

Dynamisch Perspectief

Ledenblad van de Vereniging voor
Biologisch-Dynamische Landbouw & Voeding

Augustus 2014 / 4



Louis Dolmans oogst natuur en landschap

Ton Baars: 'Alles komt samen'

'De kleine chaos' in het zaad

Graan: letterlijk een 'cultuur'-gewas

Dynamisch Perspectief

redactioneel Zaaien

Een plant maakt zaad en uit zaad groeit een nieuwe plant. Dat is de gewoonste zaak van de wereld en tegelijkertijd is het een wonder. Wat speelt zich af in dat zaad? Tuinder Greet Lambrecht houdt zich bezig met zaadteelt. Ze noemt een citaat uit de Landbouwcursus, over hoe in zaad bestaande structuren oplossen: uit een kleine chaos, waar de omgeving op inwerkt, vormt zich iets nieuws.

Een fascinerend beeld. Het mooie is dat je dit beeld ook in allerlei andere vormen tegenkomt. Zo vertelt Ton Baars over hoe op zijn nieuwe werkplek - de Poolse boerderij Juchowo Farm - al zijn ervaringen samenkomen. Vanuit 'de kleine chaos' die ontstond toen zijn baan als hoogleraar BD-landbouw ophield, kan hij nu zijn inzichten uitzaaien, waaruit weer iets nieuws zal groeien.

Ook bij *ToekomstZaaien!* wordt meer gezaaid dan alleen graan: er wordt nieuw bewustzijn gezaaid. Burgers gaan zich verbonden voelen met de bron van hun voedsel, het zaad. Samen zaaien kan in oktober onder andere bij Louis Dolmans, die oude graanrassen in ere houdt.

In het oerdiët komt graan er overigens niet goed vanaf, terwijl het volgens antroposofische diëtisten juist een bijzondere waarde heeft.

Ellen Winkel, hoofdredacteur,
ellen@schrijfwinkel.nl



- 03 Dynamisch Portret: Doornik Natuurakkers
- 08 BD-Jaardag op De Korenbloem
- 10 BD-Jong: de kracht van domme vragen
- 12 Het ideale boerenbedrijf van...Jesse vanWesten
- 14 Ton Baars: Een carrière in dienst van de levens-samenhangen
- 18 Landbouwcursus als inspiratiebron: Greet Lambrecht
- 20 Coöperaties rukken op
- 22 De oogst van graan is een goud geel feest
- 24 Dynamische Keuken: Granen bekeken vanuit het oerdiët en de antroposofie
- 28 Perspectief
- 32 Agenda
- 34 Colofon en Leden-service
- 35 BD juwelen

Ton Baars: 'Alles komt samen'

14 Landbouwecosystemen
begrijpen en ontwikkelen



'De kleine chaos'

18 De omgeving 'drukt zich af' in het zaad



Graan

24 Letterlijk een 'cultuur'-gewas

'Gemeenschapsboer' Louis Dolmans:

'We richten ons op de
terugkeer van de akkervogels'

'Kijk, hier staat Eeuwige Rogge op de akker, een oud ras dat volgens de overlevering jaar op jaar op dezelfde akker geteeld kan worden', vertelt Louis Dolmans van Doornik Natuurakkers. 'Het Louis Bolk Instituut betwijfelt dat, maar ik heb voor het derde jaar een veelbelovend gewas. Zie je hoe hoog de bolderik ertussen groeit? Zo hoog groeit bolderik niet uit zichzelf. Prachtig toch?' *Tekst en foto's: Andries Palmboom*

Louis Dolmans (64) is de boer en oprichter van Doornik Natuurakkers. Rond het gehucht Doornik, tussen Nijmegen en Arnhem, teelt hij onder Demeter licentie oude graanrassen, zoals Sint Jansrogge, Ebner spelt en Helios tarwe - hoofdzakelijk voor de BioBakker uit Ahaus, net over de Duitse grens. Daarnaast teelt hij lupine (Iris) en diverse oude graanrassen voor vermeerdering van zaadgoed.

Van oorsprong is Louis Dolmans geen boer, maar bedrijfseconoom. Hij heeft als leidinggevende bij de Rekenkamer en bij de provincies Noord-Brabant en Gelderland gewerkt. Hij was zelfstandig adviseur voor de overheid en recent bekleedde hij een periode het wethouderschap in zijn gemeente, Lingewaard. Ook is Doornik Natuurakkers van oorsprong geen boerderij. Het is een stichting die door Louis is opgericht. Doornik Natuurakkers heeft nu 25 hectare in pacht van Staatsbosbeheer en Bureau Beheer Landbouwgronden. Binnenkort groeit het areaal naar 100 hectare.

De hele setting wijkt nogal af van het traditionele begrip van boerderij. Met wat voor boer hebben we hier te maken? Tekent zich hier een nieuw concept van boeren af?

Natuurwaarden oogsten

De graanopbrengst blijkt voor Louis niet het belangrijkste product. Tijdens mijn bezoek gaat het daar nauwelijks over. Des te meer gaat het over traditioneel gevlochten hagen, akkerranden en natte gronden. Louis geniet ervan wat zich daar allemaal afspeelt: planten, bijen, kevertjes en vogels. Met aanstekelijke pretoogjes vertelt hij hoe



feilloos natuurlijke mechanismes ingezet kunnen worden voor een gezonde landbouw. Er is bijvoorbeeld een 'keverbank': een strook met een speciaal grasmengsel middenin de akker dat kevers aantrekt. Die kevers behouden het graan voor teveel belagers. En zo wijst hij mij op tal van bijzonderheden.

Overduidelijk zijn voor Louis de belangrijkste producten: de ontwikkeling van natuurwaarden, biodiversiteit en een betekenisvol landschap.

Louis: "Ik groeide op in het Limburgse dorp Itteren. Daar ademde alles nog de boerengemeenschap. Ik was gek van vogels. Op mijn negende kende ik bij wijze van spreken al *Wat vliegt daar* uit mijn hoofd, toen de standaardgids over vogels. Ik kon niet begrijpen waarom er zoveel heggen moesten verdwijnen vanwege de ruilverkaveling. Eigenlijk wilde ik toen al boer worden. Mijn vader vond echter dat ik moest gaan studeren. Toen werd ik maar econoom."

"Tijdens mijn ambtelijke carrière kwam ik in een andere - technocratische - wereld terecht die ver weg stond van de natuurlijke samenhang die ik in mijn jeugd had ervaren. Let wel: ik heb mijn werk altijd met veel plezier gedaan, maar ik ben ook altijd mijn interesse in de natuur blijven voeden. Ik zat in allerlei natuurorganisaties, zoals vogelwerkgroepen, Vogelbescherming Nederland en Sovon. Lezen deed ik ook. Lezen, lezen, lezen. Het boek *Van de stakkers van de akkers naar de helden van de velden*, geschreven door Olivier Dochy, was (en is) voor mij een grote inspiratiebron. Het gaat over akkervogels en biodiversiteit in relatie tot akkerbouw. Veel lezen doe ik trouwens nog steeds. Je vindt mij iedere avond achter Google, op zoek naar aanvulling van mijn kennis (een landbouwopleiding heb ik niet). Ook ben ik dan op zoek naar contacten, die mij verder kunnen helpen. Ik put daar zoveel plezier uit!"

Ja, contacten ... Tijdens onze rondgang passeren tal van de namen, werkgroepen, projectteams, samenwerkingsverbanden en overlegstructuren de revue.

Een wonder?

Ooit organiseerde Louis een test voor de managers waar hij leiding aan gaf. Als proef op de som deed hij er zelf aan mee. De uitslag was een eyeopener: verkeerde beroep gekozen. Je had boer moeten worden. Het duurde echter nog even, voordat het zover was. Louis: "In die tijd verdiende ik als adviseur goed. Daarmee heb ik de financiële basis gelegd voor mijn latere boerenleven."

In 2007 schreef Louis een brief aan alle instanties, die grond uit te geven hadden. Het was een gunstige tijd, want hier in de regio ging net een project van start: Park Lingezegen. Het was de bedoeling om tussen Arnhem en Nijmegen - een verstedelijkend gebied - een groen buffergebied te handhaven, met een mooi landschap en plattelandrecreatie. Park Lingezegen moest ook onderdeel van de Ecologische

Hoofdstructuur worden.

Louis: "Ik kreeg in 2010 15 hectare toegewezen. Het boeren kon beginnen! In 2012 kwam er nog eens 17 hectare bij. Nu, na de inrichting van het Park in 2014, beheert de stichting langs de Waal 25 hectare binnendijks. In 2015 komt daar buitendijks nog 70 hectare weidevogel- natuurgebied bij."

Een wonder?

Louis: "Ik moet eerlijk zeggen dat het hielp dat ik na jarenlang overheid goed op de hoogte was van de regels en de juiste wegen. Dat Doornik Natuurakkers een stichting is, helpt ook als je met de overheid te maken hebt."

Acute Boomplantdag

Op weg naar het land lopen we langs een lange haag. Louis: "Toen ik hier kwam wonen, jaren negentig, zag het er hier heel anders uit. De kleine akkertjes met hun historische oorsprong waren samengevoegd tot efficiënte, kale percelen met strakke sloten ertussen. Alle hinderlijke struiken en bomen waren verwijderd: betekenisloos landschap." "Deze haag hier is tien jaar geleden in één dag aangelegd door vrijwilligers. Ik was toen nog geen boer en beïjverde mij voor herstel van het natuurlijke landschap door onder andere boomplantdagen te organiseren. Ineens stonden er door een bestelfout 3000 haagplanten op de verkeerde dag op mijn erf. Ze waren overtollig en moesten snel de grond in. Maar waar? En door wie?"

Ze konden er nog wel bij langs zijn akkers. Acuut werd via Louis' netwerk een ploeg van spontane boomplanters opgetrommeld en binnen een - gezellige! - dag stond er een nieuwe haag. Louis: "Bij problemen niet dralen. Gewoon doen! Daar geniet ik van."

Alle inkomsten naar de stichting

We lopen over één van de nieuw aangelegde fietspaden, die de landerijen toegankelijk maken voor recreanten. Deze paden zijn in eigendom van Staatsbosbeheer. Het beton is zo glad, dat rolstoelers er probleemloos over kunnen bewegen. Louis: "Ik wil graag dat iedereen kan genieten (en leren!) van wat hier aan natuurwaarden wordt opgebouwd." In de verte loopt een wandelaar ons tegemoet. Haar hond rent lekker om haar heen.

Voortstappend vraag ik Louis naar de verhouding tussen de stichting



en hemzelf. "Alles gebeurt onder de paraplu van de stichting in het kader van haar doelstelling: de terugkeer van akkervogels en het telen van oude graanrassen voor gezond brood. Voor de stichting doe ik allerhande werkzaamheden: van onkruid trekken en ander direct landbouwwerk tot subsidies aanvragen, vrijwilligers mobiliseren en educatieve projecten organiseren. Als die werkzaamheden geld opleveren, dan gaat dat geld naar de stichting, waar het besteed wordt aan de ontwikkeling van de natuurwaarden. Voor mijzelf hoef ik er geen inkomen uit te halen. Ik zit in een luxe positie, omdat mijn inkomen uit andere bronnen komt."

Dat roept de vraag op naar de continuïteit. Ik vraag hoe dat dan gaat in de toekomst?

Maar we zijn ter hoogte van de wandelaar gekomen.

"Wacht even", zegt Louis tegen mij en hij spreekt de wandelaar aan.

"Mevrouw, ik wil u vragen uw hond aan te lijnen."

Grote, verongelijkt vragende ogen: "???"

"Dit is mijn land en we ontwikkelen hier een broedgebied voor vogels."

"Maar ik ben juist zo blij dat ik hier kan wandelen. Mijn hond zal niets beschadigen."

"Toch moet ik u dit vragen. Ik mag het u ook vragen, want de regel is - ook in het buitengebied - dat je geen dieren loslaat op andermans land." Verongelijkte blik blijft: "???"

Louis houdt voet bij stuk: "Ik mag mijn paarden toch ook niet in uw achtertuin zetten?"

Schoorvoetend doet de wandelaar haar hond aan de lijn.

Als we verder lopen zegt Louis: "Hier heb ik afspraken over gemaakt. Voor het geval hondenbezitters hardnekkig blijven weigeren, heb ik een direct lijntje naar de politie."

Een nieuw soort boer?

Was hier *boer* Louis zichtbaar? Of *landheer* Louis? Of *bestuurder/gezagsdrager* Louis? Kortom: wat voor boer is Louis?

"Ik voel mij beslist boer-eigenaar, eindelijk. Met die rol vereenzelvig ik mij en daar geniet ik van in mijn dagelijkse bezigheden op het land. Maar formeel gezien ben ik - slechts? - beheerder ten dienste van de stichting. Dat zou misschien een bescheidener opstelling van mij vragen, maar ik ben zo gepassioneerd door wat ik in het landschap wil bereiken! Dat kun je niet uit mijn persoon wegsnijden."

Zou hier de benaming *rentenier*-boer passen? Dat zou wel recht doen aan Louis' riante financiële positie, maar niet aan het feit dat hij zich belangeloos inzet voor een grotere zaak. Bovendien is er geen sprake van kapitaaluitbouw.

Subsidie-boer? Dat zou recht doen aan de diverse inkomstenbronnen, die Louis vaardig weet aan te boren, maar doet te laatdunkend denken aan het berekenend mee-eten uit de Nederlandse en Europese geldruif voor eigen gewin. Bij Doornik Natuurakkers dienen de subsidies hun maatschappelijk-ecologische doel.

