootste risico voor de bank weg, zodat die de verdere financiering aandurfde. De abonnees vormden dus de sleutel voor de succesvolle verhuizing."

Eigendom neutraliseren

Zo komt het dat Wouter en Kathinka alweer hun vierde teeltseizoen achter de rug hebben op 't Leeuweriksveld. De klantengroep heeft vooral ten tijde van de verhuizing allerlei hulp geboden, onder andere bij het opstellen van het bedrijfsplan. Trots laat Wouter op het erf de kap-schuur zien. "We hebben hem vorig jaar zelf gebouwd uit tweedehands



materialen met hulp van vrijwilligers uit onze klantenkring."

Ook dit is dus een mooi voorbeeld van klantenparticipatie. Wouter en Kathinka zijn blij met deze hechte samenwerking. Alleen de juridische vorm voldoet nog niet aan hun ideaalbeeld van eigendomsverhoudingen. Het hele bedrijf, de grond en de gebouwen (dus ook de nieuwe kapschuur) zijn nu het persoonlijk bezit van Wouter en Kathinka. Liever zouden ze zien dat grond en gebouwen neutraler – dus niet als privé-bezit – waren ondergebracht in het kader van het algemeen belang, bijvoorbeeld in een stichting.

Wouter: "Daar zijn we nog niet uit. We hebben gesprekken gevoerd met Stichting Grondbeheer en met Stichting Sleipnir (zie kader). Maar het is echt complexe materie. Daarom gaat het maar langzaam verder. Het beste zou zijn om met meer boeren samen iets in richten."

Ziel van het bedrijf

Laag winterzonlicht schijnt het varkenshok binnen, maar dat is voor de drie varkens niet uitnodigend genoeg om naar buiten te komen. Dus klimmen Wouter en Kathinka over het hek. Het levert een mooi plaatje op.

Die paar dieren – dat kan toch niet uit?

"Economisch gezien klopt dat, maar economie is niet de essentie van BD. Voor ons geldt dat dieren er gewoon bij horen. Ze vormen de ziel van het bedrijf. We hebben wat kleinvee en geiten – als grasmaaiers. Binnen enkele weken breiden we de veestapel uit met enkele koeien, zodat we in onze eigen mestbehoefte kunnen voorzien. Het vlees van de varkens en de koeien wordt dan verkocht in onze boerderijwinkel." Een fraai gevormde deur geeft toegang tot de boerderijwinkel. Het is

Sociale Driegeleding

	Samenlevingsgebied	Kern-waarde	Persoonlijke relaties	Geld	Organisatie-vorm
Cultureel leven	Opvoeding, kunst, wetenschap, religie	Vrijheid	Ontwikkelen: Ik verbind me (samen met anderen) aan een doel	Schenkgeld	Stichting
Rechtsleven	Wetten, regels, afspraken	Gelijkheid	Samenleven: Afspraken waarbij ik betrokken ben	Leengeld	Vereniging
Economisch leven	Productie, distributie, consumptie	Broederlijkheid; solidariteit	Produceren, consumeren: Ik voorzie in mijn eigen en andermans behoeften	Koopgeld	BV, VOF, Maatschap, etc.

De sociale driegeleding ziet de samenleving als een organisme, waarin drie gebieden te onderscheiden zijn, zoals in dit schema is aangegeven. Stichting Sleipnir, die in dit artikel wordt genoemd, is vanuit deze visie opgericht om bedrijfskapitaal te neutraliseren. Hiermee bedoelen de initiatiefnemers dat het vermogen van een onderneming geen persoonlijk eigendom blijft, maar gemeenschappelijk eigendom wordt. Zo voorkomen ze dat ondernemers een bedrijf teveel als hun persoonlijk eigendom gaan beschouwen. In- en uittreden van ondernemers wordt hierdoor eenvoudiger en menselijke vermogens (ondernemerscapaciteiten) kunnen zwaarder wegen dan financiële vermogens. Daarmee is de continuïteit van een onderneming gediend. In Sleipnir werken ondernemers uit zes bedrijven samen. Sleipnir fungeert als gemeenschappelijke stille vennoot. Zie www.stichtingsleipnir.nl

een kleine volwaardige natuurvoedingswinkel met alle basisbehoeften. Groenten zie ik tot mijn verbazing niet. Maar dan wijst Kathinka mij op de deur van een koelcel. De uitgebreide uitstalling van prachtige groenten en fruit verrast mij. Als hieruit wekelijks de groenteabonnementen worden samengesteld, dan valt te begrijpen dat 't Leeuweriksveld zoveel tevreden abonnees kent! En dat men er een ritje van 5 km vanuit Emmen voor over heeft om hier de boodschappen te doen. Ooit rode raapstelen gezien? En voetbal-grote koolrabi (ras Superschmelz)?

Warm vertrouwen

Het nieuwe dak van de schuur rust op de sympathieke oorspronkelijke constructie van vijftig jaar oud, die bestaat uit robuuste stammen – rechtstreeks uit het bos. In de schuur staan de rollerband en stapels lege kisten. Hier worden iedere week 300 groenteabonnementen ingepakt, die vervolgens in twee routes worden verdeeld over veertig afzetpunten en depots in Oost Drenthe. Een klein deel van de producten gaat naar collega's en groothandel.

Bij de pakketten zit een nieuwsbrief om de verbinding met de abonnees te onderhouden. Wouter: "Dat waarderen ze. Ze proeven onze groenten en zijn er tevreden over. Door de nieuwsbrief leren de klanten ook nog onze ideeën en intenties kennen. Zo ontstaat 'warm' vertrouwen, waar geen keurmerk tegenop kan. Een keurmerk kan nooit ter vervanging dienen van de eigen oordeelsvorming. Je kunt je vertrouwen wel uitbesteden aan de overheid, maar je krijgt er alleen papieren garanties voor terug en een hoop bureaucratie die nergens toe leidt. Zulke garanties vind ik oneigenlijk. Daar is de overheid niet voor. Het beste zou zijn als er een goed georganiseerde consumentengeleding is die de controles doet: dat zijn de belanghebbenden."

99% transpiratie–1% inspiratie

Wouter en Kathinka zijn gegrepen door enerzijds het ideaal van de driegeleding en anderzijds het BD-ideaal. 't Leeuweriksveld laat zien hoever ze er al mee zijn, maar ze zouden er graag alles van realiseren! Ze komen behoorlijk principieel over. Een paar keer hoor ik Wouter verzuchten dat het dagelijkse werk zoveel tijd opslokt en dat er maar weinig ruimte over is om sociale driegeleding verder te ontwikkelen. "Het is 99% transpiratie en 1 % inspiratie."

Klinkt daar teleurstelling in door?



't Leeuweriksveld

Wouter & Kathinka Kamphuis
Wilhelmsweg 69 (tevens boerderijwinkel)
7814 VE EMMEN (Wilhelmsoord)
www.leeuweriksveld.nl

Oppervlakte: 2,4 ha eigendom, 3 ha pacht
Medewerkers: 1,5 fte betaald, vrijwilligers
Teelten: ca. 50 tuinbouwteelten voor ca. 300 abonnees

Vruchtwisseling:

1 graan met grasklaveronderzaai;
2 grasklaver;
3 prei;
4 kool (diverse soorten);
5 overige groentesoorten;
6 aardappels

Veestapel: 3 varkens, 2 geiten, koppel kippen en eenden

Grondsoort: zand (dalgrond)

"Helemaal niet! We zijn ons ervan bewust dat we geduld moeten hebben met onze idealen. We maken daar 'praktisch idealisme' van, wat betekent dat we compromissen sluiten en dat er slechts kleine stapjes gezet kunnen worden."

Dat klinkt dan weer als 99% transpiratie–mèt–inspiratie?

"Wat er echt nodig is, is een beweging die de moed en de kracht heeft om bestaande wetgeving aan zijn laars te lappen. Voorlopig moet je accepteren dat die er nog niet is, maar het is de kunst om je tegelijkertijd te blijven identificeren met het ideaal. In ieder geval blijven wij onszelf ontwikkelen in sociale driegeleding – op kleine schaal in een studiegroep. Ik zie het zo: in stilte wordt eerst de weg bereid, tot de tijd rijp is." 🌱



Jongerenweekend 8.9.10 maart Biologisch, Dynamisch en Jong!

Biologisch, dynamisch en jong. Als het goed is levert dat enthousiasme op. We weten dat er een grote groep in Nederland is die interesse heeft in de verschillende facetten van deze drie woorden, dus daar gaan we wat leuks mee doen! Tekst: Marijke Preller

Dit leuks gaat vorm krijgen in een jongerenweekend met heel interessante activiteiten. We hebben voor dit weekend een thema uitgekozen en daar bezoeken aan boerenbedrijven aan vast geknoopt. We gaan uitdiepen wat het belang is van zorg op de boerderij. We zullen dan ook alle bedrijven die we bezoeken deze vraag stellen: wat is voor dit bedrijf het belang van het zorgaanbod?

We hebben drie verschillende bedrijven in Gelderland uitgezocht: De Vijfsprong in Vorden, Thedingsweert in Kerk Avezath en Makandra in Ede. Tussen deze bezoeken door zullen we overnachten en gezellige avonden creëren op zorgboerderij De Hoge Born in Wageningen.

Als het allemaal lukt voeren we op de vrijdag en de zaterdag ook nog leerzame gesprekken met elkaar over 'je bent jong en je wilt wat' en 'de toekomst van het persoonsgebonden budget (PGB)'.

Het weekend vindt plaats op 8, 9 en 10 maart. Vervoer zal voor eigen verantwoordelijkheid zijn. Voor slapen, eten en drinken vragen we een bijdrage van jullie. Aan ieder die zich aanmeldt, zullen we tegen die tijd doorgeven hoeveel.

Heb je zin om mee te gaan en ons te vergezellen op dit inspirerende weekend? Meld je dan aan op bdjong@bdvereniging.nl!!



(Foto s: Dick Boschloo)

Op het BD/Demeter-plein overhandigt Maria van Boxtel de 'Special Opvolging gezocht!' aan tuinder André Vollenberg

BioVak

De kracht van het BD/Demeter-plein op de BioVak is dat de verschillende organisaties uit het BD-veld zich gezamenlijk presenteren. De vele ontmoetingen op het plein hebben nieuwe ideeën en plannen opgeleverd. Bezoekers kregen antwoord op gerichte vragen. Enkele boeren meldden zich aan voor de cursus 'Doorschakelen naar Demeter'.