Vergader-boer? Reken maar dat voor dit initiatief veel overleg nodig is, maar Louis overtuigt liever door te doen, dan door zijn gewicht te tonen in de vergaderzaal. "In de uiterwaarden, die in 2015 onder de hoede van de stichting komen, was het de bedoeling om ze als natte gronden een speciaal karakter te geven. Voordat er duur en langdurig onderzoek werd uitgevoerd om dat te realiseren, wilde ik eerst in de praktijk testen wat er gebeurde als er dag en nacht in bescheiden hoeveelheden water op werd gepompt. Zo kwamen we er op een goedkope manier achter, dat de bovenlaag te doorlatend was om het gebied nat te krijgen. Vervolgens hebben we het gebied zo hevig laten vollopen, dat de bovenlaag dichtsloeg. En ziedaar: het water zakte er niet meer doorheen. Gewoon doen! Dat is mijn devies".

Telefoon-boer? Het is zeker waar, dat Louis veel werk uitbesteedt.

Hij beschikt slechts over enkele kleine machines voor onderhoud van akkerranden, paden en heggen. Voor de grondbewerking, het zaaien en het oogsten werkt hij op een plezierige manier samen met collega bioboer André Jurius van De Lingehof in Hemmen, 20 km verderop. Voor veel van het handwerk kan Doornik Natuurakkers rekenen op een groep enthousiaste vrijwilligers uit de omgeving. Telefoonboer dus? Dat is zeker van toepassing, maar het suggereert een afstandelijkheid, die bij Louis ver te zoeken is.

Netwerk-boer? Dat komt al aardig in de buurt, want veel van wat Louis voor elkaar krijgt komt voort uit zijn actieve verbinding met allerlei mensen en instanties. In Bemmelse heeft hij van het 'Doorniks' Broodje' een bescheiden succes gemaakt, ondanks een zekere weerstand tegen het wat zwaardere en hardere brood. En ook: de opkomst bij het evenement *Toekomst Zaaïen* is ieder jaar weer overweldigend (rond de 100 zaaïers).

Daarom past misschien op Louis wel het beste de term *gemeenschaps-boer*? Klinkt eigentijds. Die term is trouwens van toepassing zijn op tal van hedendaagse landbouwinitiatieven. Maar heeft het in deze vorm toekomstkarakter?

Toekomst Zaaïen

Louis zit vol plannen en ideeën. Hij laat zich ontvallen, dat er nog minstens vijf plekken in de regio zijn waar dergelijke initiatieven kunnen worden opgezet, in de combinatie van overheid-boer-gemeenschap. Heel concreet zoekt hij naar een samenwerkingsverband, waardoor er op zijn 100 ha ook rundvee zal rondlopen.

Toch is het de vraag hoe dit kan renderen als er geen sprake is van gratis ter beschikking gestelde werkkraft, zoals bij Doornik Natuurakkers. Louis ziet een toekomst voor zich waarin de graanopbrengsten het arbeidsinkomen bekostigen, terwijl de natuurwaarden gehandhaafd blijven middels gemeenschapsfinanciering, ook al wordt daarop bezuinigd.

Louis: "Dat verdienmodel ben ik aan het ontwikkelen".

Daarna toch ook: "Laatst vroeg mijn zoon (hij heeft een goede medische baan) zich hardop af of hij - net als ik - eerder zou willen stoppen in dat beroep, om daarna hier in mijn plaats te treden."

Hoe dan ook: hier wordt de toekomst gezaaid. ☺



Stichting Doornik Natuurakkers

De Pas 4
6681 KC Bemmelse
0481 451111

Totaal areaal: 25 ha (groeit binnenkort naar 100 ha), gepacht van Staatsbosbeheer en Bureau Beheer Landbouwgronden
Gewassen op 16 ha: Sint Jansrogge, Ebner spelt, Helios tarwe, lupine Iris, diverse oude graanrassen voor vermeerdering van zaadgoed

Afzet: Biobakker

Overig areaal: bloemrijke akkerranden (3,5 ha), 5,3 km heggen (1,3 ha), fiets- en wandelpaden (0,6 ha), weiland met koeien en paarden van aangrenzende boeren (3 ha)

Toekomst Zaaïen

In de weekenden van oktober is iedereen van harte uitgenodigd om graan te komen zaaien bij Doornik Natuurakkers en een tiental andere BD-bedrijven in Nederland en Vlaanderen. Waar en wanneer? Zie www.toekomstzaaien.nl en www.toekomstzaaien.be.



Piet van Andel

BD-Jaardag op De Korenbloem

'Doen waar je goed in bent'

"Het is misschien wel goed om eens een keer niet zo'n aaibaar bedrijf te kiezen", zei iemand bij de voorbereiding van de BD-Jaardag. De grootte van De Korenbloem, de inbedding van dit BD-bedrijf in een biologisch bedrijf, de fabrieksmatige verwerking van de producten, het zijn allemaal aspecten van De Korenbloem waarbij het veel gekoesterde ideaal van het kleinschalige, gemengde bedrijf niet zichtbaar is. *Tekst: Luc Ambagts / Foto's Ruud Hendriks*

BD-kern

"Hoe scheidt jij biologisch van BD?", klonk al snel vanuit het publiek. Meteen bij het begin van de introductie die Piet van Andel over zijn bedrijf hield, gingen de stekels al omhoog. De vraag werd terzijde geschoven om Piet eerst zijn verhaal te kunnen laten doen.

We gingen op de kar, of er achteraan lopend, het bedrijf rond: de 55 hectare biologisch-dynamische Demeter-gecertificeerde, akkerbouwmatige groenteteelt vormt de kern van een veel groter bedrijf van meer dan 200 hectare. Naast de eigen grond participeren Piet van Andel en Maart Norder ook nog in de Exploitatie Restgronden Flevoland (ERF). Op die 1800 hectare verspreid liggende biologische landbouwgrond met een zevenjarige vruchtwisseling is Piet degene die de rode bieten teelt, elk jaar op wisselende percelen. Die rodebietenteelt is de specialisatie van Piet. In een van de schuren is een grote spoel- en verwerkingslijn opgesteld. Jaarlijks passeert hier een enorme hoeveelheid rode

bieten, naast zijn eigen oogst ook bieten van andere telers uit binnen- en buitenland.

Het gesprek

'Wat ontdek jij als iets toekomstigs, door de kennismaking met dit bedrijf?' was de vraag waarmee iedereen uitgenodigd werd om in dialoog met een van de andere deelnemers te gaan.

Piet had gezegd: "Ik wil dat iedereen, overal biologische groente kan kopen. Daarom verkoop ik ook aan de Albert Heijn." Die motivatie om voor voor grootschaligheid, specialisatie en samenwerking te kiezen, had mij getroffen. "Het biologisch-dynamische bedrijf is de kern van waaruit zich de rest kan ontwikkelen." Die 'rest' bleek dus weer als kern de rode bietenteelt te hebben, die én in de handel met het eigen merk *John's Farm* én in het verbouwen voor ERF ingezet wordt.

'Op vraag van anderen (Albert Heijn, ERF) doen waar je goed in bent (rode bieten telen en verwerken)', dat vond ik toekomst

hebben. Het deed me denken aan een gesprek dat ik laatst had met een instelling die moestuincursussen wilde organiseren. Ze misten nog iets: ze wilden als aanvulling op het technische telen ook oog voor de totaliteit van een tuin ontwikkelen. Daar kon ik vanuit de ervaring met de biologisch-dynamische landbouw wel aan bijdragen. Ik vind het belangrijker om in een nieuwe kring iets over het werken vanuit een geheel te kunnen brengen dan dat die cursus per se helemaal een BD-cursus wordt.

Verbreden

In die dialoog en de andere gesprekrondes in de ochtend namen we de positieve ervaring op dit bedrijf als voorbereiding om in de middag in groepen van ongeveer tien personen aan eigen initiatieven te werken. Het thema 'verbreden en verbinden' was gekozen vanuit de idee dat de werkwijze van de biologisch-dynamische landbouw op zoveel plekken enthousiasme kan ontmoeten. In



een van de groepen bracht Loes van Loenen, bestuurslid van Stichting Grondbeheer, in dat zij nu nieuwsbrieven maakt waarin ze mensen probeert te activeren om donateur te worden. Vijf mensen zijn tot nu toe daardoor donateur geworden. Ze gaf aan dat ze daar heel enthousiast van wordt, maar ook dat het nog heel gering is als je bedenkt dat elke hectare voor zo'n € 60.000 gekocht moet worden. Op de Jaardag zelf had ze nagenoeg iedereen gesproken die er was en 25 nieuwe emailadressen verzameld met de voor deze gelegenheid gedrukte nieuwsbriefkaartjes. Loes: "Er waren ook mensen die een aantal exemplaren meenamen voor andere mensen. Dat had ik niet echt verwacht. We hadden er ook geen websiteadres of zo opgezet, maar mensen kunnen altijd googlen hopelijk. Ik werd er nog op gewezen dat het woord biologisch-dynamisch of BD helemaal niet in de tekst staat. Op zich wel verfrissend ... en wellicht daardoor ook voor een bredere doelgroep aantrekkelijk."

Formeel

"Het is de laatste jaren gebruikelijk dat oud-bestuursleden na verloop van tijd een project indienen. Ik ben benieuwd Ruud, waarmee je komt." Met deze woorden nam voorzitter Piet van IJzendoorn afscheid van Ruud Hendriks als bestuurslid. Piet bedankte hem voor zijn bijdrage aan studiebijeenkomsten, de BioVak, de winterconferentie, het bedrijfsopvolgingsproject en al het andere waaraan hij zes jaar met tomeloze energie en vaak heel praktische inzet bijdroeg. De leden konden Derk Klein Bramel, Maria van Boxtel en Eline van den Muijsenberg verwelkomen als nieuwe bestuursleden. Derk zal secretaris zijn, met daarbij de zorg voor de personele zaken. Maria is de nieuwe penningmeester. Eline richt zich op BD-jong. Met in totaal vier personen is het bestuur nog niet op de statutair vereiste sterkte. In het nieuwe huishoudelijk reglement wordt de voordracht van nieuwe bestuursleden beschreven. Zoals al langer de praktijk is, kan wie dat wil in een

kennismakingsperiode als aspirant-bestuurslid meedoen. Nieuwe kandidaten die iets willen ondernemen, samenhangend met de biologisch-dynamische landbouw, zijn welkom om zich op het bestuurslidmaatschap te oriënteren.

Door de beschrijving van het Willy Schilt-huisfonds - de projectenpot van de BD-Vereniging - is in het huishoudelijk reglement inzichtelijk gemaakt op welke manier over de besteding van de gelden beslist wordt. Dit voorstel kon zonder bezwaar passeren.

Ook het voorstel van het bestuur over de contributie werd zonder bezwaar aangenomen. Vanaf 2015 bedraagt de contributie voor alle beroepsleden € 100.

Maria Rijksen sprak in de loop van de dag de behoefte uit iets langer stil te staan bij 'de decharge' van het bestuur dan bij de haast terloopse behandeling van deze punten het geval kon zijn. Dat hebben we toen - als direct te realiseren initiatief - aan het eind van de dag door een dank aan het bestuur en een hartelijk applaus gedaan. 🙌



BD Jong

De kracht van 'domme vragen'

Tekst: Klarien Klingen (BD Jong) /
Foto: Andreas den Boer

Dit jaar geeft BD Jong zichzelf twee opdrachten: vuurtjes aanhouden en verfrissende vragen stellen. Tijdens het BD Jong weekend in maart (zie DP2014-3) merkten we dat we allemaal ontzettend gepassioneerd zijn over biologisch-dynamische landbouw en dat het soms een uitdaging is die passie te delen met de buitenwereld. Soms voel je je onbegrepen. Of je probeert andersdenkenden met wat moeite te overtuigen. Dat is waarom het zo hartverwarmend is om je te begeven onder mensen die ook fan zijn van het bio-boeren. Het gevoel van 'het-kan-wél' en wederzijds begrip willen we ook na de opleiding warm houden. De vraag die ons bezighoudt is: hoe gaan we dat doen?

De tweede opdracht bestaat eigenlijk uit brutaal zijn. Bij het bestuur van de

BD-Vereniging (waar Eline van den Muijsenberg ons vertegenwoordigt) en misschien wel BD breed, mogen jongeren lekker naïef zijn en de boel willen veranderen. Hoe meer hoe beter. Niet dat alles uitgevoerd hoeft te worden, en sommige dingen zijn zeker wel goed zoals ze nu zijn, maar de kracht van jongeren en van nieuwe boeren zit hem in de 'domme' vragen: moeten we eigenlijk wel ploegen? Kan BD niet zonder diesel? Hoezo kringlopen sluiten, we leveren toch ook producten aan de stad? Waarom vergaderen we eigenlijk altijd 's avonds? *You name it* en je mag het vragen. Omdat je jong (van geest) bent. Zet ze aan het denken, en verander lekker met ze mee! ☺

Wil je ook meedoen met BD Jong?
Stuur een mail aan
bd-jong@bdvereniging.nl

Vooraankondiging preparatencursus

In 2015 zal op drie plaatsen in het land, waarschijnlijk Den Haag, Vorden en Esbeek, een cursus gegeven worden over de biologisch-dynamische spuit- en compostpreparaten, gericht op zowel beroeps- als hobby-BD-ers, dan wel consumenten.

De cursus zal bestaan uit 3 dagen, verspreid over het seizoen en wordt gegeven door Frans Romeijn (Den Haag en Esbeek) en Jan Weijzenfeld (Vorden). Nadere informatie volgt in de volgende Dynamisch Perspectief. Belangstellenden kunnen zich alvast vrijblijvend melden bij Gineke de Graaf: groengraaf@gmail.com. Zij ontvangen dan meer informatie zodra die beschikbaar is. ☺

Preparatendagen? Meld ze!

Er zijn veel BD-boeren en tuinders die (vaak in voor- en najaar) preparatendagen organiseren waarop ze samen met vrienden, klanten, en andere geïnteresseerden preparaten maken, oogsten en/of uitbrengen. Deze dagen zijn feestelijk van karakter, verdiepend en geven mogelijkheid tot ontmoeting. Bovendien maken vele handen licht werk. Graag zouden we volgend jaar in Dynamisch Perspectief deze dagen inventariseren en aankondigen. Het is leuk en inspirerend te weten wie allemaal waar met preparaten bezig zijn. Bedrijven kunnen bij de aankondiging aangeven of mensen zich kunnen aanmelden en zo ja hoe. Ook wanneer de dagen in besloten kring plaatsvinden, zouden we ze graag opnemen in de lijst.

Daarom bij deze de vraag aan bedrijven die preparatendagen organiseren om dit bij mij, Gineke de Graaf, te melden via groengraaf@gmail.com. Ook als de data nog niet bekend zijn, graag een seintje, ik stuur dan in het voorjaar nog een vraag over de data rond. ☺

ToekomstZaaien! in voorbereiding

ToekomstZaaien! is de overkoepelende campagnenaam voor evenementen waarin burgers verspreid over Europa een akker op een biodynamische boerderij inzaaien met graan. In oktober 2013 werden op 13 bedrijven in Nederland en Vlaanderen burgers uitgenodigd om akkers in te zaaien met graan. De opkomst was soms overweldigend met meer dan 100 bezoekers op één bedrijf. Het zelf zaaien maakt enthousiast voor je eigen verbinding met ons voedsel.

Ook deze herfst zal op veel plekken gelegenheid geboden worden zelf mee te zaaien. De locaties zijn binnenkort te vinden op de website toekomstzaaien.nl. Boeren die zelf zoiets willen organiseren en burgers (en boeren) die mee willen zaaien vinden daar vanaf begin september alle informatie.

ToekomstZaaien! is geboren als een protest tegen monopolisering en manipulatie van ons zaadgoed en groeit uit tot een positieve beweging voor de verbinding van boeren en burgers. Een verbinding die kiemen legt voor de uitbreiding van een op het leven gerichte landbouwcultuur.

Toekomstzaaien! wordt georganiseerd door BD-Vereniging in samenwerking met Stichting Demeter, Stichting Zaadgoed, en Avenirsem Zwitserland. ☺

www.toekomstzaaien.nl
www.toekomstzaaien.be

18 september Kunsthall Rotterdam Relatiemiddag BD-landbouw **Waarin kan ik een kunstenaar zijn?** Kom je ook?

'Poëzie, schilderkunst, en architectuur' noemt biograaf Christoph Lindenberg als de artistieke gebieden waarop Rudolf Steiner zelf actief is geweest. Dat de man, die voor velen toch vooral als leraar bekend is, ook zelf kunstenaar was; dat hij gebouwen en interieurs ontwierp, schilderen en tekeningen maakte, gedichten en spreuken schreef, dat blijft in menige biografie onderbelicht.

Onder de titel *Alchemie van het alledaagse* presenteert De Kunsthall in Rotterdam vanaf 13 september 2014 een overzicht van het werk van Rudolf Steiner met de nadruk op zijn kunstzinnige werk. Voor de BD-Vereniging en Stichting Demeter is die expositie aanleiding alle leden en licentiehouders uit te nodigen voor een relatiemiddag op 18 september. Het raamwerk van het programma konden we in het vorige nummer al presenteren. Als bij een kunstwerk dat nog niet helemaal af is, boetseren we daar verder aan. Het bezoek aan de expositie, de bijdrage van Michiel Rietveld over de actualiteit van de Landbouw cursus, de gesprekken met elkaar, we zullen ze kunnen gebruiken om de kunstenaar in onszelf te ontdekken en in te zetten in ons dagelijks werk.

Kijk voor het programma (van 13.30 tot 19 uur incl hapjes en drankjes) en voor aanmelding op de website www.bdvereniging.nl. Kosten: € 65 pp. Bent u lid van de BD-Vereniging, Demeter-licentiehouders of lid van de AVIN? Dan krijgt u € 25 korting.

Het ideale boerenbedrijf van...

Jesse van Westen

BD-Jong nodigt elk nummer een jongere uit voor een persoonlijke beschrijving van zijn of haar ideale boerenbedrijf. Jesse van Westen (35 jaar) zag zijn toekomstbeeld veranderen.. *Tekst: Jesse van Westen / Foto: Martijn van Schaik*

'Verandering is de enige constante' zijn de woorden die me het meest zijn bijgebleven na een aantal groepsmeditaties die ik volgde in het voorjaar van 2010. Dat dit waar is, daar ben ik de afgelopen twee jaar op Warmonderhof achter gekomen. Het toekomstbeeld wat ik van mezelf had vlak voordat mijn eerste lesdag begon, was die van een zelfvoorzienende natuurboer ergens in een uithoek van een vreemd land en alleen, vooral alleen.

Om mijn BD-studie te beginnen wilde ik eerst weten of het bij mij paste om met koeien te werken. Ik kwam erachter dat, alhoewel ik het uiterst sympathieke dieren vind, de kudde van 26 blaarkoppen op mijn stagebroederij al veel te groot voor mij was. Vervolgens ben ik mij middels een voltijd stage volledig op groenteteelt gaan concentreren. Dat vond ik prachtig, al die gewassen en die dan elke dag weer vers op mijn bord.


Toch stond het volledig voor de productie gaan mij tegen, miste ik een aantal dieren en er was nóg een link die ik miste. Al zoekende kwam ik die tegen in een herinnering over een ervaring die ik in het verleden had opgedaan als begeleider in de jeugdzorg. Dus in de loop van mijn tweede jaar BD deeltijd kwam ik tot deze conclusie: ik wilde als volgende stap een gemengd bedrijf vinden met niet al te veel dieren, met groenteteelt en het liefst met jeugdzorg. Dat ik niet lang hoefde te zoeken was voor mij het bewijs dat ik op het juiste spoor zat. Inmiddels werk ik alweer meer dan een half jaar met plezier op de Dennenkamp en blijf ik daar nog een tijdje hangen na het afronden van Warmonderhof BD deeltijd. Samen met Piet Schagen, boer van de Dennenkamp, heb ik afgelopen winter de Landbouwcursus gevolgd die gegeven werd door Michiel Rietveld. Wat mij daarin het meest aan

was het beeld dat Rudolf Steiner in de derde voordracht schetst van de mediterende boer. De verandering die bij mij is opgetreden heeft vooral op sociaal gebied, maar ook op een spiritueel vlak plaatsgevonden. Zelfvoorzienende natuurboer vind ik nog steeds een mooie uitdrukking, maar dan niet alleen in een uithoek van een vreemd land.

Ik heb er nog geen duidelijk beeld van of ik werknemer blijf of ondernemer word. Wel weet ik dat ik niet alleen landbouw wil bedrijven, maar zorg eraan gekoppeld wil hebben en vice versa. Bovendien zal ik met regelmaat mediteren om ontvankelijk te blijven voor de openbaringen van de stikstof. Daarnaast zie ik mijzelf niet in mijn eentje ondernemen, dit zou ik met meerdere mensen willen doen, om zo ieders kwaliteiten te bundelen tot een dynamisch geheel. Hoe zich dit gaat vormen zal de toekomst uitwijzen. ☺

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





Ton Baars: Een carrière in dienst van de levens-samenhangen

Al tijdens zijn studie biologie, in de jaren 70, deed Ton Baars (1956) onderzoek naar biologische landbouw. Sindsdien werkte hij als landbouwonderzoeker achtereenvolgens voor het Louis Bolk Instituut (LBI), de Universiteit van Kassel (D) en het Zwitserse FiBL (Forschungsinstitut Biologische Landbau). Nu doet hij, naast onderzoek aan melkwaliteit, participatief onderzoek op de Poolse boerderij Juchowo Farm. Hier komen al zijn ervaringen samen. *Tekst: Jan Diek van Mansvelt / Foto's: Gerda Peters*

Het interview vindt plaats via Skype. Ton Baars zit zoals afgesproken klaar achter zijn bureau in Juchowo Farm, in Juchowo, Polen. Het is het grootste BD-bedrijf van Europa (2.500 ha), waar oud Warmonderhoffer Sebastiaan Huisman sinds negen jaar de leiding heeft. Een bloeiend bedrijf. Ton zegt: "Eigenlijk ben ik hier terug waar ik begon: landbouwecosystemen begrijpen en participatief ontwikkelen. Alles wat ik in de loop van de afgelopen jaren geleerd heb, komt me hier van pas: landschap, landbouw, veeteelt, onderzoek en onderwijs."

Juchowo

"Juchowo ligt in een glooiend zandlandschap", vertelt Ton. "Veel bosjes, 'overhoekjes' en echt bos. Een landgoed, sprekend de setting van de zevende voordracht van de Landbouwcursus. Kernvraag is: hoe krijgen we de arme zandgrond vruchtbaar? Het is net als

bij de droge 'zandwoestenijs' van SEKEM in Egypte. Water en compost zijn sleutelbegrippen. Het is de kunst om de planten dieper te laten wortelen. Samen met de boeren onderzoek ik wat het land vraagt."

"We willen in 2017 zonder antibiotica werken. Een grote uitdaging! We hebben 350 melkkoeien en veel personeel, dus veel verschillende handen. Het systeem, de melktechniek en de hygiëne moeten goed zijn. Daarbij richten we ons op preventie: via het ruwvoer en zelfmedicatie van het vee en via de vraag hoe we koeien een langere levensduur kunnen geven in plaats van 'vroeg-rijp-vroeg-rot'. In de fokkerij selecteren we de koeien op basis van levensproductie en in de kalveropfok richten we ons op een beter immuunsysteem. De goede ervaringen die ik in Kassel - maar ook op het LBI - heb opgedaan met homeopathie, zie ik als 'finishing touch'. Het is een extra zetje om de ecologie en de

< *Nieuw-Zeeland: lezing voor bio-boeren over familieteel-fokkerij*

integriteit van landbouwsysteem en koe beter in de greep hebben."

"Ook hou ik me hier opnieuw bezig met melk-kwaliteit. We hebben al beste melk: zomers grazen de koeien in de wei en 's winters eten ze eigen hooi. Maar we kunnen nog verbeteren door van die melk een reeks veilige rauwmelkse producten te maken, die goed smaken en gezond zijn voor iedereen. Stap voor stap komen we verder in onze kennis van de bacteriologie, de darmflora (van koe en mens) en ook van de proteïnen in de melk. Melk als *Heilmittel*, melk met *terroir* (net als



Juchowo Farm: beweidingsonderzoek

goeie wijn). Daar gaat het om. Inspireren tot Juchowo'se oplossingen. Dat is mijn ding."

Inspiratie

Als ik Ton vraag naar mensen die hem in de loop van zijn carrière geïnspireerd hebben, begint hij enthousiast te vertellen.

"Ik wilde al vanaf mijn tiende persé dierenarts worden, maar werd uitgeloot. Toen begon ik,

midden jaren zeventig, met een studie biologie in Utrecht. Daar werd ik diep geraakt door de milieuproblemen die overal waren. Door de ecologische vakken ontdekte ik hoe alle organismen niet als aparte objecten op zichzelf staan, maar op vele manieren met elkaar samenhangen: één geheel vormen. Hoewel ik het tweede jaar wel werd ingeloot bij diergeneeskunde, besloot ik toch bij de ecologie te blijven. In die tijd vocht Wouter van der Weijden met zijn Centrum voor Landbouw en Milieu (CLM) tégen alle milieuvergiftigingen, en dus vooral ook tegen de alles vervuulende boeren. Dat bevredigde me niet. Ik wilde liever vóór iets vechten. Ik ontdekte kruidentheeschenkerij De Groene Waterman, de



Kassel: smaakpanel melkkwaliteit

macrobiotiek en de houten kistjes van Proserpina. Dat triggerde me. Ik werd vegetariër en binnen een jaar ging ik voor de BD."

"Om niet alleen maar achter de studieboeken te zitten ben ik een dag in de week bij Hans Wolterbeek gaan werken. Die was al in 1937 met het BD-tuinbouwbedrijf Sloterland in Badhoevedorp gestart. Ik volgde de BD-cursus die hij gaf, en vervolgens de Omscholings-

cursus voor boeren op Kraaybeekerhof. Daar werd ik bijzonder geraakt door een nieuwe vorm van biologieonderwijs, gegeven door Albert de Vries, de fenomenologie 'à la Bockemühl'. Albert en Jochen Bockemühl zijn voor mij belangrijke inspiratoren. Na mijn hergeboorte door de ecologie was dit een tweede hergeboorte: nu door de fenomenologie. Voor een waarnemingsoefening bekeken we elke maand hetzelfde groepje bomen. We namen het in alle facetten waar door het iedere keer te tekenen. Ineens, op een gegeven moment in het voorjaar, 'zag' ik 'groei'. Van onder in het bosje naar boven. Ik wist dat je 'leven' niet kan zien, maar ik zag het toch: voor mij een unieke bovenzintuiglijke waarneming."