Tijdens de nieuwjaarsborrel vond de feestelijke presentatie plaats van de 'Ekoland Opvolgingsspecial'. Dit tijdschrift, gevuld met praktijkervaringen, achtergrondinformatie en tips en over bedrijfsopvolging, vormde de afsluiting van de eerste fase van het project Opvolging Gezocht. In dit project hebben telers André en Gerri Vollenberg en Joost van Strien in samenwerking met Warmonderhof, BD-Vereniging en Land&Co gezocht naar manieren om bedrijfsopvolging soepeler te laten verlopen. Als resultaat van dit project is de website landgilde.nl gestart. Deze website brengt voor vrijwilligers, stagiaires,

medewerkers, compagnons en bedrijfs-overnemers vraag en aanbod bij elkaar. De checklist die in het project is ontwikkeld als handleiding bij het bedrijfsovernameproces, is in de Ekoland-special opgenomen. Deze is te downloaden van www.landgilde.nl bij 'zelfstudie'.

Een groep van circa tien begeleiders heeft aan het project deelgenomen en staat klaar om bedrijfsovernametrajecten te begeleiden. Daarnaast is er een groep deskundigen samengesteld op juridisch en financieel gebied die zelf affiniteit hebben met de biologische en multifunctionele landbouw. Projectbegeleider Maria van Boxtel van Land&Co heeft op de BioVak een twintigtal vragen verzameld voor landgilde.nl. "Alles ligt klaar. We kunnen ermee aan het werk", aldus Maria. En André en Gerri Vollenberg gaan nu op vakantie. Hun opvolger zorgt ervoor dat op het bedrijf alles goed loopt. ☺





27 februari / 13 maart

Winterconferentie 2013

De toekomst van BD-uitgangsmateriaal

Heb je je al opgegeven voor de winterconferentie? Dat kan nog net! De winterconferentie wordt gehouden op 27 februari in Merksplas (België, net over de grens bij Breda) en op 13 maart in Dronten. Kijk voor het programma en voor aanmelden op de www.bdvereniging.nl. Deelname is gratis voor beroepsleden. Anderen betalen €48 (Dronten) of €25 (Merksplas).

Nieuwe folder

Op de BioVak was hij voor het eerst te zien: de nieuwe folder van de BD-Vereniging. De folder op het formaat van Dynamisch Perspectief vertelt een kleurrijk verhaal over de activiteiten van de vereniging. Met daarbij natuurlijk alle informatie over het beroepslidmaatschap en het basislidmaatschap. Leden die hem willen gebruiken om kennissen of klanten te interesseren voor het lidmaatschap van de BD-Vereniging, kunnen exemplaren aanvragen bij het secretariaat: info@bdvereniging.nl, of via www.bdvereniging.nl.



'Ik kan verder' -

Nieuwe bestuurders

Volgens de regels neemt komende jaarvergadering voorzitter Albert de Vries afscheid van het bestuur. En het bestuur mag wel iets groter. We zoeken dus nieuwe bestuurders. We zoeken bestuurders die op de ingeslagen weg een volgende stap willen zetten. Op de werkconferentie gaan we de al ingeslagen weg verkennen en onderzoeken wat volgende stappen zouden kunnen zijn. Wil je mee onderzoeken, neem dan deel. Wie weet ontdek je dan dat deelnemen in het bestuur voor jou een vanzelfsprekende optie is. Hieronder alvast een begin van de verkenning. Op de werkconferentie kan dat er nog anders uit gaan zien, op zijn minst genuanceerder en concreter.

De ingeslagen weg

De ingeslagen weg van de BD-Vereniging is af te lezen aan de activiteiten:

- het organiseren van de Winterconferentie in Nederland en België;
- het faciliteren van BD-beroepsontwikkeling;
- organiseren van Werkplaatsen Bedrijfsindividualiteit, i.s.m. de Landbouwsectie van de AViN;
- werken aan begrip van bedrijfsindividualiteit

Welke volgende stap zou jij willen zetten?

Uitnodiging voor openbare bestuurlijke werkconferentie
 Maandag 25 maart, 16 uur t/m dinsdag 26 maart, 16 uur

liteit o.a. bij de Werkplaatsen, Boergondische maaltijden, andere bedrijfsbezoeken en publicaties;

- ondersteunen van project Bedrijfsopvolging;
- Organiseren van activiteiten in het kader van BD-jong;
- ondersteunen jaarlijkse conferentie Community Supported Agriculture / Pergola;
- ondersteunen van het schrijven van publicaties;
- het 'dynamische' beleefbaar laten zijn bij presentaties als Biovak en Conferentie Demeter.

Al deze activiteiten hebben hun wortels in het besef dat we een vruchtbare landbouw kunnen ontwikkelen door het versterken van betrokkenheid van mensen bij landbouw.

- Betrokkenheid als voorwaarde voor een intuïtief, situationeel handelen als boer en tuinder.
- Betrokkenheid van burgers bij landbouw, uit verbondenheid met een bedrijf, als ondersteuning van landbouw in samenhang met de levende natuur, of participierend in duurzame vormen van grondeigendom.
- Betrokkenheid die ontstaat vanuit de *initiatief nemende mens*.

Een volgende stap

Een volgende opgave is om duidelijk te maken hoe dit mens worden in en aan de landbouw doorwerkt in landbouwkundige ontwikkelingen. Hoe maken we zichtbaar wat zich onzichtbaar voltrekt? Wanneer dat lukt, kan de BD-impuls impact hebben voor zowel de landbouw zelf als ook voor andere maatschappelijke terreinen; overal waar de menselijke betrokkenheid in het werk een grote rol speelt.

Besturen

Een bijzondere activiteit is die van het besturen zelf. Om dat op een passende manier te kunnen doen is er een vergadercultuur ontwikkeld die is gebaseerd op initiatief nemen. Regelzaken doet het bestuur vooral per mail: een initiatiefnemer doet een voorstel waarbij de anderen binnen een bepaalde termijn kunnen instemmen of bezwaren kenbaar kunnen maken.

In de vergaderingen, die eens per zes tot acht weken gehouden worden, worden vraagstukken onderzocht en wordt de betreffende initiatiefnemer geadviseerd en geholpen bij vervolgstappen. Een gesprek eindigt vaak met de uitroep van één van ons: 'Ik kan verder!'

Deze werkwijze willen we ook bij de confe-

rentie hanteren. We bespreken de verschillende onderwerpen zo, dat de initiatiefnemer er een stap verder mee komt. Heb je zelf een onderwerp waaraan je vanuit de BD-Vereniging wilt werken? Dat nemen we graag op in het programma van de werkconferentie. Stuur een korte beschrijving van je plan naar: bestuur@bdvereniging.nl

Meedoen

Voor deze werkconferentie is elk lid uitgenodigd, zowel beroepslid als basislid. Geen lid en toch geïnteresseerd in deelname? Dan graag bij aanmelding aangeven dat je ook lid wilt worden. Meld je aan via bestuur@bdvereniging.nl. De werkconferentie zal worden gehouden op Landgoed Bleijendijk in Vught. Er zijn geen kosten verbonden aan deelname.

Het bestuur

Albert de Vries, voorzitter/penningsmeester
 Ruud Hendriks, secretaris
 Isabel Duiniveld, lid
 Marijke Preller, lid



BD-jong nodigt elk nummer een jongere uit voor een persoonlijke beschrijving van zijn of haar ideale boerenbedrijf. Krispijn van den Dries (28 jaar) is bedrijfsleider van BD-zorgboerderij 'De Boerderij' in Emmeloord en werkt mee op het BD-akkerbouw/groenteteeltbedrijf van zijn vader in Ens. *Tekst: Ellen Winkel* | *Foto: ZTRDG.nl/Maarten van der Wal*

Krispijn van den Dries

"Mijn toekomst ligt op mijn ouderlijk bedrijf: ik zit al in de maatschap met mijn vader. Waar ik naartoe wil – en daar zijn we al mee begonnen – is dat we ons minder richten op grootschalige teelten en dat we meer verschillende soorten gewassen gaan telen. Diversiteit is goed voor de bodem én voor de consument. We willen steeds meer producten rechtstreeks aan consumenten en horeca leveren. Dat is veel leuker. Van klanten horen we vrijwel alleen enthousiaste geluiden en daar word ik zelf ook enthousiast van. De groothandel belt alleen als er iets niet goed is in hun ogen. Een supermarkt wil geen kromme wortels. Daar zullen jij en ik nooit over klagen."

"We willen consumenten op allerlei manieren betrekken bij ons bedrijf, bijvoorbeeld met een aardappeldag of een pompoen-oogstfeest op woensdagmiddag. Kinderen vinden het schitterend om de pompoenen van het land te halen. Misschien dat we

in de toekomst ook zaaidagen of plantdagen organiseren. Over veertig jaar zijn fossiele brandstoffen en metalen schaars. Dan wordt het veel moeilijker om voedsel over grote afstanden te vervoeren en om het werk met machines te doen. Dat is een hele grote uitdaging voor de landbouw. Er zal meer handwerk aan te pas komen. Door consumenten nu al te betrekken, sturen we ons bedrijf alvast in die richting. Ook op andere vlakken kunnen klanten een rol spelen: denk aan crowdfunding als het straks tijd is voor de bedrijfsovername."

"Als boer kun je het niet alleen. Afgelopen jaar hebben we met een tiental boeren Bioromeo opgericht. Iedere dinsdagavond komen we bij elkaar om afspraken te maken over de afzet en om producten uit te wisselen. Samen kunnen we vrij gemakkelijk en voordelig een breed assortiment bieden. We leveren sinds kort ook aan consumentencollectieven en dan heb je veel

soorten groente nodig. Wij zijn vorig jaar gestart met nieuwe gewassen: mierikswortel, regenboogpeen, bietjes in allerlei kleuren en wilde aardappels. Heel lekker zijn die. Erg smaakvol."

"Wat voor mij altijd erg belangrijk zal blijven, is de bodem. Als boer is de bodem het belangrijkste wat je hebt, dus die moet je goed verzorgen. We gebruiken natuurmais uit de Weerribben en champost voor de bemesting. Diversiteit van gewassen is van belang: een ruimte vruchtwisseling met afwisselend gewassen die meer of minder van de bodem vragen. We ruimen dus ook plek in voor granen. Als je een fout maakt, merk je dat jaren later nog. Dat het eigenlijk te nat was bij de oogst van de witlofpennen, zie je terug in de stand van het graan. Ik heb enorm veel respect voor de bodem." ☺

Wil jij ook zo'n column schrijven?
Mail dan naar bdjong@bdvereniging.nl

Wandelen, filosoferen en dineren op Portugees BD-domein

Convivium Religiosum

Eelco Schaap en Karin Sligting behoren sinds vijf jaar een BD-landgoed in Portugal, Dominio Vale do Mondego. Geïnspireerd door Erasmus nodigden zij in mei 2012 gasten uit voor een Convivium Religiosum. Een inspirerende bijeenkomst, die in 2013 een vervolg krijgt. *Tekst:*

Ellen Winkel / Foto's: Eelco Schaap

In het jaar 1522 schreef Desiderius Erasmus zijn bekende werk *Convivium Religiosum*, in het Nederlands vertaald als *Het goddelijk festijn**. Het verhaal gaat over Eusebius, die in zijn villa en omliggende tuinen acht vrienden uitnodigt. De gastheer leidt het gezelschap rond en iedereen geeft zijn mening over de inrichting van de tuinen en de villa. Tijdens de rijke maaltijden met overvloedige wijn bespreken ze openhartig allerlei actuele onderwerpen, zoals excessen binnen de kerk, de verhouding van de mens tot God en de relaties tussen mannen en vrouwen.