Louis Bolk Instituut

"Aan het einde van mijn studie kon ik meedoen met het eerste onderzoek van de NRLO (Nationale Raad voor Landbouwkundig Onderzoek) waarin gangbare en biologische producten werden vergeleken. Het Louis Bolk Instituut was uitgenodigd om daar met hun 'alternatieve' onderzoeksmethoden aan mee te doen. Fenomenologisch vergeleken we wortels, tarwe en melk van gangbare en biologische bedrijven. Albert de Vries vroeg mij het melkonderzoek te doen. We kozen voor het spontane afbraakproces van melk als fenomenologische maat voor de kwaliteit ervan. We vonden dat de melk van BD-bedrijven, en vooral die van individuele koeien, niet snel verzuurt en langer zijn karakter behoudt. Die melk heeft meer 'ontwikkelingsperspectief'. Om dit als studievak te laten gelden vond ik Jan Grommers van Diergeneeskunde bereid me te begeleiden. Later werd hij als

dierenarts bijzonder hoogleraar bio-ethiek in Utrecht. Hij, en later ook ethicus en LBI-collega Henk Verhoog, hebben mij bepaald geïnspireerd door begrippen als ethiek en integriteit in het onderzoek te betrekken.."

"Zo heb ik van 1980 tot 2005 op het LBI gewerkt en daar met de collegae onder meer 'on farm research' en 'participatief onderzoek' (met en door de boeren) ontwikkeld. Via het melkonderzoek was ik de veehouderij ingedoken. We werkten toen goed samen met verdeelcentrum Proserpina, Zuiver Zuivel en de boeren van melkveehoudersvereniging Natuurweide. Een gouden tijd."

"Voor mijn veeteeltkundig onderzoek was de Duitse biologo Wolfgang Schad heel in-



Hoornmestpreparaat werkt tot bepaalde verdunningen

spierend. Als dierfenomenoloog liet hij mij zien dat runderen met hun vier magen echte 'stofwisselingsdieren' zijn. Nerveuze knagers zijn meer 'kop-dieren' en de roofdieren nemen een middenpositie in tussen de grazers en de knagers. Zo kan ik ook naar de verschillende boerderijdieren kijken. Met Schad heb ik nog steeds contact, nu over de betekenis van koeienhorens."

"In die 25 jaren op het LBI hebben mijn collega's en ik bijvoorbeeld gewerkt aan het begrip *natuurlijkheid*, onder meer met Henk Verhoog. We maakten onderscheid tussen drie niveaus van natuurlijkheid: de geen-chemie benadering (vervangt chemische door natuurlijke middelen), de agro-ecosysteem benadering (houdt rekening met ecologische samenhangen) en de integriteitsbenadering (zet de eigen aard centraal). Zelf ga ik voor de integriteit van het leven, van voeding, plant en dier, bodem en mens. En daarin vind ik de BD voorbeeldig. Die kijkt naar de echtheid, het wezenlijke van de dingen. Dus meer dan alleen het nut voor de mens dat veelal door analyse en manipulatie ontstaat. Daarin on-



Zelfmedicatie: koeien zijn gek op bepaalde kruiden

derscheidt de BD zich voor mijn idee intentioneel van EKO."

Bijzonder Hoogleraar BD-Landbouw

"In 2005 werd ik voor zes jaar benoemd als eerste Bijzonder Hoogleraar BD-landbouw wereldwijd. Het was een leerstoel aan de Universiteit van Kassel/Witzenhausen (D): een

mooie tijd met veel studenten die bij mij een keuzevak deden. Een collega, mijn grootste opponent, stelde voor om samen de werkzaamheid van de preparaten te onderzoeken. Een politieke en strategische zet, waarop ik als BD-professor natuurlijk geen nee kon zeggen. Ik heb toen met hulp van zes studenten het effect van koemestpreparaat (P500) op zomergerst onderzocht. Superwetenschappelijk, dubbelblind en veelzijdig: met veldproeven, kasproeven en kiemtestproeven. Wij vonden helaas nul komma nul effect. Heel prettig (sic). Achteraf zeiden sommigen: 'Bij zomergerst heb ik nog nooit een werking van het koemestpreparaat gezien ...! Het jaar erna waren er opnieuw studenten die preparaten-



Ton Baars: 'Elk type onderzoek laat een deel van de levenssamenhang zien'

onderzoek wilden doen. Ik dacht: 'niet weer het zelfde', en kocht (goedkoop en gemakkelijk) onbemeste potgrond, we roerden zelf in plastic tonnen en gooiden alle esoterische adviezen overboord. Quinoa en tomaat toonden heel significante effecten. Onbegrijpelijk. Frappant. Toen ik dat in *Lebendige Erde* publiceerde kreeg ik kritiek omdat ik het mislukte onderzoek van daarvoor niet had gepubli-

ceerd. Tja, waar publiceert je een onderzoek waar niets uitkomt?"

"Ook hebben we verdunningsreeksen gemaakt (de preparaten tot 1/2, 1/4, 1/8^e en 1/16^e met water verdund), met eveneens significante effecten. Beneden een bepaalde verdunning trad geen effect meer op. Na drie positieve onderzoeken, kwam er bij nieuwe herhalingen niets uit. Geen idee waarom niet."

"Heel anders zijn de resultaten in de wijnbouw, waar Georg Meissner zijn promotieonderzoek zojuist heeft afgerond. Daar zijn de preparaten een succesnummer. De wijnstok blijkt een heel gevoelige plant. Je ziet het preparateneffect daar overal: in de ontwikkeling van de bladeren, van de druiventrossen,



Vanaf 2014 metabolisch onderzoek naar melk van gehoorde en onthoorde koeien

de bladziekten, ... De BD ontwikkelt zich via de wijn!"

"Tot het laatste half jaar was er geen enkele concrete bedreiging. Nicolai Fuchs, als vertegenwoordiger van de Stichtingen die mijn leerstoel mogelijk maakten, hoorde van de bestuursvoorzitter van de Universiteit Kassel steeds dat alles dik in orde was met mij en mijn leerstoel. Maar in het vijfde jaar

bleek hij als een blad in de wind omgeslagen. Klaarblijkelijk is hij door mijn collega's benaderd en onder hun druk gezwich. Angst voor onrust en voortdurende wrijvingen dreef ze daartoe. Zo werd de leerstoel opgeheven door hem formeel niet voort te zetten en ik vloog eruit."

"Overigens ben ik dankbaar voor het hele avontuur. Ondanks de wrange afloop. De ervaring met deze vorm van wetenschappelijk denken had ik niet willen missen. Na de fenomenologie en het participatieve onderzoek was ook dit een verrijking."

Favoriet onderzoek

Als ik Ton vraag naar drie onderzoeken, waarop hij met het meeste genoegen terugkijkt, zegt hij: "Als eerste mijn studie over rundveefokker Dirk Endendijk: 21 jaar familieteel. Een case-study gebaseerd op het succes van een melkveehouder. Zes lange gesprekken voerde ik met hem waarin ik veel heb kunnen doorvragen. Ook heb ik de bedrijfsgegevens geanalyseerd. Hierdoor begreep ik hoe hij dacht en deed. Ik kon laten zien hoe hij met eigen stieren fokte en daarbij inteelt kon vermijden. Dirk Endendijk was een fenomenoloog en een eigenzinnige fokker. Andere boeren wilden weten hoe hij het deed. Er zijn ruim 1000 boekjes over zijn levensverhaal verkocht."

"Als tweede de melkkwaliteit. Ik ben met de spontane afbraak van rauwe melk begonnen, zoals ik al zei. Ik ben geëindigd met de vraag naar de eigenheid van ecologische (inclusief BD-) melk. Daarvoor blijkt het vetzuurprofiel belangrijk. Later in Kassel ontdekten we, dat rauwe melk beschermend werkt tegen astma

en allergieën, maar ook genezend werkt voor jonge, allergische kinderen. Om authentiek te blijven moeten ecologische boeren oppassen met het kopiëren van 'gangbare' voedings- en fokkerijmethoden. Koeien moeten het liefst in het voorjaar kalven, op de weide gras eten en in de winter droog staan. Dan heeft hun melk het beste vetzuurprofiel in de weidetijd. De melk (het melkvet) kun je als kaas en boter conserveren voor het genot in de winter. Hier ligt een belangrijke link tussen melk en gezondheid: het gaat om rauwe melk(producten) met de goede vetzuren. Die zijn belangrijk. Het Kasseler onderzoek naar melk gaat nog steeds verder en heeft allerlei nieuwe contacten opgeleverd."

"En als derde ben ik erg blij met het onderzoek naar de zelfmedicatie van dieren. Ik deed bij het LBI verkennend werk aan varkens en sloot af met onderzoek bij schapen en koeien (door een promovendus in Kassel). Daardoor leer je preventief denken, vanuit een ecosysteem in een landschap: hoe moet je dat zo inrichten dat de dieren gezond blijven? Welke planten hebben ze nodig naast de gewone voederplanten (grassen, vlinderbloemigen, granen)? Het zijn de kruiden en de struiken, die ook ons landschap dragen. Een 'functioneel' landschap brengt gezondheid voort. Het aardige van die zelfmedicatie is, dat de dieren je precies aanwijzen wat zij nodig hebben. In Kassel hebben we koeien laten kiezen uit vijftien kruiden. Elke koe had een eigen student als waarnemer. We hebben urenlang de 'bites' in elke soort kruid lopen tellen." 🐾

Contact: ton.baars@juchowo.org
ton.baars@fibi.org

In hoeverre vormt de serie lezingen die Rudolf Steiner in 1924 hield, de Landbouwcursus, een inspiratiebron voor boeren, tuinders of onderzoekers anno 2014? Deel 8: **Greet Lambrecht** (55 jaar) van tuinbouwbedrijf Akelei in Schriek, België. *Tekst en foto's: Gineke de Graaf*

Greet Lambrecht heeft het bedrijf samen met haar man Johan D'hulster ontwikkeld. Op 4 hectare telen ze groenten voor de verkoop aan de groothandel, aan groente-abonnees, op markten en in eigen winkel. Speciaal aandachtspunt op het bedrijf is eigen zaadteelt.

Greet: "Als puber en jong volwassene voelde ik de starheid van het intellectuele en religieuze milieu waarin ik opgroeide. Ik had een sterk verlangen naar vrijheid, een vraag naar 'waar is het leven?' en 'wie ben ik?'. Toen ik 21 jaar was, kwam ik op het Iona Instituut in aanraking met de antroposofie. Ik las de Landbouwcursus, waarin het ging over een levende bodem en levende organismen – dat klikte direct. Er ging iets ademen in mij."

"De tweede voordracht begint met de beschrijving van de bodem als een orgaan. En dan, midden in de beschouwing over de bodem, springt Steiner over op het onderwerp zaad."

Rudolf Steiner in de Landbouwcursus, pag. 39: 'Het zaad, waaruit zich het embryonale leven ontwikkelt, wordt gewoonlijk gezien als een buitengewoon gecompliceerd moleculair geheel. En men hecht er de grootste waarde aan om de ontwikkeling van het zaad te begrijpen in het licht van die com-

De kleine chaos:

plexe moleculaire structuur. [...] Maar uit die hoogste complexiteit zou nooit een nieuw organisme kunnen voortkomen, nooit. Want dat organisme komt niet op zo'n manier uit het zaad tevoorschijn dat datgene wat zich als zaad heeft ontwikkeld, zich simpelweg van de moederplant of het moederdier voortzet in de kinderpant of het kinderdier. Dat is namelijk helemaal niet waar. Waar is veeleer dat deze opgebouwde complexiteit, zodra die tot het hoogste punt is gevoerd, weer uit elkaar valt, en wat eerst in de aardse verhoudingen tot de grootste complexiteit is gevoerd, eindigt in een kleine chaos. Het lost op, zou je kunnen zeggen, in het stof van de wereld. En op dat moment, wanneer het zaad tot de hoogste complexiteit is gebracht, in het stof van de wereld is opgelost en die kleine chaos overblijft, dan begint de hele omringende kosmos op het zaad in te werken en drukt zich erin af en bouwt uit die kleine chaos datgene op, wat daaruit van alle kanten door de

inwerkingen uit de kosmos kan worden opgebouwd.'

"Toen ik dit las, trok er iets open, er ontstond ruimte en licht: ik besepte dat er in de menselijke erfstroom – wat voor mij ook betekent vastzetten, verharden, beperken – een ópenen kan komen, een ruimte van mogelijkheden, beweging, leven, ontwikkeling. Dit kon ik betrekken op het proces in mijzelf. Ik kan open staan: in de chaos is een weg naar inspiratie en intuïtie die maakt dat ik op het juiste moment de juiste dingen kan doen. En ik ben meer dan een genetisch product uit de erfelijkheidsstroom."