De beschrijving van Erasmus stond model voor de ontmoeting die Eelco Schaap (in Nederland was hij gedurende 30 jaar BD-voorlichter en -adviseur) en zijn vrouw Karin Sligting (kunstenares) op hun domein in Portugal organiseerden in de lente van 2012. Een twintigtal gasten reisde af naar Portugal: een zeer gevarieerd gezelschap met onder andere landbouwkundigen, ecologen, kunstenaars, een organisatiedeskundige, een BD-imker en een journalist. Onder hen was Eric Goewie, emeritus hoogleraar Ecologische Landbouw aan de Wageningse Universiteit.

"Een buitengewoon inspirerende bijeenkomst", vertelt Eric Goewie. Hij herinnert zich dat er gelijk vanaf het begin een hele fijne sfeer ontstond in de groep en beschrijft een bijzonder moment: "Op de eerste dag zaten we aan een lange tafel in de tuin onder een grote vijgenboom en ieder kreeg de gelegenheid zichzelf te introduceren. De beurt was aan Theo Georgiades, BD-imker. Hij stond op en vertelde vol passie over zijn bijen. Opeens zei Eelco: 'Hé, het lijkt wel of ik een bijeneter - een vogeltje - hoor!' En enkele minuten later vliegt er zomaar een zwerm bijen dwars over de tafel heen, vlak langs Theo, die daar nog stond te vertellen, en zijn verhaal vervolgde over dat BD-imkers hun bijen willen laten zwermen. 'Dit is nu een voorbeeld van synchroniciteit', zei Theo."

In het programma was veel ruimte voor de eigen inbreng van de deelnemers "Eelco liet het ontstaan", vertelt Goewie. "En hij zorgde voor lekker eten. De mensen die er waren hadden zeer uiteenlopende disciplines. Iedereen droeg vanuit zijn eigen invalshoek ideeën aan om nieuwe ontwikkelingen in de regio mogelijk te maken. Het landgoed

Dominio Vale do Mondego

Het ecologisch Landgoed Dominio Vale do Mondego ligt in de vallei van de Alto Rio Mondego, in de Serra da Estrela, het grootste natuurpark van Portugal. Het domein is 20 hectare groot en bestaat uit eeuwenoude landbouwterrassen, bos, olijfgaarden en natuur. Naast de biologisch-dynamische landbouw biedt het landgoed studio's, kamers en tenten voor een tijdelijk en permanent verblijf van kunstenaars & wetenschappers. Er vinden allerlei activiteiten plaats die te maken hebben met natuur, kunst en puur eten. Kijk voor informatie op www.dominiovaledomondego.com en voor het jaarlijkse Angel Art Festival (van 3-9 aug 2013) op www.angelfestival.nl.

15 t/m 17 mei 2013

Convivium Philosophicum

3-daags verblijf met filosofische disgesprekken, natuurwandelingen, goede maaltijden en wijnen in een erudiet gezelschap. Startpunt van de filosofische disgesprekken is het boekje van prof dr. H.C.D. de Wit, Aristoteles en de Biologie, over de 'levende natuur' en levende dingen, de elementen, over metafysica en causa finalis.

19 t/m 24 mei 2013

Convivium Pan & Demeter in Lusitania

8-daagse reis met dr. Jan Jansen, dé kenner van de Serra da Estrela en Eelco Schaap. Het gezelschap brengt een bezoek aan bossen, struwelen, graslanden, de waterwereld, de rotswereld en de rurale wereld – het domein van natuurgod Pan. Tussendoor zal iedereen aanschuiven aan een rijk gedekte dis – het domein van landbouwgodin Demeter – om fysiek, intellectueel én geestelijk te worden gevoed.

Heeft u interesse om deel te nemen?

Mail dan naar info@dominiovaledomondego.com

van Eelco en Karin ligt in een schitterend natuurgebied, maar een probleem is dat de regio ontvolkt. Bovendien wordt in de landbouw veel gif gebruikt. We hebben ons de vraag gesteld in hoeverre de BD-landbouw een instrument kan zijn om een dergelijk gebied te beheren. Het idee ontstond om er een onderzoeksvoorstel van te maken en in Brussel financiering te vragen." Ondertussen is die subsidie ook daadwerkelijk toegekend. Dit eerste convivium smaakte naar meer. In mei 2013 staan een Convivium Philosophicum en een Convivium Pan & Demeter in Lusitania op het programma (zie hiernaast).



* *Een goddelijk festijn – samenspraak,*
D. Erasmus, Uitgeverij Donker, 2004,
96 pag., € 13,50





Steriele bodems,
planten, dieren
en mensen

De gecastreerde maa



Op Dominio Vale do Mondego lopen twee rammen bij de melkschapen. Tussen de kippen scharrelt een robuuste haan. Voor de bijenkasten zoemen dikke darren. In de olijven zitten pitten. Maar als Eelco Schaap kijkt naar de agrarische ontwikkelingen in de laatste vijftig jaar, dan ziet hij hoe onvruchtbaar de landbouw overal is geworden. En die onvruchtbaarheid zie je terug bij mensen. *Tekst: Eelco Schaap / Foto's: Gerda Peters en LBI*

Ooit was het landbouwbedrijf een organisch samenhangend en gesloten eenheid. Het voorzag in de eigen kringloop: het gemengde bedrijf. Ook de eigen zaaizaad- en pootgoedvermeerdering behoorden tot dat 'eigene', en het fokken van eigen vee. In de jaren zestig van de vorige eeuw verdrong economie de samenhang in de rurale landbouwstructuur. Zij deed dat ook maatschappelijk. Het functionele scheiden van 'bedrijfstakken' werd mode. Boeren gingen vanaf toen nog maar één ding doen: koeien melken, varkens mesten of kippen houden. Of ze teelden fruit, kasgroenten of deden aan

komkommerplanten: de mannelijke bloemen worden eraf geplukt om 'zaadkonten' (komkommers met harde pitten) te voorkomen. In de winkel liggen alleen onbevuchte komkommers. En kwekers kiezen voor de modernste hybride rassen, die in een laboratorium zijn ontwikkeld. De nieuwste veredelingsstechniek levert CMS-hybride rassen: dat staat voor Cytoplasmatische Mannelijke Steriliteit. Deze steriele planten kunnen geen (levensvatbaar) zaad meer vormen.

In andere kassen groeien geurrijke snijbloemen, voortkomend uit me-

zijn steriel geworden. Biologisch de nek omgedraaid - deze zonnebloemen draaien namelijk niet meer met de zon mee. Een duistere ontwikkeling. Het gevolg van industrieel denken.

En hoe vruchtbaar zijn de vruchten die wij eten? Kinderen krijgen pitloze mandarijnen - anders verslikken ze zich. Pitloze witte druiven zijn al even favoriet, net als pitloze krenten en rozijnen. Ook sommige perenrassen kunnen zonder bevruchting peren vormen. Geslachtsloos fruit. Zelfs het bierje kan niet



Itijd

akkerbouw. Weg met de ecologische samenhang. Weg met de gesloten kringlopen.

Bodem en plant

Na de specialisatie op bedrijfsniveau volgde de specialisatie op gewasniveau. De Brabantse groentekweker teelt aardbeien in de zomer en trekt witlof in de winter. De Westfriese groenteteler is bloemkoolteler geworden. De Westlandse glastuinder teelt hooguit 'De Grote Drie': komkommer, tomaat en sla. In zijn glazen huis groeit alles op een steriele bodem van steenwolsubstraat met een kant-en-klare voedingsoplossing - als patiënten aan het infuus. Hier staan 'gecastreerde'

risteemcultuur. Dat wil zeggen dat ze vegetatief zijn vermeerderd (gestekt) en niet generatief (van zaad afkomstig). Er is geen zaad en dus geen bevruchting aan te pas gekomen.

De enorme afname van de vitaliteit van bijen hangt samen met de verarming van de biotopen: de drachtplanten worden steriel. Tot 1995 waren de enorme arealen zonnebloemen in Frankrijk, Spanje en Duitsland belangrijk voor de productie van honing. Nu constateren imkers dat de nieuwe HO-zonnebloemrassen (met een hoog oliegehalte) geen nectar en stuifmeel meer produceren. De fantastische goudgele 'girasol' velden

om het gendervraagstuk heen. Bier is een mannenzaak. Maar de bierbrouwer werkt uitsluitend de onbevuchte vrouwelijke hopbellen. Bevruchte hopplanten leveren een vette olie en smaakafwijkingen.

Dier

Sinds de jaren zeventig laten melkveehouders hun stieren slachten. Stieren zijn te gevaarlijk, kosten teveel extra aandacht, leveren onvoldoende genetisch potentieel en nemen ruimte in waar melkkoeien kunnen staan. De 2,3 miljoen zwartbonte dames zien geen heeren meer. Drie KI-stations zorgen voor de sex

op de boerderij. Diepvries sex wel te verstaan, bewaard in vloeibare stikstof bij min 200 graden Celcius. 'Der Rucksack Bulle' heette de KI in Duitsland in de pioniersjaren, omdat de inseminator op de motorfiets kwam: met zijn zak op de rug. Droogkloten waren het. Kippenrassen zijn vervangen door merken, gebaseerd op geheime hybride kruisingen. Uit de eieren daarvan kun je

de mannelijke component mist, blijkt wanneer imkers de bijen hun gang laten gaan. Als ze het zwermen van hun bijenvolken niet meer onderdrukken en hun bijen weer zelf het interieur van de kast laten bepalen, stellen imkers vast dat hun volken vier jaar lang (!) extra darrenraat aanzetten, voordat er opnieuw sprake is van evenwicht tussen de geslachten.

zoeken 'in quarantaine' bij de hengstenhouder, die exclusief mannelijke paarden houdt. In Spanje en Portugal is paardensport een mannenzaak. Om indruk te maken rijden de mannetjesputters bij voorkeur op grote Lusitano hengsten. Het stierenvechten en de populaire bull runs in de klassieke steden is een zaak van mannen. En van stieren natuurlijk ...



geen fatsoenlijke kippen opfokken. Iedere pluimveehouder moet dus jaarlijks bij zijn leverancier terugkomen voor nieuwe legkippen of slachtkuikens. Een kip is een geweldige ei-erproducent: ze gaat ook aan de leg zonder bevrucht te zijn. Een haan is niet nodig. Ook imkers kunnen darren missen als kiespijn - honingetende nietsnutten - en zorgen ervoor dat er geen plek is voor deze bijen-mannen. Nieuwe koninginnen kopen imkers in bij een bevruchtingsstation. Hoezeer een volk

De scheiding der seksen zien we niet alleen in de landbouw. Ook onze huisdieren steriliseren we bij voorkeur. Loopse teven en vlaggende katers wil je niet in huis hebben. Ze moeten wel lief en aaibaar zijn, maar hun seksualiteit verbieden we rigoureuus. Castreren en steriliseren is het devies. In de manege is het al niet anders, de vrijetijdsbesteding van veel tienermeisjes. Jongens en hengsten tref je op maneges niet aan, hooguit een verdwaalde ruin (voormalige hengst). Hengsten moet je

Mens

Er is veel gezegd en geschreven over afnemende vruchtbaarheid in de westerse wereld. Vooral bij mannen. Moderne vrouwen stellen hun vruchtbaarheid jarenlang uit - door chemische castratie. Zij willen bij voorkeur na hun biologische top rond hun dertigste de uitgestelde kinderwens direct gehonoreerd zien. De veelal teleurstellende resultaten maken dat KI, IVF en zelfs het draagmoederschap voor collectief

aanvaarde oplossingen moeten zorgen.