"Vervolgens heb ik tussen mijn 21^e en 28^e heel veel boeken van Steiner gelezen en ben ik met een praktische beroepsopleiding in Duitsland de richting van de biologisch-dynamische landbouw opgegaan. De antroposofie was in die tijd mijn voorname bron. Nog steeds ervaar ik dat er altijd iets in de boeken van Steiner staat,





bron van vernieuwing


waar ik mee aan de slag kan. Maar daarna kwamen er ook andere bronnen, zoals de gnostieke scholingsweg van de Internationale School van het Gouden Rozenkruis en de heilige geometrie van de schepping die Drunvalo Melchizedec heeft beschreven. Ik wil niet 'vastzitten' in één bron, ook dáár is leven en beweging belangrijk."

"Het thema zaadteelt heb ik altijd vastgehouden. Op Akelei teel ik van een aantal gewassen eigen zaad. Voor mij hoort het aspect van de zaadteelt erbij op een landbouwbedrijf. Als ik een plant tot in de zaadvorming laat komen, dan voel ik: de plant is méér dan genetica. Ik ga een verbinding aan met de plant, een duurzame relatie: van generatie op generatie begeleid ik de plant, steeds weer

door de cyclus heen. De plant staat helemaal open voor wat de omgeving haar aanreikt en is steeds in wisselwerking daarmee. Dat laat ze in haar gestalte zien. In de prei is heel goed te zien hoe het met de conditie van de bodem gesteld is. Door 30 jaar intensief aan bodemvruchtbaarheid te werken met een uitgebalanceerd microbiëel bodemleven en goede schimmels, zien we dat de planten erop reageren: ze groeien met weinig organische bemesting toch uit tot een vitaal gewas. Er is wel potentieel roest, fusarium of witziekte aanwezig, maar de plant weet hoe ermee om te gaan, door de vitaliteit heeft ziekte er minder vat op."

"Zo is de mij omringende plant ook een spiegel van mijn ziel. Zoals ik zelf in mijn ontwikkeling dicht bij mijzelf - mijn eigen essentie

- wil komen, zo voel ik mij de begeleider van de plant, zodat die weer in connectie kan komen met zijn 'oertype', om met Goethe te spreken. Ook Jan van Rijkenborgh, stichter van de Internationale School van het Gouden Rozenkruis, heeft het over het oertype: dat wat de mens met zijn oertype verbindt, daar is de aanraking van het Goddelijke mogelijk. Dat was voor mij zo vele jaren geleden de opening naar de boodschap van de School. Zo opende zich die Bron waaruit ik kon laven. En voor mij is het duidelijk dat als de plant ontvankelijk blijft voor die 'afdruk' of dat oertype, dat ze zich kan blijven laven aan haar bron van vernieuwing!"

"Wat Steiner in 1924 in de Landbouwcurcus zegt over het zaad is nog zó actueel: de wetenschap zoekt nog steeds naar hoe het zit tussen het moment van bestuiving en het embryonale plantstadium in het zaad. Maar ze zoekt het in het steeds kleinere: ze onderzoekt de stamcellen en zoekt naar een stadium vóór de stamcellen. Vanuit het fysieke alleen zal het echter niet duidelijk worden. Als ik naar de gevoeligheid en opnamebereidheid van planten kijk, dan snap ik dat de wezenlijke ontwikkeling afhangt van de invloed van zowel de nabije als de verre omgeving." 



Coöperaties rukken op

De kunst van het samenwerken

Overall schieten coöperaties uit de grond. We laten drie voorbeelden zien: initiatieven vanuit een groothandel, vanuit een winkel en vanuit een samenwerkingsverband van burgers en boeren. Steeds gaat het om de directe verbinding tussen producent en consument, eerlijke prijzen, goed voedsel en zorg dragen voor de aarde. *Tekst: Ellen*

Winkel / Foto: Bert Janssen

Lazuur Food Community

De Wageningse natuurvoedingswinkel Buys&Ko is in december 2013 omgebouwd tot Lazuur food community, een 'marktplein' dat consument en producent verbindt. Inno Kock, winkelier en bestuurslid van Stichting Lazuur food community, vertelt: "Wij vinden transparantie belangrijk en dat is direct te

rug te zien in de nieuwe winkelinrichting: de hele pui aan de straatkant is van glas, niet meer dichtgeplakt met plakplastic. Buiten en binnen lopen zo in elkaar over. Het midden van de winkel is als een marktplein waar producent en consument elkaar ontmoeten: lage schappen - horizontale presentaties - met versproducten als brood, groente en kaas. Tegen de buitenwanden van de winkel staan hoge schappen met kruidenierswaren."

Klanten kunnen deelnemer worden (al dan niet via lidmaatschap van consumenten-coöperatie CC²) en een klantenkaart aanschaffen. Daarmee krijgen ze korting op hun boodschappen. Ook worden ze uitgenodigd voor Ronde Tafel Gesprekken over het beleid van de Lazuurmarkt. Ruim een kwart van het assortiment wordt rechtstreeks bij bakkers, tuinders, kaasboeren, jammers, imkers en zelfs olijfolieproducenten ingekocht.

De ideeën over het afstemmen van lokale voedselproductie en consumptie zijn uitgewerkt door Stichting Lazuur food community, die commanditaire vennoot is in de Wageningse winkel. Deze stichting streeft ernaar om de komende jaren meerdere winkels te stimuleren de overgang naar een *food com-*

munity te maken. In Utrecht zit de biologische buurtwinkel Rio de Bio in die overgangsfase. Ze waren al een medewerkerscoöperatie, maar bouwen die nu om tot een coöperatie van klanten, producenten, leveranciers en winkeliers. "Het enthousiasme van de nieuwe deelnemers is groot", vertelt Luuk Rövekamp van Stichting Lazuur. "Er worden nu allerlei werkgroepen gevormd voor bijvoorbeeld communicatie of de organisatie van een oogstfeest. In Utrecht is een andere structuur en een andere dynamiek dan in Wageningen, maar dat is juist het leuke: elke *community* geeft er zijn eigen invulling aan."

Estafette Odin

Bijna dertig jaar is groothandel Odin - later ketenorganisatie Estafette Odin - aangestuurd vanuit een Commanditaire Vennootschap, maar eind 2012 is de overstap gemaakt naar een coöperatie. "Hiermee kunnen we een sterkere verbondenheid creëren met iedereen die bij Estafette Odin betrokken is", vertelt hoofd marketing en communicatie Merle Koomans van den Dries. Het bedrijf bestaat nu uit achttien Estafette winkels, een groothandel, de Odin-groenteabonnementen

en een bezorgdienst.

"Stap voor stap wordt de coöperatie operationeel. Zo hebben we in juni 2014 onder de toen 1500 coöperatieleden een verkiezing gehouden voor afgevaardigden in de Ledenraad. Er zijn vier vertegenwoordigers gekozen namens klanten en andere betrokkenen. Daarnaast hebben 'kapitaalleden' (namens Stichting Sleipnir waarin bedrijfskapitaal is ondergebracht) en 'ondernemersleden' (namens het management van Estafette Odin) zitting in de Ledenraad."

Leden worden bij de onderneming betrokken via nieuwsbrieven, waarin uitnodigingen staan voor bijvoorbeeld een excursie naar de Odin-proeftuinen (zie pag 32). Of een bericht over een 'schuuropruiming': de resterende duizend kilo pastinaken in de schuur van biodynamisch bedrijf Eindelienghe moesten in het voorjaar ruimte maken voor nieuwe aardappels. Ieder coöperatielid kreeg daarom een kilo pastinaken cadeau bij de boodschappen. Van de achttien Estafette winkels zijn er nu zes tot 'coöperatiewinkel' omgebouwd. Klanten die lid worden van de coöperatie leggen 100 euro in, die ze weer terugkrijgen als ze hun lidmaatschap opzeggen. Daarnaast kunnen leden gebruik maken van ledenvoordeel in de eigen Estafette-winkels: ze betalen een vaste maandbijdrage en rekenen bij de kassa de lagere ledenprijzen af. Merle: "Het principe erachter is eenvoudig. Er zijn allerlei basiskosten om een winkel open en draaiend te houden. Denk aan huur, energie en arbeid. Winkels verrekenen deze kosten altijd in de prijs die de klant betaalt. Als klanten vooraf al in deze basiskosten bijdragen, dan hoeven deze minder in de eindprijs doorberekend te

worden. Dit biedt voordeel voor zowel de klant als voor de winkel. De invoering van de ledenprijzen is een van de manieren om de coöperatieve bedrijfsstructuur in de Estafette-winkels zichtbaar en beleefbaar te maken voor iedereen."

Consumentenclub en boerenclub

Barbara Bolt uit Bussum wilde graag biologisch eten, maar vond het te duur. Toen ze een bericht in de krant las over een actie van akkerbouwer Krispijn van den Dries, nam ze contact met hem op. Krispijn stortte in april 2012 een aanhanger vol aardappelen leeg op de Dam, waarmee hij aandacht vroeg voor het feit dat hij zijn mooie biologische aardappels uit Flevoland niet meer kwijt kon, omdat winkels al overstapten op nieuwe aardappels uit landen als Israël. Barbara besloot een bulkvoorraad aardappels, uien en wortels bij hem te bestellen en vroeg enkele kennissen of ze interesse hadden.

Terwijl bij Barbara enthousiaste mailtjes binnenstroomden van mensen die mee wilden doen, werkte Krispijn samen met andere polderboeren het idee uit om gezamenlijk een breder assortiment te kunnen bieden. Het enthousiasme aan beide kanten leidde tot iets moois: ondertussen draaien er in Bussum drie groenteclubs met ieder 80 deelnemers. Iedereen die meedoet, helpt bij toerbeurt mee met het klaarzetten van bestellingen - naast groente en fruit ondertussen ook kaas, eieren en sap. Boerenclub Bioromeo - het initiatief van Krispijn - bestaat nu uit 18 producenten en levert aan 20 consumenteninitiatieven. Als samenwerkende groep consumenten noemt De Groenteclub zich een voedselkol-

lektief, voedselcoöperatie of VoKo, maar juridisch gezien zijn ze een stichting. Barbara: "Wij zijn geen onderneming en maken geen winst, daarom past de vorm van een officiële coöperatie niet bij ons." Ook de coöperatief werkende boeren binnen Bioromeo vormen een informeel samenwerkingsverband en geen coöperatie.

Ondertussen heeft Barbara al zeven nieuwe voedselkollektieven in verschillende plaatsen op gang geholpen. Vooral na een uitzending van Kassa Groen in januari 2014 over De Groenteclub en Bioromeo, werden Krispijn en Barbara overspoeld met enthousiaste reacties van mensen die ook zoiets wilden starten. Dit heeft ertoe geleid dat ze een nieuwe stichting hebben opgericht, Samen Rooien, die bedoeld is om anderen te adviseren en te begeleiden. Barbara: "We kregen zoveel aanvragen voor hulp, dat de begeleiding een dagtaak begon te worden. Dat was als vrijwilliger niet meer te doen. Vanuit de nieuwe stichting kan het advieswerk worden betaald."

Niet alleen consumentenclubs zijn enthousiast, ook boerenclubs roeren zich. Zo trekt BD-akkerbouwer Alex van Hootegem, die ook regionale webwinkel De Grote Verleiding heeft opgezet, de kar in Zeeland. Hij levert producten van Zeeuwse boeren aan de VoKo in Den Haag. Ook in Drenthe en Groningen zoeken boeren en consumenten elkaar op. ☺

Meer info:

www.estafette.org

www.lazuur.com

www.groenteclub.nl

www.bioromeo.nl

www.samenrooien.nl (vanaf 1 sept).

De oogst van graan is een goud

Tekst: Martje Klok, antroposofisch diëtist

Als het hoog zomer is en je komt langs een akker met tarwe, rogge, haver of gerst, dan doe je allerlei indrukken op. Zo kun je de vochtige, typische graanlucht ruiken die 's morgens vroeg uit het veld opstijgt of je ziet de gerst die zo mooi golft in de wind. Je voelt en hoort en ziet de warme droogte van het rijpen, een goudgeel feest als het graan geoogst wordt. De nabijheid van het graan stemt vreugdevol, dankbaar en ook eerbiedig.

De graanplant heeft een bijzondere drieledigheid, die sterk verwant is aan de menselijke driegeleding. De drie gebieden van wortel, stengel en vrucht worden, ieder op hun eigen manier, krachtig ontwikkeld. Het graan staat stevig verankerd met zijn wortels in de aarde. Daarbij wordt een uiterst dunne maar stevige stengel ontwikkeld waarop uiteindelijk de naar verhouding zware aar heen en weer kan zwiepen in de wind.

Het is denkbaar dat in de graankorrel die uiteindelijk gegeten wordt, de kracht van de hele plant zich samengetrokken heeft. Je kunt je ook voorstellen dat de aar door de lange rijping in de volle zon en onder de nachtelijke hemel, niet beschermd door bladeren, in weer en wind de krachten van de kosmos in zich op heeft kunnen nemen. Een groots proces dat versterkt wordt door het gebruik van goede mest, preparaten, het werken met de zaai kalender en de boer die bij dit alles zijn weg gaat.

Net als de mens staat het graan evenwichtig rechtop tussen hemel en aarde. De religieuze verhouding tussen mens en graan heeft zich door lange cultuurperiodes heen ontwikkeld. Mensen realiseren zich tegenwoordig niet voldoende dat graan de mens kan helpen de weg terug te vinden naar de geestelijke wereld. In zijn voedingsvoordrachten spreekt Rudolf

*In de stofwisseling
verenigt de mens
zich met de diepste
kern van het brood*

Steiner over allerlei voedingsmiddelen. Hij vertelt hoe de diverse voedingsmiddelen op de mens werken, zodat ieder voor zichzelf kan bepalen wat hij eet. Hij laat de mens daar vrij in. Steiner geeft aan dat graan het meest van alles de hele mens voedt: zowel zijn hoofd, als zijn hart en longen, als zijn stofwisselings-ledematengebied. Voorwaarde daarbij is wel dat het graan zodanig ver-

geel feest

warmd is, dat het gaar geworden is.