Er is een relatie met het gebruik van gewasbeschermingsmiddelen, vroeger ook gewoon vergif genoemd. Medewerkers van agrarische loonwerkbedrijven die veel chemische middelen spuiten in de gewassen, vragen vrijstelling aan van dat werk 'omdat ze een gezin willen stichten'. Mensen die intensief en direct worden blootgesteld

lingerie van synthetische materialen verlagen daardoor juist hun vruchtbaarheid, omdat de temperatuur van de testikels even hoog is als die van het lichaam. Het zaakje hangt er niet voor niets buiten. Inderdaad, omdat het daar wat koeler is. Het geringe temperatuurverschil is een voorwaarde voor de zaadproductie.

(vleesveerassen) loopt de stier er vrijwel altijd bij, zowel in het buitenland als in Nederland, mede omdat er veel geweid wordt in natuurgebieden en ruige, ontoegankelijke terreinen. Iedere hobby-kippenhouder of biologisch pluimveehouder bevestigt dat een haan in het kippenhok zorgt voor een betere eierproductie, meer rust en meer gekakel. Meer sex onder de veren.



aan chemische middelen, behoren tot de risicogroepen in de spreekkamer van de gynaecoloog. Om consumenten te beschermen hebben overheden normen gesteld, de acceptable daily intake (adi). Ook staat vast dat de vruchtbaarheid van mannen lager is, wanneer ze vroeger als kind tot hun zevende vaak in chloorhoudend water hebben gezwommen.

Na voeding komt de tweede huid: de kleding. Mannen met sexy en strak sluitende

Is er nog hoop?

Ja, wel degelijk. Toen dierenpark De Apeneul overstapte op biodynamische groenten, schoot de vruchtbaarheid bij de mensapen omhoog. Deense biologische boeren bleken in vergelijkingsonderzoek vruchtbaarder dan hun gangbare collega's. Bij biodynamische melkveebedrijven is de vruchtbaarheid ook geweldig goed; bijvoorbeeld op Loverendale, waar een forse stier de scepter zwaait over zijn melkkoeien. Bij bedrijven met zoogkoeien

We moeten het alleen willen zien: hoe steriel de samenleving is geworden en hoe dat ten koste gaat van de levenskracht. Dat zou wel eens heel vruchtbaar kunnen zijn. ☺



'De paardenbloem is een buite
omgeving waarin hij groeit'



ongewone weldaad voor de

In hoeverre vormt de serie lezingen die Rudolf Steiner in 1924 hield, de Landbouwcursus, een inspiratiebron voor boeren, tuinders of onderzoekers anno 2013? Deel 1: Frans van Laer (58), melkveehouder en akkerbouwer op BD-zorgboerderij De Beukenhof in Breda. *Tekst en foto: Gineke de Graaf*

"Als jongen van 16 werd ik door mijn vader 'min of meer voor straf' naar een boerderij in Zwitserland gestuurd om daar een tijdje mee te helpen. Het bleek een BD-boerderij te zijn. Het eerste wat ik daar meemaakte, was het maken van preparaten. De boer vertelde me in geuren en kleuren hoe het preparaat gemaakt moest worden en waar het voor diende. Ik moest een koeienschedel vullen met eikenschors. Ik vond het geniaal en geweldig om op zo'n praktische manier planetenkwaliteiten 'op te vangen' en die tot werkzaamheid te brengen in een mest- of composthoop. Terugkijkend vind ik het wel speciaal dat ik het helemaal niet vreemd vond om met schedels en organen in de weer te zijn. Ik nam alles gretig en als vanzelfsprekend op."

"Later las ik in de Landbouwcursus over de compostpreparaten en ging ik bijvoorbeeld helemaal nieuw naar de paardenbloem kijken. Er staat: 'De onschuldige gele paardenbloem is een buitengewone weldaad voor de omgeving waarin hij groeit. Want hij is de bemiddelaar tussen het kiezelzuur in de kosmos en wat de hele omringende bodem eigenlijk aan kiezelzuur nodig heeft.'¹⁾ De paardenbloem heeft dus een enorme werking in haar omtrek. Ik ging de paardenbloem waarderen. En ik begreep wat het betekent wanneer de preparatenplanten een periode in een dierlijk omhulsel zijn geweest. Als het duizendblad in de hertenblaas heeft overzomerd en daarna onder de grond heeft overwinterd, dan zijn de specifieke kwaliteiten en werkingen van die plant enorm geconcentreerd en krachtig geworden en stralen nóg meer uit naar de omgeving. Steiner zegt in de Landbouwcursus dat duizendblad zijn kracht tot overal in die mesthoop uitstraalt, ook als je het toevoegt aan een mesthoop zo groot als een huis."²⁾

"Ik heb de krachtige uitstraling van de preparaten ook daadwerkelijk zelf ervaren. In de cursus die ECOtherapeut Hans Andeweg hier op De Beukenhof een aantal jaren geleden gaf, leerden we die werkingen waarnemen. Dat was heel indrukwekkend, soms zelfs ontroerend. Ik herinner me een moment in de kas, waarbij aan het gewas gevraagd

werd wat de werking van het hoornmestpreparaat was. Er steeg toen een prikkeling op alsof de kas gevuld was met Spa rood."

"De dierlijke omhullingen en het blootstellen aan zomer- of winterhemel zorgen er op een heel speciale manier voor dat de werkingen van het plantaardige vulsel worden versterkt, aangevuld met planetenkwaliteiten. Dat zijn regulerende werkingen. Zo zorgt duizendblad voor een goede dosering en bemiddeling van de zwavelprocessen. Alles wat in de mest- of composthoop gebeurt, wordt door de preparaten zo gestuurd dat niets verloren gaat."

"Heb je wel eens het verschil gezien tussen twee dezelfde mesthopen, waarvan de een wel geprepareerd is en de ander niet? Je ziet dan dat als je de niet geprepareerde mesthoop openhaalt, het gaat roken en vervliegen, terwijl de wel geprepareerde mesthoop mooier omgezet wordt en niet rookt. Daar spelen zich echt andere processen in af." ☺

¹⁾ Zie pag. 124, 125 van R.Steiner, Vruchtbare landbouw op biologisch-dynamische grondslag. Uitgeverij Vrij Geestesleven, Zeist, tweede druk 1999.

²⁾ Zie pag. 115



Reinigende voeding

Om gezond te blijven draait het bij de maaltijden niet alleen om dat wat ons voedt. Goede voeding ondersteunt ons lichaam om zich te reinigen.

Water, kruidenthee, groenten en fruit zorgen voor de uitscheiding van afvalstoffen. Groente en fruit kun je op verschillende manieren tussendoor en bij elke maaltijd nuttigen: rauw, met warmte

bereid en tot sap geperst. *Tekst en foto's: Ilse Beurskens-*

van den Bosch, natuurvoedingskundige

Ons lichaam moet veel afvalstoffen uitscheiden: niet alleen de onbruikbare en schadelijke stoffen die we binnen krijgen via onze voeding en ademhaling, ook onze eigen afvalstoffen die ontstaan bij inwendige processen. Water, groenten en fruit zijn voedingsmiddelen met een reinigende werking. In het algemeen kun je zeggen dat een mens 250 ml water of ander reinigend vocht per dag nodig heeft per 10 kilo lichaamsgewicht. Dat komt neer op zeven of acht glazen, die je het best gespreid over de dag kunt drinken. Persoonlijke omstandigheden en situaties zijn uiteraard van invloed op deze hoeveelheid. Wanneer je bijvoorbeeld veel koffie, zwarte of groene thee drinkt, heb je meer nodig. Cafeïne en theïne zijn stoffen die werken als een diureticum. Dit betekent dat deze stoffen ervoor zorgen dat er water aan je lichaam onttrokken wordt. In Frankrijk zie je vaak dat een kop koffie met een groot glas water geserveerd wordt.

Groenten- en fruitsappen

Groenten en fruit hebben een reinigende werking. Ze bevatten veel vocht, vitamines, mineralen en andere belangrijke stoffen die in een nauwe samenwerking allerlei innerlijke processen verzorgen, zoals het uitscheiden van afvalstoffen. Naast het eten van groenten en fruit is het gezond en lekker om dagelijks één of twee glazen sap te drinken. Het voordeel van sap is dat het snel opgenomen wordt omdat de meeste vezels eruit zijn. Dit kan ook een nadeel zijn. In fruitsappen zitten veel snel opneembare suikers waarvan je bloedglucose heftig kan gaan schommelen. Wanneer je daar last van hebt, is het goed

om fruitsappen met groentesappen te mengen. Ben je gevoelig voor gisting, een opgeblazen gevoel in je buik, leg dan de nadruk op groentesap of nuttig alleen groentesappen. Sappen werken verkoelend op ons lichaam. Toch is het fijn om ook in de winter en het vroege voorjaar sap te drinken. Kies voor wintergroenten zoals wortelen en rode bieten. Sap van deze groenten werkt minder verkoelend omdat ze als wintergroenten ook een verwarmende kwaliteit hebben. Wanneer je zelf perst, kun je bijvoorbeeld ook paksoi, een stukje koolraap, knolselderij of pompoen gebruiken. In rauwe pompoen en kolen zit veel vitamine C. Je kunt ook extra verwarmende ingrediënten aan het sap toevoegen. Pers een stukje gember mee. Of je kunt koriander-, komijn- of karwijzaad roosteren, malen in een vijzel en een theelepeltje per glas toevoegen. Dit laatste kun je ook aan gekochte sappen toevoegen.