Van een aantal voedingsmiddelen geeft Rudolf Steiner aan dat ze de mens remmen in zijn geestelijke ontwikkeling. Omdat het graan de hele mens voedt, geeft het de mens de maximale mogelijkheid zich niet alleen met de aarde te verbinden, maar zich daarbij ook te richten op de geestelijke wereld.

De mens kan het graan verheffen tot brood door er de elementen zout, water, lucht en warmte aan toe te voegen. De bakker voegt iets van zijn eigen wezen toe. Goed brood kun je met je zintuigen leren herkennen. Met name de meer innerlijk gerichte zintuigen kunnen een poort zijn naar het herkennen van het heilig voedende in het brood. In de stofwisseling verenigt de mens zich met de diepste kern van het brood.

Op het altaar heft de priester het brood omhoog en spreekt uit dat het brood het lichaam van Christus is. Het eten van het brood is een sacrament. Dit mag gezien wor-

den als een hulp voor de mens om bewust te leren zich af te stemmen op Christus. Het zaad sterft in de aarde om vervolgens weer te verrijzen, vrucht te dragen en het geestelijke in zich op te nemen. Het vraagt oefening en geduld om deze processen van dood en opstanding steeds meer bewust mee te leren voltrekken.

Wij bidden in het Onze Vader om ons dagelijks brood. Dit kan een bede betekenen voor voedsel dat leven schenkt; voor voedsel dat ons kan helpen de doodskrachten te overwinnen en daarmee voor ons de toekomst open te houden.

Ik ben ontzettend dankbaar dat ik het hele jaar door Demeter graan kan kopen. Ik ben me ervan bewust, terwijl ik dit schrijf, dat het graan tot ons aller vreugde weer op de akkers staat te rijpen en dat de boeren er veel werk voor hebben verzet. Ik hoop op een goede oogst. ☺

Eten met aandacht: Doe ik het goed of doet het mij goed?

Wat neem je waar als je echt aandachtig proeft? Wat doet die appel of chocola of melk met jou? Welke zintuigen gebruik je? De werkwijze die diëtist Rya Ypma ontwikkelde is eenvoudig en doeltreffend: de methode helpt mensen om blijvend hun eetpatronen te veranderen en meer te genieten van hun eten. In een samenwerking met arts-onderzoeker Machteld Huber van het Louis Bolk Instituut beschrijft Rya haar aanpak en de achtergronden daarvan in *Eten met aandacht - Doe ik het goed of doet het mij goed*. Dit boekje uit 2012 (56 pag.) is te bestellen via www.louisbolk.nl, bestelnr: 2012-001 GV; €11,50



De menselijke natuur is cultuur

Granen bekeken vanuit het oerdieet en de antroposofie



Het oerdieet is populair: veel groenten, vlees en vis, en geen of weinig granen. Dit dieet, gebaseerd op het eetpatroon van de jager-verzamelaar, zou nog steeds goed bij de mens passen. Onze genen zijn immers nauwelijks veranderd. Binnen de antroposofische visie passen granen juist goed bij de menselijke ontwikkeling. Ilse Beurskens kijkt naar de achtergrond van deze visies.

Door Ilse Beurskens – van den Bosch, natuurvoedingskundige / Foto's: Peer Schilperoord

De laatste jaren verschijnen er steeds meer boeken en krantenartikelen waarin tarwe als boosdoener wordt gezien voor veel huidige gezondheidsproblemen. 'Oer-diëtisten' raden alle granen af, omdat deze gewassen niet bij de mens zouden passen. Dat zien zij aan ons oorspronkelijke dieet in de oertijd. Antroposofische diëtisten kennen aan granen juist bijzondere voedingskwaliteiten toe



niet toegerust zijn om zoveel granen, zuivel en suiker te verteren. Tegenwoordig eten wij relatief koolhydraatrijk. Het voedingsadvies dat oer-diëtisten hebben ontwikkeld, bestaat uit veel groenten (twee porties per dag, in totaal 500 gram), vlees of vis (zo'n 200 à 300 gram per dag), aangevuld met eieren, fruit, noten en zaden. Zij raden pure, onbewerkte producten aan van dieren en gewassen die naar eigenheid zijn gehouden of geteeld en de tijd kregen om te groeien

en te rijpen. Mensen met allerlei klachten gaan zich met dit dieet beter voelen.

Koolhydraten

Vanuit de visie van het oerdieet gezien past het eten van meer eiwitten en vetten en minder koolhydraten dus nog steeds goed bij ons. Volgens de antroposofische visie hebben koolhydraten een speciale betekenis voor de mens. Wanneer je naar de samenstelling van borstvoeding kijkt zie je dat borstvoeding relatief veel koolhydraten bevat in vergelijking met melk van zoogdieren. Rudolf Steiner onderscheidde de mens in vier wezensdelen (het ik, het astraallichaam of de ziel, het levenslichaam en het fysieke lichaam). Drie wezensdelen hebben een relatie met de voedingsstoffen: koolhydraten, vetten en eiwitten. Steiner maakte het onderstaande rijtje:

koolhydraten	– ik-kracht
vetten	– astraal-lichaam
eiwitten	– levens-lichaam

Hiermee geeft Steiner aan dat ons levenslichaam een belangrijke rol speelt bij de vertering van eiwitten, dat ons astraal-lichaam een belangrijke functie heeft bij het verteren van vetten en dat ons zelfsturend vermogen, onze ik-kracht, belangrijk is bij de vertering van koolhydraten. Koolhydraten hebben een samenhang met dat deel van ons dat ons mens maakt, dat ons onderscheidt van planten en dieren.

Granen

Hoe zijn granen tot ontwikkeling gekomen?

De landbouw en de verschillende graanrassen hebben zich ontwikkeld tussen 10.000 en 7.000 jaar voor Christus. Volgens de overlevering heeft de profeet Zarathoestra uit het oude Perzië daar een belangrijke rol in gespeeld. Hij ontving in een goddelijke openbaring de opdracht de mensen te onderwijzen in het bewerken van de aarde op een manier dat de hemel met de aarde verbonden werd. Zo werd voeding verbouwd die de mensen in de toekomst nodig zouden hebben, zoals granen. Granen doordringen met een fijn vertakt wortelstelsel de aarde en hebben tegelijk een sterke verbinding met het licht dankzij de rechtopstaande houding, de kafnaalden en de grote hoeveelheid kiezel. Kiezel heeft een sterke relatie met licht.

Heinz Grill, spiritueel leraar en natuurarts, schrijft in zijn boek 'Voedsel voor de ziel' over de voedingskwaliteiten van graan. Ik citeer: 'De rijpe graankorrels nemen een vonk van goddelijke liefde in zich op, wat het graan tot voedsel van de geest maakt. Graan geeft de mens kracht om zijn innerlijk gewaarworden vrij te ontplooiën, kracht om zich los te maken van aardse afhankelijkheden.'

Ik ben benieuwd of aan de paleo-diëetiek een bepaald spiritueel mensbeeld verbonden is. Waartoe ontwikkelt de mensheid zich in de evolutie? Dit vroeg ik aan Astrid Jongbloed, voedingscoach in Zuid-Scharwoude en Heerhugowaard.

Astrid: "Daar wordt op een andere manier over gesproken. Om te genezen moet je je hele leven onder de loep nemen. We noemen dit *mindset*. We adviseren om veel te

bewegen en langdurige stress te voorkomen. Onze genen zijn ook niet aan onze huidige leefstijl aangepast. Mensen moeten met zichzelf aan de slag om hun leefstijl te veranderen anders zijn ze na een jaar uitgekeken op dit dieet, gewoon omdat het niet meer werkt. Mensen dienen ook echt anders te gaan eten met veel meer groenten. Wanneer je, om graan te vermijden, elke broodmaaltijd vervangt door baksels van amandelmeel, is de kans groot dat er een nieuwe allergie, een notenallergie ontstaat."

Ik vroeg hetzelfde aan Ria Penders, co-auteur van het boek 'Oergondisch genieten' en orthomoleculair diëtist in Heiloo. Ria: "De paleo-visie richt zich op het verleden met de vraag hoe wij ons kunnen handhaven in de huidige veranderende maatschappij. Willen wij kunnen voortbestaan, dan moeten we rekening houden met onze oorsprong: de oermens. Ik hoop dat wij in de toekomst meer gaan voelen wat onze oorsprong betekent en wat zij met ons doet. De evolutie staat niet stil. Voeding die genetisch past bij de mens is voeding die past bij de mens wie hij is: een zich ontwikkelend wezen. Voeding die daar sterk van afwijkt, kan de mens in de weg zitten en dat zie je momenteel om je heen. Veel mensen hebben last van intoleranties en allergieën. Wanneer je lekkerder in je lijf zit, gaat alles beter. Ook je persoonlijke en spirituele ontwikkeling."

Uitdaging

In het boek 'Voeding' van Rudolf Hauschka (antroposofisch voedingsdeskundige) wijst hij op het onvermogen van menigeen om



koolhydraten, plantaardige voeding, op de juiste wijze te kunnen verteren. Ook Rudolf Steiner zegt dat het niet eenvoudig is om vegetarisch te eten wanneer je voorouders vleeseters waren. Hij wees erop dat mensen moeite kunnen hebben met de vetstofwisseling uit plantaardige voedingsmiddelen.

Je zou kunnen zeggen dat dit overeenkomt met de uitgangspunten van het oerdieet. Blijkbaar kun je je voedselkeuze niet helemaal individueel maken en ben je afhankelijk van wat je voorouders hebben gegeten. Toch is er op dit punt een groot verschil: er wordt een andere waarde aan gehecht. Voeding die moeilijker te verteren is, is niet per definitie een last maar kan juist een uitdaging zijn waar de mensheid en het individu zich aan kan ontwikkelen. Daarbij gaat het om de kracht die je moet opbrengen om granen te kunnen verteren en de oefening. Oefening heeft ook een positieve invloed op de verteringskwaliteiten die volgende generaties ontwikkelen. Wel is het zaak om overbelasting te voorkomen. Zowel overbelasting als onderbelasting dient de mens niet. Johannes Kingma, diëtist werkende vanuit de antroposofie, vertelt vaak in zijn lessen over de menselijke eigenschap om zichzelf te kunnen activeren. Mensen kunnen zichzelf bij de hand nemen om iets te doen uit persoonlijke overtuiging. Dieren kunnen dit

niet. Zij moeten wachten op instinct. Je zou kunnen zeggen dat de mens door zijn geestelijke vermogens een zekere vrijheid heeft en minder gebonden is aan de evolutie dan dieren dat zijn. Door deze vrijheid zie ik de mogelijkheid en het belang om als mens te kiezen voor voedingsmiddelen die juist passen bij de snelle geestelijke ontwikkeling, zoals granen. Johannes Kingma: "De menselijke natuur is cultuur."

Synchroniciteit

Je kunt in de geschiedenis een synchroniciteit zien tussen de ontwikkeling van voedingsgewoonten en de ontwikkeling van het menselijke bewustzijn. Hauschka schetst een duidelijk beeld over hoe de ontwikkeling van suiker de menselijke persoonlijkheidsontwikkeling begeleidt. De eerste suiker die de mens sinds de oudheid eet, is honing. Toen was het leven onbewust doordrongen van goddelijke impulsen en was onze persoonlijkheid nog zwak. Honing is afkomstig van de bloem, die verbonden is met de kosmos. Daarna kwam rietsuiker in een periode waarin mensen beslissingen gingen nemen vanuit het gemoed en op zoek gingen naar sociale ordening. Rietsuiker wordt gewonnen uit de stengel van de plant, die een relatie heeft met ons gevoelsleven. Daarna kwam bietsuiker, gewonnen uit de wortel



van de suikerbiet, in een periode waarin ons denken aardse, materialistische, logische kwaliteit krijgt en wij ons als individu sterk ontwikkelen. Rudolf Steiner heeft ook een verband gelegd tussen het eten van aardappels (koolhydraten gevormd in de aarde) en het aardse, industriële denken.

Gesloten graan

Wat is er over van de heilige kwaliteit die graan ooit had? Door eenzijdige bemesting zijn er tarwesoorten gekweekt met hoge opbrengsten en een steeds hoger glutengehalte. Gluten is eiwit met een grote elastische kwaliteit die handig is bij het bakken van brood.

Hierover sprak ik met Peer Schilperoord, graanveredelaar en onderzoeker in Zwitserland. Peer: "Moderne tarwe is een groot probleem. Het is stijf en heeft veel kunstmest nodig. Het maakt de mensen afgesloten. Als je deze tarwe eet, kun je ervaren dat je op jezelf geworpen wordt. Het gaat niet alleen om de moderne landbouwmethodes. Er waren meteen al oorspronkelijke soorten die meer gesloten waren. Het zijn deze soorten die de mens heeft veredeld."

Zou je kunnen zeggen dat dat goed is geweest om onze individualiteit te ontwikkelen?

Peer: "Ja, maar het is te sterk geworden."