Sapvasten

Het voorjaar is een goede tijd om een sapkuur te doen. Na de zwaardere wintermaaltijden kunnen we ons lichaam intensief reinigen om in de lente vitaal en met een opgeruimd gevoel weer in beweging te komen. Drink tot drie liter per dag, waarvan niet meer dan de helft aan fruit- en groentesappen. Vul dit aan met kruidenthee en ongezoeten groentebouillon. Bouw het eten in twee dagen af door te minderen in granen, eiwitten en vet, en juist meer fruit en rauwkost te eten. Eet dan twee of drie dagen niet en bouw de maaltijden dan weer langzaam op. Zorg altijd voor lichte beweging, een wandelingetje in de buitenlucht bijvoorbeeld. En verdiep je

er van tevoren in. Er is veel over vasten geschreven. Wanneer je langer wilt vasten of je hebt gezondheidsklachten, raad ik je aan om je door een deskundige te laten begeleiden. Zelf vind ik het prettiger om af en toe of met een regelmaat tot één keer per week een sapvastendag te houden. Dit kan het hele jaar door. Een dag voor mezelf, in stilte, om uit te rusten en dat te doen waar ik zin in heb of steeds maar niet aan toe kom.

Demeter sappen

Wanneer je Demeter sappen koopt, kun je kiezen uit verschillende kwaliteiten. Ik vroeg me af welke verschillen er zijn tussen de sappen van LunaeTerra en die van Warmonderhof. LunaeTerra is een merk van Natudis (Wessanen Benelux) met een groot assortiment aan sappen die in bijna alle natuurwinkels te koop zijn. Irina Pasecinic, Brand Manager LunaeTerra, legt uit dat het fruit en de groenten van verschillende biologische-dynamische telers in een groot professioneel persbedrijf tot sap worden verwerkt. De ingrediënten worden vers geperst, dus ze zijn niet eerst ingevroren of lang in de koeling bewaard. Bij de gemengde sappen, zoals bosvruchtensap, staan de onderlinge verhoudingen per ingrediënt vast. "Toch smaakt ons sap – net als bij wijn – niet altijd hetzelfde. Dat komt onder meer door de bodemgesteldheid en het weer. Elk jaar geeft een unieke smaak. Dat willen we de mensen laten proeven", vertelt Irina Pasecinic.

Zelf hecht ik er waarde aan dat de grondstoffen van een product van één bedrijf komen. De bedrijfsindividualiteit die op een Demeter boerderij hoog in het vaandel staat, is dan



Een slowjuicer perst groente en fruit fijn op een manier die op kauwen lijkt

terug te vinden in het product. Wil Sturkenboom is fruitteiler op Warmonderhof en zijn buurman perst zijn fruit tot sap. Ik vroeg hem naar de specifieke kwaliteit. Wil: "Het gaat vooral om de smaak en die hangt af van twee dingen: het moment waarop je het fruit perst en de smaakmelange van de verschillende fruitrassen. Direct na de oogst, vroeg in het seizoen, is het sap het lekkerst. Ik proef dat en mijn medewerkers proeven dat, maar ik krijg nooit klachten van mijn klanten wanneer we later in het seizoen persen. Er zijn verschillende praktische redenen om dit toch te doen. Komende week gaan we peren-bes-

sensap maken. De aalbessen komen uit een vrieshuis. Na het persen gaan we proeven, samen met de sapmeester en de studenten. We mengen het peren- en bessensap totdat wij het het lekkerst vinden. Dat komt meestal uit op ongeveer 23 procent bessensap. Dan nemen we 1 procent minder bessensap omdat we denken dat onze klanten van iets zoeter houden. Dat is de kwaliteit van ons sap, dat we steeds wanneer we persen opnieuw proeven en de beste melange proberen te maken."

Wat gebeurt er met de licht- en levenskrachten in de bessen tijdens het invriezen? Wil: "Ik kies er voor om peren met bes-

sen te mengen omdat ik dat een hele lekkere combinatie vind. De bessen zijn in de zomer rijp, een paar maanden eerder dan de peren. Ik zou de bessen meteen kunnen persen en pasteuriseren. Wanneer we dan later de peren persen en het bessensap toevoegen, moet het sap opnieuw verhit worden. Daar verlies je, volgens mij, meer krachten mee dan met invriezen. Bovendien wanneer aalbessen in de vriezer hebben gelegen, laten ze makkelijker hun smaak los. Ik heb een keer per ongeluk bessen een jaar in de vriezer laten liggen, vreemd genoeg was dit mijn lekkerste sap."

Zelf persen

Wanneer je zelf je sap perst, heb je alle vrijheid om groenten, fruit en kruiden naar keuze

te gebruiken. Het is echt vers en niet verhit tijdens pasteurisatie. Dit verhittingsproces zorgt voor verlies van enzymen, vitamines en smaak. Er zijn verschillende machines die groenten en fruit kunnen persen. Je kunt kiezen voor een sapcentrifuge, slowjuicer of blender. Een sapcentrifuge heeft een scherpe rasp die op hoge snelheid ronddraait, tot 20 duizend toeren per minuut. Het nadeel van dit proces is dat er een enorme wrijving ontstaat waarbij warmte vrijkomt. Er komt ook veel lucht in het sap terecht. Door oxidatie (binding met zuurstof) gaan voedingsstoffen als enzymen verloren. Een slowjuicer doet het kalmer aan en draait op ongeveer 90 toeren per minuut. Groenten en fruit worden door één of twee 'maalschroeven' gedrukt. Dit is een natuurlijker proces dat lijkt op kauwen. Hierbij komt minder warmte vrij en er komt minder zuurstof in het sap.

Wanneer je voornamelijk fruit en zachte of sappige groenten zoals avocado en tomaat wilt gebruiken, kun je met een blender een dik sap maken: een smoothie. Een blender snijdt met evenveel geweld als een sapcentrifuge de ingrediënten tot moes. Het voordeel van deze machine is dat er niets wordt uitgezeefd, ook de vezels blijven behouden. Maar hiermee kun je van wortel- en bladgroenten geen sap maken, zonder er zelf een vloeistof aan toe te voegen.

Zelf ben ik enthousiast over de slowjuicer. De techniek staat me aan. Ik denk dat op deze manier de licht- en levenskrachten het best behouden blijven. Harde wortelgroenten, bladgroenten en zachte vruchten kunnen worden geperst tot sap. Je kunt het sap in een glazen fles schenken en afgesloten een

paar dagen in de koelkast bewaren. Het beste is het sap meteen te drinken. Omdat de groenten en het fruit uit hun samenhang zijn gehaald, gaan er ook met deze techniek voedingsstoffen en -krachten verloren onder invloed van licht en zuurstof.

Zelf broodbeleg maken

Met een slowjuicer kun je van groente en fruit lekker broodbeleg maken omdat je met deze machine ook kunt pureren. Er is een groot assortiment aan smeersels in de natuurvoedingswinkel, maar er zit vaak iets in wat ik liever niet wil zoals suiker, gist, azijn of raapzaadolie. Of ze zijn net zo eiwitrijk als kaas en vlees. Wanneer je zelf smeersels

maakt, kun je groenten of fruit als basis kiezen. Gekookt of rauw, gemengd met gekookte peulvruchten, geroosterde zonnebloempitten of net gekraakte walnoten en allerlei verse of gedroogde kruiden. Je kunt het smeersel smeüiger maken met shoyu of een olie. Wanneer je de puree stevig houdt, kun je er balletjes van maken om zo te eten. Per ingrediënt kun je kiezen of je het gepureerd of fijn gehakt, rauw, gekookt of geroosterd wilt verwerken. Gebakken uien zijn bijvoorbeeld een heerlijke smaakmaker. Alles kun je zelf kiezen, ook de verhoudingen. Je kunt deze smeersels afgesloten in de koelkast twee à drie dagen bewaren. Wanneer ik samen met anderen zulke smeersels maak, voel ik mij

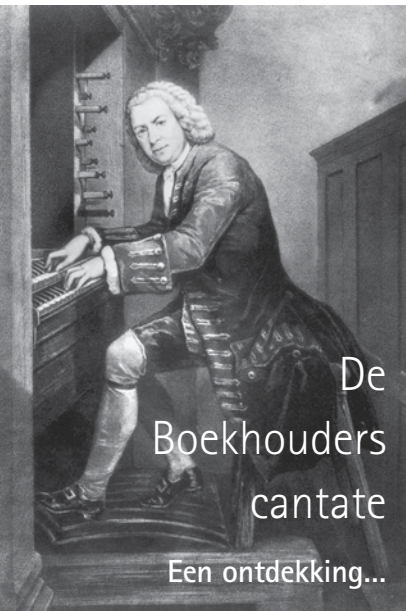
verbonden met hen, de ingrediënten en mijn eigen scheppingskracht. Er ontstaat een ingetogen sfeer, bewust van de vele krachten die er zijn en de vele mogelijkheden die in je eigen handen liggen. ☺

Kookworkshop

Ilse Beurskens-van den Bosch geeft op zaterdag 20 april een kookworkshop in Heerhugowaard waarin zij vertelt over het zuur-base-evenwicht in je lichaam en welke invloed voeding hierop heeft. Een aantal recepten gaan we met de slowjuicer maken. Voor meer informatie: contact@voedsaam.nl of 072-5644752.



Dynamisch Perspectief



De aanleiding was de recente verschijning van het boek over BD-pioniers *De Aarde zal weer vruchtbaar zijn*. En het gaat om Johann Sebastian Bach. In *De Aarde zal weer vruchtbaar zijn* wordt beschreven hoe in 1943 het BD-lied is ontstaan: '...Wie doet er mee met de BDV, de biobiobiolo dinamica...' Hét BD-lied is gemaakt op de melodie van Bach's Bauerncantate (BWV 212). Die Bauerncantate was eigenlijk een niemendalletje van hem. De boerse

plattelandsbevolking uit zijn tijd wordt er licht in bespot - een soort 17e-eeuws cabaretliedje. De Bauerncantate is één van Bach's weinige wereldlijke cantates. Hij componeerde indrukwekkend veel meer cantates, het merendeel voor in de kerk. Tussen die kerkelijke cantates heb ik BWV 168 ontdekt, met als titel: 'Tue Rechnung! Donnerwort' Tot mijn verbazing worden in die cantate Kapitaal, Rente en Schuld bezongen, maar dan in het Duits. Met een knipoog naar de Bauerncantate zou ik deze cantate de 'Boekhouderscantate' willen noemen. Maar dat doet geen recht aan de ernst van de tekst. Een citaat:

'Es ist nur fremdes Gut
Was ich in diesem Leben habe;
...(es) ist meines Gottes Gabe,
Es ist mir zum Verwalten
Und treulich damit hauszuhalten
Von hohen Händen anvertraut...' *)

Ik moest hierbij sterk denken aan Marie Tak van Poortvliet. Zij gaf

zich in 1926 al rekenschap van de rol van kapitaal op 'haar' Loverendale. Toen al zocht ze naar gezonde eigendomsverhoudingen. Veel BD-initiatieven hebben dat later ook gedaan: pergola, grondbeheersstichtingen, coöperaties, associaties, consumentenverenigingen, commanditaire vennootschappen. Sterker nog: het wordt in onze dagen des te duidelijker, dat een gezonde landbouw alleen kan floreren in overeenkomstige gezonde economische (geld-)structuren. Met als inspiratiebron de sociale driegeleding.

Het lijkt mij daarom aan de tijd dat er - als aanvulling op de Bauerncantate - op de melodie van deze 'Boekhouderscantate' nóg een BD-lied wordt gemaakt. Maar dan meer met sociale driegeledingskarakter. Wie pakt de handschoen op? Beluisteren van het origineel kan ik sowieso van harte aanbevelen, bijv. op www.youtube.com/watch?v=fHEyEklVzI8.

Andries Palmboom

*) Een vrijpostige vertaling zou kunnen luiden:

*'Het is slechts vreemd vermogen dat ik in dit leven bezit.
Het zijn schenkingen van God.
Ze zijn mij van Hogerhand toevertrouwd
Om er in trouw beheer economie mee te bedrijven!'*

Een vertaling dus, waarin - wederom met een knipoog - eigentijdse driegeledingsbegrippen ten tonele gevoerd worden, zoals 'vreemd vermogen', 'schenken' en 'economie bedrijven'. De originele tekst gaat echter beslist een ernstiger kant op. Sowieso wordt er rentmeesterschap in verwoord. Maar wie de volledige cantatetekst tot zich neemt, ontmoet in de boekhoudersmetafoor wel degelijk een nog diepere/zwaardere christelijke thematiek: de strenge afrekening (kassabon?!) van onze wereldse daden aan de hemelpoort ... het moment dat de balans (!) wordt opgemaakt.

Op weg naar een fijnzinnige landbouw



Jan Schrijver en John van der Rest. Met bijdragen van Herman Wijffels, Jan Diek van Mansvelt, Machteld Huber, Jan Graafland, Frank Niemeijer, Wido Jonges en Udo Prins, 2012, 120 pag, Ankh Hermes, € 19,95

Tekst: Wim Goris

Een vlot ogend boek van het koppel Schrijver (die tuinder is op De Lepelaar) en Van der Rest (die schrijver is). In 1971 begon Jan Schrijver met 1 hectare op De Lepelaar, Warmenhuizen, West-Friesland. Veertig jaar later hebben ze vijftig hectare in beheer. We zien zomerse foto's van het gezin Schrijver en het land van De Lepelaar. Foto's van veldbloemen en veel zomerwortelen.

Bij Jan ontstaat de behoefte om op stap te gaan langs een

aantal experts om de betekenis van BD voor de samenleving te onderzoeken: economen, een gezondheidsdeskundige, een bodemkundige en mensen met een toekomstvisie. Op pag. 118 vertelt hij dat hij, verrijkt met nieuwe inzichten, de eindbestemming van zijn reis heeft bereikt. Met de uitkomsten van bodemonderzoek, analyses en vergelijkend onderzoek begint een actieve uitwisseling van kennis, ervaring en inzichten van de BD met de reguliere landbouw en wetenschap. De identiteit van de landbouw moet weer voorop staan. Een inspirerende werkomgeving voor jonge mensen is van belang en het telen van producten met een hoge voedingskwaliteit die een bijdrage leveren aan de gezond-

heid van de mensen. Het zorgen voor identiteit, integriteit en vitaliteit, dat ziet Jan als de drie pijlers onder een gezonde landbouw. Er is geen lijst van recepten. Er is wel een schat aan ervaring, aan inspiratie, aan kennis en aan vragen.

Jan pleit voor een mate van exactheid 'om de fijnzinnigheid te aarden'. Met de fijnzinnigheid in de titel bedoelt Jan: 'Het actief gebruiken van al je zintuigen en een zekere drang tot ontdekken' - dat is biologisch-dynamisch boeren. Ik vind dat misschien het meest aantrekkelijke van dit boek.

BD is meer dan een methode, zegt Jan Diek van Mansvelt. Het gaat om het bewust samenleven met het wezen van je bedrijf, de samenwerking van je hele zelf met de natuur. Dit geeft Jan de gelegenheid om uit te leggen hoe hij in het leven en in het werken met de natuur staat. Ook in de volgende gesprekken valt mij op dat er weinig sprake is van onderzoekende vragen en moeizaam zoekende antwoorden. Ik lees geïnspireerde uitspraken, waar vrager Jan en zijn gasten niet voor elkaar onder doen. Zo komt veel interessante

informatie en visie op tafel, maar de gesprekken lijken soms overgeredigeerd.

Wido Jonges geeft voor Demeter marketingadviezen. In de marketingcommunicatie is de actieve uitwisseling van Demeter met reguliere merkproducten gewoon een feit. Daar moet Demeter zich scherp profileren. Voor Frank Niemeijer van Estafette Odin BV heeft de praktijk van het organiseren van land naar keuken de eerste prioriteit. Hun economische benadering draait om solidariteit en het bouwen aan consumentenvertrouwen. Machteld Huber argumenteert dat gezonde BD-voeding een bijdrage levert aan de veerkracht. Het inzicht daagt dat we minder moeten eten, maar dan wel van zeer goede kwaliteit. Zij gaat ook in op de werking van de preparaten. Udo Prins, eveneens van het Louis Bolk Instituut, is bezorgd over de afname van de levende bodemvruchtbaarheid. Jan Graafland van Weleda vindt de krachtenwerking vanuit de hemel net zo belangrijk. Hij levert prachtige beelden over het 'miljoenen jaren onophoudelijk herhaald voorbijrazen van de planeten' en

Dynamisch Perspectief

hoe de BD-boer de bodem verrijkt en vruchtbaar achterlaat. Tenslotte vraagt Jan aan Herman Wijffels hoe deze zorgzame landbouwvorm op grote schaal georganiseerd kan worden. Niet door de lineair georganiseerde industriële landbouw, maar rekening houdend met de gezond-

heid van de hele natuur. Het is tijd dat de bio-sector zich opent om de inzichten te delen met gangbare collega's, de overheid en de consument. Hierbij kan de biodynamische landbouw fungeren als bron van inspiratie. Lezen, mensen! En herlezen! Er staat heel veel in dit boek.

Vul nu de bio-enquête in!

De Europese Commissie is gestart met een online raadpleging gericht op alle burgers die geïnteresseerd zijn in de biologische productie in Europa. De uitkomsten van de enquête zullen gebruikt worden bij de reflectie op de aanpassing van de bio-regelgeving. De nieuwe voorstellen worden eind dit jaar versucht. De enquête kan tot woensdag 10 april worden ingevuld.

Ook uw stem is belangrijk! Het kost ongeveer 15 minuten. U vindt de enquête via www.BDVERENIGING.NL/BIO-EU.PHP



Ik bedank u namens alle biologisch-dynamische boeren, Isabel Duiniveld, BD-tuinder op de Eemstuin in Uithuizermeeden



Seminar vormkrachten waarnemen

In mei is er opnieuw mogelijkheid om kennis te maken met de methode van vormkrachtenonderzoek, zoals die door Dorian Schmidt is ontwikkeld. Deze methode is gebaseerd op aanwijzingen van Rudolf Steiner, met name uit zijn werken *Voorbij de grenzen van de natuurwetenschap* en *Filosofie van de vrijheid*. Doel van het seminar is om stap voor stap, aan de hand van oefeningen, tot eigen waarneming van vorm-

krachten (etherkrachten) te komen. De voertaal is Duits. Datum: 22 mei 14 uur tot 25 mei 14 uur. Plaats: Oostraven, Oost Ravenweg 5, 8162 PJ Epe. Prijs: € 350 (seminar en volledig pension, zelf lakens meebrengen).

Aanmelden via: groengraaf@gmail.com. Info: Gineke de Graaf, groengraaf@gmail.com, 013 7610308 of 06.365.81.305; Frans Romeijn, fromeijn@planet.nl, 06.487.28.505

5 miljoen voor innovatie

De komende vier jaar is er jaarlijks 5 miljoen euro extra beschikbaar voor onderzoeksprojecten in de biologische sector. De Tweede Kamer heeft dit 30 januari besloten nadat Henk van Gerven, Tweede-Kamerlid van de SP, een amendement had ingediend voor het aanpassen van de landbouwbegroting. Bavo van den IJssert, directeur Bionext, reageert zeer verheugd over dit besluit: "Dit is een enorme stimulans voor de brede innovatie- en verduurzamingsagenda die door biologische boeren, tuinders en bedrijven in de praktijk wordt gebracht. Al jarenlang loopt de biologische sector voorop als het gaat om dierenwelzijn,

milieuvriendelijke onkruidbeheersing, het stimuleren van bodemvruchtbaarheid en biodiversiteit et cetera. Kunstgrepen zoals het gebruik van kunstmest en chemische gewasbeschermingsmiddelen zijn niet toegestaan en dat leidt tot creatieve, duurzame oplossingen. De voorhoede van de reguliere landbouwsector heeft daar al heel wat graantjes van kunnen meepikken. Kennelijk wordt dit gezien en gewaardeerd door de Tweede Kamer en daar zijn we ontzettend blij mee. De biologische sector is zeer ambitieus en krijgt nu de mogelijkheid om met nog meer power verder te innoveren."



Frans Romeijn organiseert in Den Haag drie dagen om kennis te maken met de BD-preparaten en hun achtergronden. Deelnemers gaan roeren en uitbrengen over bodem of gewas, of in de composthoop aanbrengen. Ook maken we een begin met het waarnemen van de werking ervan. Wie zelf een glazen potje met deksel meebrengt kan wat van het preparaat meenemen voor in

de eigen tuin. Het zijn drie zaterdagdagen van 10 tot 12.30 uur en van 13.30 tot 16 uur. Op 20 apr: koemestpreparaat 500. Op 10 aug: kiezelpreparaat 501. Op 24 aug: de compostpreparaten. Deelname aan afzonderlijke dagen is mogelijk. Kosten: €25 per dag.

Aanmelden: Frans Romeijn: 06.487.28.505 of fromeijn@planet.nl. Info: www.stichtings-peelruimte.nl

Snoeicursussen

Sinds 1975 geeft Joke van den Ban les in (biologisch-dynamische) fruitteelt. Ze begon als docent op Warmonderhof en heeft nu haar eigen bedrijf, Mappelle. Ze verzorgt allerlei cursussen, heeft twee hoogstamboomgaarden in beheer en verkoopt sap en stroop. Samen

met Jan Freriks, de specialist in Nederland op dit gebied, verzorgt ze vanaf 28 febr tot 15 aug (5 donderdagen) de cursus 'Teelt en snoei van leifruit' in Zoelen. In de cursus 'Vruchten telen met bezieling' met Yvonne Kruseman komt ook de kunstzinnige kant aan bod

(vanaf 2 maart in Langbroek, 3 dagen). Op 17 april is in de mooie, ommuurde tuin van Slot Zuilen een cursusdag over leifruit voor gevorderden.