Johannes ziet ook nog een andere mogelijkheid: "Tarwe is kapot gekweekt. Maar toch, het is een oud graan dat in veel culturen erg belangrijk is. De oude Egyptenaren (3300 – 330 voor Christus) hebben toen al kafnaalden van tarwe gekweekt. Ik vraag me af waarom ze dat hebben gedaan. We leven nu in een tijd waarin de geestelijke wereld steeds minder inwerkt op het leven op aarde. Dit lijkt een pessimistisch scenario, maar het is ook een kans. Door menselijke activiteit kunnen ook nieuwe levenskrachten gaan werken. In die samenhang denk ik dat tarwe als 'zonnegraan' een belangrijke rol kan vervullen in de toekomst. Wanneer alle lichtkwaliteit weggeteeld is, moet dat door menselijke activiteit vervangen worden. Dat is een goede oefening op weg naar de kunst om zelf licht en liefde te creëren. Wanneer je granen veredelt, zou dit de vraag moeten zijn: wat hebben mensen aan voedingskwaliteit nodig in de toekomst?"

Moraliteit

Vanuit zijn toekomstbeeld heeft Johannes het vaak over moraliteit, ons vermogen om ethisch te kunnen handelen: "Ik ga ervan uit dat wij ons nog ver kunnen ontwikkelen. Dat wij met onze geest bewust onze levenskrachten en organen kunnen leren sturen. Of neem simpelweg de huidige tech-

nische ontwikkelingen. Die gaan heel snel. Wanneer wij producten ontwikkelen of gebruiken die voortkomen uit ons technische denken of anderszins onze geestelijke vaardigheden goed willen gebruiken, dan hebben wij moraliteit nodig. Eén stap verder in de techniek, vraagt om tien stappen verder in de ontwikkeling van moraliteit."

Ik leg die vraag ook aan Peer voor: wat hebben mensen in hun voeding nodig in de toekomst, nu onze individualiteit is gevormd? "Openheid", antwoordt hij. "Voeding die de mensen niet in de weg staat zich te openen voor hun omgeving. Zelf veredel ik rogge. Dan let ik erop dat de plant niet te compact wordt. Het gewas moet open blijven."

Zou dat een ontwikkeling naar meer moraliteit ten goede komen?

Peer: "Jazeker."

Deze tekst van Rudolf Hauschka laat nog een ander aspect zien: 'Plantaardige voeding is weliswaar moeilijker te verteren, maar anderzijds bevat ze geen dierlijke zielekrachten die overwonnen moeten worden. Door plantaardige voeding kan de mens opzien naar de grote samenhangen der dingen! Hoe zou de toekomst eruit zien als we ons hier meer op zouden richten? ☺

Workshop Granen

Ilse Beurskens-van den Bosch verzorgt 27 september een workshop over granen. Zie agenda op pag 33

Dynamisch Perspectief

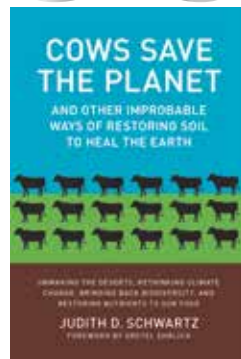
Boekbespreking



Herstellende landbouw
– Agro-ecologie voor boeren, burgers en buitenlui; Mark Shepard, Uitgeverij Jan van Arkel, 320 p, €24,95



Heel de Wereld; Jelleke de Nooy, Uitgeverij Jan van Arkel, 378p, €19,95



Cows Save the Planet: And Other Improbable Ways of Restoring Soil to Heal the Earth; Judith Schwartz, Chelsea Green Publishing Co, 240 p, €17,99

Herstellende landbouw

Tekst: Ellen Winkel

In de thema-uitgave van Dynamisch Perspectief *Bodemvruchtbaarheid als vrucht van de landbouw*, die in april verscheen, stond centraal: hoe kan de landbouw bijdragen aan het verbeteren van de bodemvruchtbaarheid. Dat dit een actueel thema is, blijkt uit tal van boeken die op dit terrein verschijnen.

In *Herstellende landbouw* beschrijft de Amerikaanse boer Mark Shepard over zijn eigen ervaringen op New Forest Farm, waar hij (graan)akkers afwisselt met rijen hazelaars en tamme kastanjes, en waar koeien, varkens en kippen 'in dienst zijn' van het voedselproducerende ecosysteem: varkens ruimen de valappels op, koeien maaien het gras en kippen verspreiden

de koeienmest.

Shepard beschrijft hoe hij vanaf een heuvelrug uitkijkt over een zwerm maaidorsers, die een kale, stoffige vlakte van enkel maïsstoppels achterlaten – een doods landschap tot aan de horizon, geen vogel te zien op enkele gieren na, de dorpen die er een generatie terug waren zijn uitgestorven. Zo ziet de zogenaamde graanschuur van de

wereld eruit, realiseert hij zich, *the american dream*. Dan draait hij zich om en loopt terug over land dat er 15 jaar geleden ook zo kaal en doods uitzag. Maar nu wandelt hij door jong aangeplant bos, langs een kikkerpoel, langs nieuwe greppels die water opvangen en verspreiden; een levende plek met allerlei vogels en insecten, waar je wordt omringd door eten – noten, peren, moerbeien en nog veel meer. New Forest Farm.

Ook Jelleke de Nooy zet de praktijk centraal in het boek *Heel de Wereld – Op weg naar agro-ecologische landbouw & genoeg goed voedsel voor iedereen*. 'In 2014 hebben we de wereld gered door wereldwijd over te schakelen op agro-ecologische landbouwpraktijken', schrijft ze 'Dat zullen we tegen elkaar zeggen in 2030, als we terugkijken op deze transitietijd'. Ze beschrijft 24 inspirerende voorbeelden. Hoe aan de rand van de woestijn aan de kust van de Rode Zee in de Zula Baai een mangrovebos is verschenen dat voedsel biedt aan mensen en vee. Over Se-

kem in Egypte en het herstel van het Löss-plateau in China. Over de rol van consumenten in Food Link in Londen en Lazuur Food Community in Wageningen. Over boeren die niet ploegen, met Pure Graze werken of natuurwaarden herstellen. Na het lezen van dit boek weet je dat het weer goed komt met de wereld.

Een derde boek in dit veld dat we willen noemen is *Cows Save the Planet: And Other Improbable Ways of Restoring Soil to Heal the Earth*, geschreven door journalist Judith Schwartz. Zelf noemt ze haar boek 'een oproep tot actie namens de bodem'. Veel maatschappelijke problemen - klimaatverandering, verwoestijning, achteruitgang van biodiversiteit, droogtes, overstromingen, obesitas - hebben in haar ogen te maken met hoe we met de bodem omgaan. Het herstellen van bodemvruchtbaarheid is dus een bijzonder efficiënte oplossing voor tal van problemen. Dus nodigt ze iedereen uit: 'Rol je mouwen en je broekspijpen op en stap met me mee de modder in!'



Crowdfunding Zonnezuivel geslaagd

Het is gelukt: het benodigde bedrag voor een eigen zuivelfabriek op BD-boerderij Zonnehoeve is binnengehaald (zie DP2014-3). Teka Kappers presenteerde het project Zonnezuivel via crowdfundingplatform doorgaan.nl. Op 30 juni, de laatste dag van de wervingsactie, stond de teller

op 56.530 euro, ofwel 103% van de benodigde 55.000. In een reactie zegt Teka: "Ik ben superblij en apetrots. Dit had ik nooit verwacht. Ik ben al een jaar bezig met voorbereidingen en dacht 'we proberen het gewoon, we zien wel waar het schip strandt'. Nu hebben we het *in the pocket*."

We voelen ons enorm gesteund door burgers. Het geeft aan dat mensen vertrouwen in ons hebben en dat ze geloven in het concept - het leveren van onze eigen, verse zuivel rechtstreeks aan de klant. We kunnen nu aan de slag om dat te realiseren. Nu begint het echt!"

Bijzondere bewoners

Biologisch tuinder Esther Kuiler beleeft bijzondere ontmoetingen in De Ommuurde Tuin in Renkum. In de Nieuwsbrief van juni schrijft ze: 'Het is altijd leuk deze rups te vinden. Het is de nakomeling van de koninginpage; misschien wel die uit de vorige nieuwsbrief. Ze zitten graag op venkel of wortel. Helemaal niet erg om daar wat blaadjes aan kwijt te raken. De ringslangen zijn ook weer gesignaleerd. Onder het plastic op de composthoop hebben ze het heerlijk warm en leggen ze hun eieren. Als ze verkoeling willen nemen ze een bad in de vijver of de beek. Prima leventje zou ik zo zeggen. Ze eten een heleboel ongedierte dus ik ben ook erg blij met ze.' Zie: www.ommuurdetuin.nl



D

P ProSpecieRara ook in Nederland van start

Tijdens het biologische EkoTown lifestyle festival op zondag 22 juni is de aftrap gegeven voor ProSpecieRara Nederland, wat in het Latijn betekent 'voor zeldzame soorten'. Het is gebaseerd op een zeer succesvol Zwitsers initiatief met deze naam. ProSpecieRara Nederland gaat zich inzetten voor het behoud en het gebruik van bijzondere streekassen. Stichting Zaadgoed en Stichting de Oerakker hebben de krachten gebundeld om dit project op te zetten in het kader van een landelijk actieplan voor het behoud van agrarische biodiversiteit.

Mede-initiator Jan Velema licht toe: "Sommige rassen dreigen te verdwijnen omdat ze niet geschikt zijn voor grootschalige teelt of machinale oogst. Dit zijn vaak smaakvolle streekassen zoals de Groninger Weeschild, een stamslaboon, of de twee meter hoge Sint Jansrogge. Dit soort rassen willen we behouden met de hulp van professionele en amateurtuinders."

ProSpecieRara gaat met behulp van bedrijfsleven, fondsen en donateurs een collectie opbou-

wen van bijzondere Nederlandse rassen. Daarnaast willen de initiatiefnemers kennis opbouwen en verspreiden op het gebied van de instandhouding en vermeerdering. Ook gaan ze naar Zwitsers voorbeeld demonstratietuinen opzetten op landgoederen en musea en zorgen voor uitwisseling van zaden en planten. Geïnteresseerden kunnen donateur worden of instandhouder van één van de cultuurgewassen. Bert van Ruitenbeek, voorzitter van Stichting Zaadgoed: "Het mooie van biodiversiteit is: hoe meer je ervan eet, hoe meer je ervan krijgt. Daarom gaan we ook winkelketens bij ons werk betrekken en clubs als Slow Food en Streek Producten Nederland. We willen van zadencollecties in genenbanken naar levende genenbanken op het veld en meer diversiteit op ons bord."



Netwerk voor zaadteelt van cultuurgewassen en instandhouding van biodiversiteit

Meer informatie:
www.prospecierara.nl



Vorig jaar is in het kader van *ToekomstZaaien!* Sint Jansrogge gezaaid op Landgoed 't Hemeltje in Bathmen. De rijpe rogge is het laatste weekend van juli feestelijk geoogst op initiatief van BD-imkers Angélique Berger en Rinske Kreukniet van Immeke. Ze gebruiken het lange, stugge stro van de rogge voor het maken van bijenkasten en korven. Zo hebben ze samen

met leerlingen van het Rudolf Steiner college in Rotterdam kasten met roggestro gebouwd (zie foto).

Bij het Toekomst Oogsten waren ook andere imkers uitgenodigd om zelf schoven te komen oogsten. En de korrels? Die laten ze malen in de molen. Van het meel worden heerlijke honingroggekoeken gebakken.

Zie ook www.immeke.nl





Odin-imker Jos Willemse met Neel en Jannie op een bijzondere plek...

Bericht van de Odin-imkerij

In de eerste helft van 2014 heeft de Odin-imkerij haar werkgebied uitgebreid met bijenvolken op twee mooie biodynamische boerderijen: De Zonnehorst in Punthorst en De Zonneboog in Lelystad. Eind van de zomer komt daar het biodynamische fruitteeltbedrijf Fruitweelde in Ingen bij. Als extraatje heeft Odin-imker Jos Willemse begin juli twee bijenvolken, Neel en Jannie, geplaatst op wel een hele bijzondere plek. Heel veel meer mag Jos daar nu nog niet over verklappen, maar als u op donderdag 18 september naar de inspiratiemiddag biodynamische landbouw in de Kunsthal in Rotterdam komt, hoort u er ongetwijfeld meer over. Het werk van de Odin-imker is te volgen via www.odin-imkerij.nl

Gezonde voeding als bron van levenskracht

Voor het Centrum Sociale Gezondheidszorg heeft Jan Saal een uitgebreide brochure geschreven: *Biodynamische Landbouw - Gezonde voeding als bron van levenskracht*. Het boekje is bedoeld om mensen kennis te laten maken met biodynamische landbouw, in het bijzonder met de achtergronden, de praktijk en het denken waar deze manier van werken uit voortkomt. Om die zienswijze te illustreren is als bijlage een lezing van Rudolf Steiner opgenomen van 31 oktober 1923 over hoe een boom groeit en zich ontwikkelt. Met uitspraken als 'Wat doet het levenssap?

Dat cirkelt rond en veroorzaakt overal bladeren' prikkelt Rudolf Steiner bij zijn toehoorders het voorstellingsvermogen zodat ze zich een levend beeld kunnen vormen van de manier waarop een plant groeit.