Info: www.mappelle.nl of info@mappelle.nl.



Dynamisch Perspectief

Kringlooplandbouw

Vernieuwende perspectieven voor landbouw en voeding, dat was het thema van een studiedag op 21 december in Wageningen. Deze 'Landjuweel'-dag was georganiseerd door de Quadropool Academie, een deelnetswerk binnen het Netwerk voor Vitale Landbouw en Voeding, met veehouderijonderzoeker Jaap van Bruchem als drijvende kracht. Het netwerk is gericht op kennisuitwisseling op het ge-

bied van kringlooplandbouw en gezonde voeding. Boeren (biologisch en gangbaar), burgers, onderzoekers en andere landbouwdeskundigen doen eraan mee. Professor Edith Lammerts van Bueren vertelde over het werk van de Wetenschappelijke Raad voor Integrale Landbouw en Voeding. Hoewel de onderliggende visie niet afwijkt van de uitgangspunten van de biologische landbouw, positioneert

deze raad zich onafhankelijk van de biologische sector. De belangrijkste taak die de raad zich stelt is om de samenhang te herstellen tussen de losse schakels in de keten van voedselproductie. Duurzame landbouw en gezonde voeding horen bij elkaar en moeten in een ecologische en sociale context worden geplaatst. Veearts Maria Groot vertelde dat het tegenwoordig 'normaal' is

dat 25% van de koeien mastitis heeft in Nederland en dat 50-80 % van de koeien klauwproblemen heeft. Een boer wordt beïnvloed door zijn omgeving, de bank, de voerleverancier, de stallenbouwer en de reclame die hem stimuleren om uit te breiden, meer techniek te gebruiken en zo minder tijd te hebben voor zijn dieren. Het vraagt als boer een dosis 'eigen-wijsheid' om een andere weg te kiezen.

Phileen's column

BROOD VAN EIGEN LAND

Hoe simpel kan het zijn? Ik be- waar een zak tarwe bij de oogst en ik ga zelf brood bakken. Even laten malen en ik kan aan de gang, dacht ik in augustus vorig jaar. De professionele molenaar, waar ik aanklopte, wilde het niet malen. Teveel gedoe voor één zakje tarwe (30 kg), vond hij. Maar via google ontdekte ik de opleidingsmolen Kijkduin in Schoorl. En die mannen waren juist weer blij met wat oefengraan. Ik moest de tarwe wel geschoond aanleveren. Bij het graanopslagbedrijf kunnen

ze containers tegelijk schonen, maar voor één zak bestond geen machine. Er zat niets anders op dan zelf te schonen. Het was in het begin tegenopzienerig werk maar al doende bleek het heel rustgevend om strootjes en onkruidenzaden uit het graan te halen. Na een maand was het klaar. Het kon gemalen worden. De molen van Schoorl draait echter alleen op zaterdag. Daardoor duurde het tot begin november voordat er voldoende wind was om te malen. Geweldig, een volle zak zui-

ver volkorenmeel. Lekker voor volkorenbrood, maar voor een cake wilde ik wat lichter meel hebben. Navraag leerde dat ik een speciale zeef nodig had om bloem en zemelen te scheiden. Marktplaats leverde geen hits voor zo'n 'buiil'. Toeval of niet; een paar weken later kwamen we in de binnenlanden van Portugal zo'n tarwezeef tegen. Tot slot wilde ik zuurdesem gaan bakken. Met de jeugdherinnering van mijn moeder, een aantal leerzame mislukkingen en internet, had ik na een tijdje een

papje van meel en water dat begon te borrelen. En toen heb ik het wonder gebakken: een zuurdesembrood met alleen maar graan van eigen land, water en zout. Het was een heel project om van onze eigen tarwe een broodje te bakken. Anno 2013 zijn dit soort 'oude vaardigheden' niet meer paraat. Maar met eigentijds netwerken, googlen en swipen kom je er ook. ☺

Phileen Meertens heeft met haar man een biologisch-dynamisch akkerbouwbedrijf in Hensbroek.



(Foto: Dick Boschloo)

Melkveehouder Paul Blokker is zo'n eigenwijze boer die steeds minder kunstmest en krachtvoering gebruiken. De gezondheid van zijn koeien nam enorm toe. Hij vertelde dat hij steeds meer oog kreeg voor het belang van een gezonde bodem. De ver-

plichte mestinjectie is hem een doorn in het oog, omdat het bodemleven er kapot aan gaat. Dat leidt onder meer tot een gebrek aan sporenelementen in de bodem en dus ook in de voeding. Door het gebrek aan deze onmisbare mineralen gaan mensen

meer eten en daardoor worden ze te dik.

Ook biologisch melkveehouder Jan Dirk van der Voort ziet een relatie tussen de kwaliteit van de bodem en de kwaliteit van zijn kaas. Hij is continu op zoek naar de juiste balans op het be-

drijf Remeker. Dat vraagt heel veel waarnemen: de dieren zijn een spiegel, de mest is een spiegel en de kruiden in het grasland zijn een spiegel. Sinds hij de hoorns op de koeien laat staan, zijn de dieren gezonder. Hoorns vormen volgens hem een mineralendepot en dragen bij aan een betere stofwisseling.

Het gehele verslag van deze Landjuweelstag staat op www.gaiasira.nl onder kennisontwikkeling.

Film over mestinjectie

In de film 'De kleine oorlog van boer Kok' uit 2009, gemaakt door Karen Kuiper en Huib Schoonhoven, strijdt de familie Kok tegen de mestregels tot in de rechtbank aan toe. Ze willen geen mest injecteren in hun biologisch-dynamische weide, omdat dat bijzonder schadelijk is voor de wei, het bodemleven en de structuur van de grond. In een nieuwe korte film is te zien dat de familie Kok mee mag doen aan een experiment

'Bovengronds mest uitrijden'. De proef is nu echter stopgezet en alle boeren moeten weer verplicht mest injecteren. Onlangs echter bleek uit onderzoek van Ciska Nienhuis en Egbert Lantinga van Wageningen UR dat het voordeel van de mestinjectie – het verminderen van ammoniakemissie in de lucht – veel kleiner is dan tot nu toe werd aangenomen. Kuiper en Schoonhoven laten in hun nieuwe film zien, hoe door



de jaren heen verschillende onderzoekers hierop hebben gewezen, maar zij worden telkens genegeerd. Bekijk de film op youtube, via de zoekterm 'Onderzoeken ammoniakemis-

sie van uitgereden drijfmest'. De Vereniging tot Behoud van Boer en Milieu lobbyt al jaren in Den Haag voor afschaffing van de verplichte mestinjectie, zie www.vbbm.nu.



De makers van de film *The real dirt on farmer John* en *Queen of the sun; what are the bees telling us?* werken aan de productie van een nieuwe film: *SEED: the untold story*. Zij willen enkele inspirerende voorbeelden in beeld brengen van mensen die zich inzetten voor het behoud van diversiteit van zaadgoed. Dat

is van het grootste belang nu enkele multinationals een groot deel van de zaadmarkt beheersen met patenten op rassen of raseigenschappen en genetisch gemanipuleerde zaden. De film is gefinancierd via crowdfunding via sociale netwerken. Binnen vier weken haalden de filmmakers de benodigde 77.000 dollar

op (ca. 57.000 euro). Over ongeveer een jaar verschijnt de film. Een trailer is te zien op youtube.



Boer(in) gezocht

Instituut voor mensen met speciale zorg, Marjatta in DK, zoekt een BD/B boer(in) per 1/4/2013. Het bedrijf is 22 ha groot met melkvee. De

productie en het zorgwerk hebben beide een centrale rol. Ben je geïnteresseerd? Stuur dan snel je Email naar: [gartneri-vidarslund@](mailto:gartneri-vidarslund@marjatta.dk)

marjatta.dk, dan sturen wij meteen de volledige vacature terug. Zie ook www.marjatta.dk. Tot mails!

>> zie elders in dit nummer

Vanaf 25 febr

It's food stupid

Ecominds en het Centrum voor Landbouw en Milieu organiseren ism De Rode Hoed een nieuwe, zedelijke debatreeks over De impact van voedselproductie op ecologie, energie, ontwikkeling en gezondheid. De zes debatten olv Felix Rotenberg vinden plaats van eind febr tot eind april. Kosten: €12. Info: www.derodehoed.nl

Vanaf 28 febr >>

Snoeicursussen

Met Joke van den Ban in de Beutwe, zie pag 29

27 febr en 13 mrt >>

Winterconferentie

In Merksplas en Dronten, zie pag 10

8-10 mrt >>

Jongerenweekend

Bij vier zorgboerderijen in Gelderland, zie pag 8

9 maart

Landelijke BD-imkerdag

Ieder jaar ontmoeten ruim 150 imkers elkaar in Zeist. Dit jaar is het thema: 'Waar halen ze het vandaan ... zaai goed?' Met lezingen over zaigoed,

Agenda

bloeiend landschap, kunstproject 'zwerm-kunst-reis' en het bijenjaar in een ongedeelde kast. De film 'Een handvol bijen' wordt vertoond. Allerlei bijen- en imkerproducten en -boeken zijn te koop. Info en aanmelding: www.bdimkers.nl

9 maart

Koeien schilderen

Schilder het wezen(lijke) van de koe wei of stal bij De Vijfsprong in Vorden. Tijd: van 11-16 uur. Kosten: € 65. Zie www.bdpluktuin.nl

Vanaf 9 mrt-21 sept

Cursus eetbare wilde planten

Vijf ochtenden (ook apart te bezoeken) over plukken, bewaren, bereiden en eten van wilde planten en over de geneeskrachtige en reinigende waarde ervan. Met Laurette van Slobbe. Zie www.hofvantwello.nl

13 maart

Imkeren met kosmische ritmes

Lezing door imker Kees Dekker en dynamisch tuinder Guurtje Kieft, 19 uur, Kraaybeekhof. Zie www.debijentuin.nl

18 mrt, 15 apr, 13 mei

Cursus Warenkennis

De Groene Kookacademie organiseert de DKW-cursus. Medewerkers van natuurvoedingswinkels kunnen hier kennis over droge kruidenierswaren bijspijkeren of opdoen. Plaats: Zeist. Kosten: €650. Info: www.groenekookacademie.nl, 06.156.57.684

21 maart

Meeloopdag Warmonderhof

Wie interesse heeft in de dagopleiding of de deeltijdopleidingen van Warmonderhof kan een dag meelopen om de sfeer te proeven. Info: www.warmonderhof.nl. Aanmelden: warmonderhof@groenhorst.nl

Vanaf 23 mrt

BD-imker cursus

Bijenteelt op biologisch-dynamische grondslag met 3 theoriedagen, 6 dagdelen praktijk en een themadag. Plaats: Wageningen/Renkum. Kosten: €300. Info: www.bdimkers.nl of Wim van Grasstek, 06.455.45.084

25-26 mrt >>

Werkconferentie BD-Vereniging

'Welke volgende stap zou jij willen zetten?' Zie pag 11

20 april >>

Kookworkshop

Met Ilse Beurskens-van den Bosch in Heerhugowaard, zie pag 25

20 apr, 10,24 aug >>

Preparaten maken

Met Frans Romeijn in Den Haag, zie pag 29

24,25,27 april

Dag van de stadslandbouw

24 april is er een excursie in regio Rotterdam, de 25ste een congres en de 27ste een publieksdag met activiteiten op het gebied van stadslandbouw door het land. Stadslandbouwprojecten kunnen zich hiervoor aanmelden. Zie www.dagvandestadslandbouw.nl

15-17 mei >>

Convivium Philosophicum

Met Eelco Schaap in Portugal, zie pag 15

19-24 mei 2013 >>

Convivium Pan & Demeter

Met Jan Jansen en Eelco Schaap in Portugal, zie pag 15

22-25 mei >>

Seminar Vormkrachten

Met Dorian Schmidt in Epe, zie pag 28

22 en 23 juni

Lekker naar de boer dagen

De jaarlijkse landelijke open dagen bij biologische boerderijen. Zet alvast in uw agenda! www.lekkernaardeboer.nl

3-9 aug

Angel Art Festival

Jaarlijks vindt in augustus het Angel Art Festival plaats. Een kleinschalig professioneel, internationaal zomerfestival met o.a. locatietheater, performances en dans, comedy en muziek, www.angelfestival.com

vanaf sept

International Course

Vanaf september start op Warmonderhof de International Course in Biodynamic Farm Management. Zie www.warmonderhof.nl



Ik ben actief
voor de BD-Vereniging

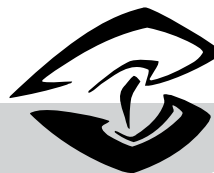
Ruud Hendriks, 53 jaar, woont in Achlum, werkt als docent en teamleider op Warmonderhof

Vereniging: voor de Biovak kocht ik tuinschermen in, regelde fruitpalen bij boer Johan, leende de toneelverlichting van de Hofzaal en vroeg andere mensen voor het transport. Daarmee richtte ik het BD-Demeterplein op de Biovak in. Als bestuurslid van de vereniging werkte ik aan verschillende projecten.

Gebeurtenis: Door de val van het kabinet bleef de mogelijkheid voor deeltijdopleidingen bestaan. BD-Landbouw zit nu met 48 eerstejaars in twee groepen extra vol.

Enthousiast: Hoe kan kwaliteit zich aan materie hechten? Werkt goede voeding mee aan het scheppen van vertrouwen, het terugdringen van de angstcultuur? In de biologisch-dynamische landbouw kun je elke vraag stellen.

Ook actief zijn in de BD-Vereniging?
Bel of mail 0321 315937
info@bdvereniging.nl



Vereniging voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding

DYNAMISCH PERSPECTIEF
2013 - februari - nr 1

Dynamisch Perspectief is het ledenblad van de BD-Vereniging en verschijnt 5x per jaar. ISSN 1389-7438.

Voor vragen over lidmaatschap of over het opsturen van Dynamisch Perspectief, bel het bureau: 0321-315937

Redactie Ellen Winkel (hoofdredacteur), Luc Ambagts, Andries Palmboom, Wim Goris, Gineke de Graaf.

Sluitingsdatum kopij 5 maart, agendaberichten tot 1 april. DP2013-2 verschijnt 27 april. Graag vooraf overleg via ellen@schrijfwinkel.nl of tel 0858-771175. De redactie houdt zich het recht voor stukken in te korten, te bewerken of te weigeren.

Copyright BD-Vereniging. Overname van artikelen alleen met voorafgaande toestemming van de redactie.

Coverfoto De kas van 't Leeuwerviksveld. Foto: Andries Palmboom

Vormgeving Fingerprint, Witzenhuisen DE, Gerda Peters

Druk Meerpaal Grafimedia, Tiel

Wisentweg 12
8251 PC Dronten
telefoon 0321 315937
fax 0321 315938
info@bdvereniging.nl
www.bdvereniging.nl

De BD-Vereniging werkt aan de ontwikkeling van de biologisch-dynamische landbouw en voeding door ontmoetingen, scholing, onderzoek en publicaties. Ze werkt samen met o.a. Stichting Demeter, Stichting Grondbeheer BD-landbouw, Stichting Warmonderhof en de Antroposofische Vereniging in Nederland.

Bestuur Albert de Vries (voorzitter), Ruud Hendriks, Marijke Preller, Isabel Duiniveld

Medewerkers bureau Luc Ambagts (beleidsmedewerker), Bram Gordijn (secretariaat en boekhouding)

BD-beroepsontwikkeling Beroepsleden die belangstelling hebben voor intervisie, coaching, bedrijfsbezoeken of themagroepen kunnen contact opnemen met Luc Ambagts op het bureau.

Preparatenwerkgroep De preparatenwerkgroep begeleidt het maken van de biologisch-dynamische preparaten. Via de website zijn preparaten en materialen daarvoor te bestellen: www.bdvereniging.nl. Preparatenwerkgroep p/a

Stichting De Wederkerigheid, Hoofdstraat 22, 3972 LA Driebergen, 06-47235401 (voicemail), preparaten@bdvereniging.nl.

BD-jong Activiteiten voor en door jongeren t/m 33 jaar. Voor info, neem contact op met Marijke Preller: bd-jong@bdvereniging.nl

Lidmaatschap € 40,- per jaar Jongerenlid (t/m 23 jaar): € 20,- per jaar. Beroepslid: € 200,- per jaar. Gekoppeld beroepslid: € 40,- per jaar (voor volgende beroepsleden van hetzelfde bedrijf). Een lidmaatschap wordt jaarlijks stilzwijgend verlengd, tenzij u vóór 1 december van het lopende jaar heeft opgezegd. Aanmelden als lid kan via het bureau of via de website www.bdvereniging.nl. Bankrekening voor contributie 147485 tnv Ver voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding, IBAN: NL 04 INGB 0000 147485, BIC: INGBNL2A

Schenken en legaten De inkomsten van de vereniging bestaan uit de contributies van leden. Daarnaast ontvangt ze jaarlijks uw warme giften. De BD-Vereniging is erkend als Algemeen Nut Beoogende Instelling (ANBI). Legaten zijn geheel vrij van successierecht. Schenkingen zijn vrijgesteld van schenkingsrecht. Wilt u meer informatie, belt u dan met het bureau.

Snoeien is als beeldhouwen

Tekst: Arjen Huese (na 11 jaar lesgeven op Emerson College verhuist Arjen in juli terug naar Nederland en gaat aan de slag op Warmonderhof)

Het is 5 januari 2013, de vierde dag van mijn jaarlijkse ronde langs de appelbomen in het dorp. Sommige Engelsen hebben een innige band met hun appelbomen en hechten er groot belang aan dat ze met verstand en gevoel gesnoeid worden. Mevrouw Wykeham-Martyn is erg gesteld op haar Bramley's Seedling, die een prominente plaats inneemt in haar achtertuin.

Ik parkeer mijn bestelbusje met de opvouwbare aluminium ladder, een kistje met Felco's en mijn telescopische snoeischaar op het grint van de oprijlaan. Het gazon onder de Bramley veert mee onder mijn voeten, terwijl ik de vijftig jaar oude boom innerlijk begroet. Ik kijk omhoog en neem hem in me op. Deze appelboom is al zes jaar onder mijn hoede. Het is een van de hoogste bomen waar ik voor zorg, zo'n tien of twaalf meter op het hoogste punt. Aanvankelijk tijdens de vormsnoei heb ik ervoor gezorgd dat er in de boom een mooi gelaagde structuur ontstond.

Ik vouw de ladder uit elkaar, en zet hem tegen de stam. Nu ik een beeld heb van wat er moet gebeuren, klim ik omhoog met de snoeischaar in mijn hand. Eerst maar even wat waterlot wegsnoeien. Verder kijken en invoelen. Snoeien is als beeldhouwen – met het verschil dat er een tijd-factor meespeelt. Wanneer de beeldhouwer klaar is, blijft de sculptuur netjes haar vorm behouden. Maar een appelboom groeit door, dus tijdens het snoeien kijk ik bij iedere tak welke knoppen bloesem geven, en welke voor verdere groei zorgen. Een knip aan het einde van de tak remt de groei een beetje, een knip in het midden resulteert in meer groei, maar mogelijk ook meer kortlot op het voorjarige hout wat dan weer meer bloesem, en dus meer fruit tot gevolg heeft. Het gaat bij volwassen bomen, zoals deze Bramley, om het stimuleren van bloemknoppen en afremmen van groei. Ik snoei op knoppen die naar beneden wijzen, zodat de boom voornamelijk horizontale takken vormt en zodoende bloesem.

Na een paar uur in het kalme ritme van klimmen, beschouwen en knippen, is de boom weer in vorm. Geen grote ingrepen deze keer, het is net nagels knippen. De boom is dankbaar voor de nieuw verschafte lucht en vrijheid en mevrouw Wykeham-Martyn biedt me een kopje thee aan. ☺

Ook een BD juweel insturen? Bel of mail met
Ellen Winkel, tel. 0858-771175.ellen@schrijfwinkel.nl



zuiver @zuivel



Teka Kappers, Zonnehoeve, Zeewolde (Flevoland)



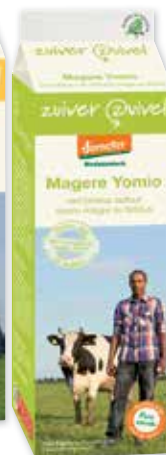
Vertrouwde kwaliteit, nu met Demeter keurmerk!

Bij de bereiding van Zuiver Zuivel Demeter gebruiken we bio-dynamische melk, van koeien die hun hoorns mogen behouden. Zuiver Zuivel chocoladevla en vanillevla zijn vanaf nu Demeter gecertificeerd.

Zuiver Zuivel Yomio is er nu ook in magere variant van Demeter kwaliteit. Uiteraard met de heerlijke milde smaak die u van Yomio gewend bent.

Samen met de natuur, puur van smaak!

Nu ook verkrijgbaar in 0,5 liter



NIEUW!
Magere
Yomio

NIEUW!



www.zuiverzuivel.nl



demeter
100% Biodynamisch