Het boekje is het 53^{ste} deel van de reeks 'Gezichtspunten', geschreven door auteurs die zich geïnspireerd weten door de antroposofie. Jan Saal heeft diverse functies vervuld in het biodynamische veld, onder andere als voorzitter van de BD-Vereniging. De brochures zijn zowel als abonnement als los verkrijgbaar. Voor informatie, zie www.gezichtspunten.nl



Bij BD-boerderij De Zonnehorst in Punthorst vinden op vrijdag 19 en zaterdag 20 september resp. een avond- en ochtendontmoeting plaats, waarbij sterrenkundige Liesbeth Bisterbosch uitleg geeft over de sterren van de dierenriem en de planeten. Vrijdagavond staat in het teken van kijken naar de sterrenhemel met uitleg, voordracht, vragen en gesprek. Zaterdagoch-

tend is er verdere verdieping via gesprek en het tekenen en zelf lopen van de bewegingen van de hemellichamen. Kosten: € 30 (of € 20 voor alleen het avondprogramma). In overleg met De Zonnehorst is een overnachting met ontbijt mogelijk. Voor info en aanmelding: 038-4652378 (Margreet) of 0522-451062 (Hilde). Zie ook www.zonnehorst.nl

P Op zoek naar nieuwe rassen in Odin Proeftuinen

Dit voorjaar zijn er Odin-proeftuinen voor zaadvaste rassen ingericht bij drie biodynamische bedrijven: GAOS in Swifterbant, De Groenen Hof in Esbeek en de Maatschap Dames en Heren Vos in Kraggenburg. In het tarweproefveld bij Vos wordt gezocht naar alternatieven voor het biologische baktarweras Lavett. Dat gebeurt met veldtesten, bakproeven en proefsessies met consumenten. Rassen die het goed doen, zullen op grotere schaal worden ingezaaid om als basis te dienen voor een nieuw broodassortiment in de Estafette-winkels. In de twee groenteproeftui-

nen bij GAOS en De Groenen Hof wordt jaarlijks van tien groentesoorten een selectie van zaadvaste rassen gezaaid en geplant, die geschikt zijn voor de biologische teelt. De zaadvaste groenterassen die positief uit de proeftuinronde springen – wat betreft groeieigenschappen, opbrengst en smaak – zullen het jaar erna op praktijkschaal worden geteeld en opgenomen in het assortiment van de Estafette-winkels en de Odin-abonnementen.

De proeftuinen zijn onderdeel van het project Divers & Dichtbij – proeftuinen voor zaadvaste rassen, waarin groothandel Odin samenwerkt met het Louis Bolk

Instituut en de drie biodynamische telers. In juni waren telers, klanten en medewerkers te gast in de proeftuin op De Groenen Hof in Esbeek om de rassenproef met Bataviasla en koolrabi te bekijken en voor een smaakproef met tien koolraborassen. Half juli was er een bijeenkomst bij Vos. Zo vlak voor de oogst waren de verschillen per tarweras goed te zien. Bakproeven moeten dit najaar meer zicht geven op de bakkwaliteit en de smaak. Odin verzorgt dit najaar meerdere bijeenkomsten in en om de proeftuinen waarbij iedereen welkom is.

Nieuwsgierig? Kijk op www.estafette.org



Telers en onderzoekers bekijken de tarwerassen bij maatschap Vos

Maandelijks

Excursie Bedrijfsindividualiteit

Elke maand (behalve in augustus) organiseert de BD-Vereniging een excursie naar een biologisch-dynamisch werkend bedrijf met het thema bedrijfsindividualiteit. Kijk voor het actuele programma op de website bdvereniging.nl

Maandelijks

Rondleiding Dijkgatshoeve

In Wieringerwerf, zie www.dijkgatshoeve.nl

aug, sept, okt

Boergondische feestmalen

Heerlijk eten in wei, boomgaard of stal, www.vaneigenerf.nl

23 augustus

De verschillende groentefamilies

Kookworkshop met Ilse Beurskens-van den Bosch in Heerhugowaard. Elke groentefamilie heeft zijn eigen specifieke kwaliteiten waarmee ze ons voedt. Kunnen we zien hoe de elementkrachten – aarde, water, lucht en vuur – inwerken op de verschillende groentefamilies? Info en opgave: 072-5644752 of contact@voedsaam.nl

Vanaf september

Barstensvol leven

Inspirerende en vitaliserende jaaropleiding biodynamische landbouw en voeding. Hoe creëer je vruchtbare grond? Hoe teel je vitale voeding? Kun je dat proeven? Wat heeft de kosmos daarmee te maken? En wat zijn natuurwezens? Zie www.kraaybeekerhof.nl

6 september

Snoeidemonstratie

Leer hoe je kersen- en pruimbomen snoeit in de boomgaard van BD-kwekerij De Vrolijke Noot in Wapserveen, www.devrolijkenoot.nl

7 september

Open dag Warmonderhof

Warmonderhof begint traditiegetrouw het schooljaar met een Open Dag. Vrienden, familie, inwoners van Dronten en omgeving, relaties en oud-Warmonderhofstudenten, iedereen is welkom! Thema van dit jaar is *Smaken verschillen; beleef onze smaak!* De open dag is van 11 tot 16 uur op Wisentweg 12 in Dronten. Zie www.warmonderhof.nl

17 en 24 sept, 1 en 15 okt

Oriëntatiecursus

Op 4 woensdagmiddagen verzorgt Michiel Rietveld de oriëntatiecursus 'BD-landbouw, voeding en voedingskwaliteit' op Kraaybeekerhof in Driebergen. Zie www.kraaybeekerhof.nl

13 sept – 11 jan

Alchemie van het alledaagse

Expositie *De alchemie van het alledaagse* over het leven en werk van Rudolf Steiner in De Kunsthof. Zie www.kunsthof.nl

18 september

BD-Relatiemiddag

In De Kunsthof, georganiseerd door Stichting Demeter en de BD-Vereniging. Zie pag 31

19 en 20 september

Kijken naar de sterrenhemel

Met Liesbeth Bisterbosch op De Zonnehorst, zie pag 31

27 september

Granen

Kookworkshop met Ilse Beurskens-van den Bosch in Heerhugowaard. De verschillende graansoorten hebben een eigen voedende kwaliteit. Kun je dit

fenomenologisch waarnemen?

Hoe zou het kunnen dat veel mensen tarwe of gluten slecht kunnen verteren? We gaan aan de slag met een graanmolen en met recepten die granen goed verteerbaar maken. Info en opgave: 072-5644752 of contact@voedsaam.nl

28 september

Reuze Picknick

Groot picknickfestijn bij BD-tuinderij De Kromme Lepel in Bergen op Zoom, www.bdgrondbeheer.nl

Oktober

ToekomstZaaien!

BD-bedrijven nodigen u uit om met elkaar graan te zaaien op een akker. Zo geven boeren en burgers uitdrukking aan hun zorg voor goed zaadgoed (in samenwerking met Stichting Demeter en Stichting Zaadgoed). Zie voor het programma www.toekomstzaaien.nl en www.toekomstzaaien.be

11 oktober

De kracht van de juiste voeding

Paula Holtzer geeft in Nijmegen een workshop met producten van Nederlandse bodem. Over:

voordelen van biologische voeding op de gezondheid, wat doet voeding met je lichaam, is het verwarmend of verkoelend, welke invloed heeft de smaak, welke voeding past bij jouw constitutie, welke voeding zorgt voor een gezond gewicht. Zie www.evenwichtigleven.nl

24, 25, 26 okt

Steinbeisser Experimentaal Gastronomy

Kunstzinnige eetbelevens in Amsterdam. Zie www.steinbeisser.org

25 oktober

Gezond zoet

Kookworkshop met Ilse Beurskens-van den Bosch in Heerhugowaard. Volwaardige voeding bestaat uit alle oorspronkelijke voedingsstoffen. Wat gebeurt er wanneer je koolhydraten rafineert tot witte suiker of bloem en wat betekent dat voor de spijsvertering? Welke zoetmiddelen zijn volwaardig? Hoe maak je lekkere zoete gerechten met deze ingrediënten? Info en opgave: 072-5644752 of contact@voedsaam.nl



Ik ben actief voor de BD-Vereniging

Gineke de Graaf, 56 jaar, is groentezadenteler op De Groenen Hof, en maakt en verkoopt BD-preparaten

Vereniging: *Als redactielid denk ik mee over dit blad en schrijf ik de rubriek over de Landbouwcursus. In een project leer ik mensen om met BD-preparaten te werken.*

Gebeurtenis: *Een regulier landbouwadviësbureau bestelde kiezelpreparaat voor in de tomatenteelt op substraat. Ze meldden terug dat ze daarmee 10% meer bloemzetting hadden. Ik vraag me af of zo'n effect aanhoudt.*

Enthousiast: *Bij Dorian Schmidt en Frans Romeijn leer ik het waarnemen van levenskrachten. Het is geweldig om te ontdekken dat ik nieuwe zintuigorganen ontwikkel waardoor ik gevoeliger word voor het leven en de samenhang tussen levende wezens.*

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



Vereniging voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding

**DYNAMISCH PERSPECTIEF
2014 - AUGUSTUS - nr 4**

Dynamisch Perspectief is het ledenblad van de BD-Vereniging en verschijnt 6x 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 3 september 2014, agendaberichten 22 september. DP2014-5 verschijnt half oktober. Heb je ideeën voor artikelen? Overleg met Ellen Winkel, 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 BD-jaardag bij De Korenbloem (Foto: Ruud Hendriks)

Vormgeving Fingerprint, Witzenhausen DE, Gerda Peters

Druk ZuidamUithof

**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 Piet van IJendoorn (voorzitter), Derk Klein Bramel (secretaris), Maria van Boxtel (penningmeester), Eline van den Muijsenberg (BD Jong)

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.

BD-preparaten De preparatenwerkgroep heeft haar werk overgedragen aan Gineke de Graaf. BD-preparaten en materialen daarvoor zijn

rechtstreeks bij Gineke te bestellen via www.degroenenhof.nl, of 06 36581305.

BD-Jong Activiteiten voor en door jongeren t/m 33 jaar. Voor info, neem contact op met Eline van den Muijsenberg via bd-jong@bdvereniging.nl

Lidmaatschap
€ 40,- per jaar. Jongerenlid (t/m 23 jaar): € 20,- per jaar. Beroepslid: € 200,- of € 40,- per jaar (voor het eerste of tweede lid van één bedrijf. Vanaf 2015 € 100,- voor elk beroepslid). Een lidmaatschap wordt jaarlijks stilzwingend verlengd, tenzij u vóór 1 december heeft opgezegd. Aanmelden als lid kan via de website www.bdvereniging.nl, of via het bureau. Rekeningnummer contributie IBAN: NL 04 INGB 0000147485, BIC: INGBNL2A tnv Ver voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding.

Schenkingen 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 Beogende Instelling (ANBI). Legaten zijn geheel vrij van successierecht. Schenkingen zijn vrijgesteld van schenkingsrecht. Wilt u meer informatie, belt u dan met het bureau. Rekeningnummer schenkingen IBAN: NL07INGB0000313786, BIC: INGBNL2A.

Tekst: Annelijn Steenbruggen | Foto: Henk Bunschoek

Twee jaar geleden heeft Henk Bunschoek van De Zonnehorst in Punthorst de cursus voor biodynamisch imkeren gedaan. Sindsdien houdt hij zijn bijen op een zo natuurlijk mogelijke manier. Dat betekent dat ze hem regelmatig voor verrassingen plaatsen. Henk: "De verrassing van dit jaar was dat ze vrij vroeg gingen zwermen. De eerste zwerm is in een holle boom bij de overburen gaan zitten. Daar schrok ik wel even van, want uitgerekend met die overbuurman heb ik minder goed contact. Ik heb de bijen verteld dat ze daar weinig toekomst hebben. De holte is erg klein en de boom staat te dicht bij een fietspad. De bijen zijn er toen weer uit vertrokken en in een struik gaan hangen, alsof ze naar mij geluisterd hadden. Daar kon ik ze makkelijk scheppen. Maar voordat ik ze kon opdoeken in de schepkorf vlogen ze toch terug in de boomholte. Daar zitten ze nu nog."

"Het grappige is dat de buurman enthousiast werd voor de bijen. Het contact met hem is nog steeds niet optimaal maar het is wel beter geworden. Zo'n bijenvolk gaat niet voor niks bij buurman in de boom zitten. Ik kan het moeilijk met woorden uitleggen, maar ik voel dat de bijen heel belangrijk zijn om een sterker bedrijf te krijgen. We zijn een groenteteeltbedrijf en hebben weinig dieren; alleen een paar varkens en kippen. Door de bijen is het dierlijke element beter vertegenwoordigd en heeft het bedrijf een veel gemengder karakter gekregen. Dat heeft de identiteit van het bedrijf sterker gemaakt en de samenhang met de omgeving is verbeterd. Wij hebben echt het gevoel dat bijen voor meer verbinding met de omgeving zorgen. Het verbeterde contact met de overbuurman is daar een mooi voorbeeld van." 🐝

De bijen in de holle boom van de overburen >



Bijen bij de buurman in de boom



Jan Duijndam
Hoeve Blesland, Delfgauw (ZH)

zuiver @zuivel



ONTDEK DE HERKOMST

1



Scan de QR code op de verpakking

2

Voer de productiecode in



3

En zie welke boer onder andere de melk levert voor uw product



bereid met melk van onze eigen boeren

Transpanter kan niet!

www.zuiverzuivel.nl

