

Dynamisch Perspectief



Ledenblad van de Vereniging voor
Biologisch-Dynamische Landbouw & Voeding

Oktober 2015 / 5

Eosta: gezonde aarde via de economie
Microkosmos Macrokosmos
Verder kijken dan onze ogen kunnen zien
Een weerbaar gewas: gezond of ongezond?

Dynamisch Perspectief

redactioneel

Save Our Air

Hoe zou het Volkswagen-concern er uit hebben gezien als hun CEO's gegrepen zouden zijn geweest door *The earth as a basis of world economy* (dit boek verscheen in 1937, het jaar dat Volkswagen werd opgericht). En door Al Gore's *The Earth in the Balance*. En door antroposofische jeugd-sessies.

Stel dat VW een 'trace & tell merk' (*Life and More ofzo*) had ontwikkeld om volledig transparant te zijn; bij iedere auto zat een folder met daarop een code en een foto van de ijzererts-delver of de rubberplantage-eigenaar. Via die code vond je op internet de duurzaamheidsprestaties van die producent op het vlak van aarde, water, lucht en energie; en ook hoe het bedrijf met zijn mensen omging. Bovendien had VW samen met vele ngo's een internationale campagne opgezet, *Save Our Air*, die iedereen stimuleerde om het dak van zijn huis vol zonnecellen te leggen om CO₂-neutraal in een elektrische VW te kunnen rijden.

En de technologie om smogdeeltjes op te zuigen en er een diamant-achtige steen van te maken, werd door VW-dochter *Air and More* tot een succes gebracht.

Wat zou VW een mooie toekomst hebben gehad.

Ellen Winkel, hoofdredacteur,
ellen@schrijfwinkel.nl



- 03 Dynamisch Portret: Eosta 25 jaar
- 09 Congres Microkosmos-Macrokosmos in Artis
- 12 Uit de vereniging
- 14 De Landbouwcursus als inspiratiebron: Thomas Hoedjes
- 17 Het boerenbedrijf als levend organisme - deel 4
- 19 Lievegoed verkoopt BD-boerderijen
- 20 Het ideale boerenbedrijf van... Rinke Robben
- 22 Dynamische keuken
- 26 Perspectief
- 32 Agenda
- 34 Colofon en Leden-service
- 35 BD juwelen

Congres Microkosmos Macrokosmos

- 9 Hemelse muziek in de bodem



Verder kijken dan ogen kunnen zien

- 14 Stoffen komen tot leven
in de Landbouwcursus



Een weerbaar gewas is (on)gezond

- 22 Over giftige en heilzame
verdedigingsstoffen

By the time you've decided to share this message, 29,651 m² of fertile soil has been destroyed.



HELP US
SAVE OUR SOILS

Eosta 25 jaar

De aarde gezond maken
via de economie

Hoe kun je de wereldhandel zo organiseren, dat die bijdraagt aan het gezond maken van de aarde – waarbij die aarde als een levend organisme wordt begrepen? Met dit soort vragen in zijn hoofd ging Volkert Engelsman (1957) in 1990 van start met Eosta. Bij de viering van de 25ste verjaardag van het handelsbedrijf stond de campagne Save Our Soils centraal: via sociale media werden 12 miljoen mensen bereikt. *Tekst: Ellen Winkel / Foto's: Eosta*

'De aarde als basis van de wereldeconomie', heette de internationale Demeter Handelsconferentie, die Volkert Engelsman in 1989 organiseerde. Ik kwam dit tegen in een oude Nieuwsbrief van de BD-Vereniging, toen ik dit interview voorbereidde. *The earth as a basis of world economy* is een boek over de ideeën van de Britse industrieel en antroposoof Daniel N Dunlop (1868-1935). Centraal hierin staat de omgang met de aarde als levend organisme en de vraag hoe de anonieme wereldmarkt (die tot roofbouw van de aarde en van mensen leidt) omgevormd kan worden tot een markt, waarin krachten werkzaam zijn die het sociale en natuurlijke leven ondersteunen.

Dus voordat Eosta was opgericht hield je je hier al mee bezig?

Volkert Engelsman: "Je kunt Daniel Dunlop gerust een van de oprichters van Eosta noemen. We bouwen mede voort op zijn vragen en ideeën. Ook Al Gore was voor mij een grote inspiratiebron. In zijn

boek *Earth in the Balance* beschreef hij als een van de eersten dat er geen sprake van een vrije markt kan zijn, zolang we kosten van milieuschade afwentelen op toekomstige generaties in plaats van deze door te berekenen in de prijs."

Hoe ben je in de Demeter handel terechtgekomen?

"Mijn laatste drie schooljaren zat ik op een vrijeschool in Duitsland. Op die leeftijd vraag je je af wat je wilt. Je ontwikkelt idealen. Ik las graag Goethe, Schiller, Steiner en andere grote denkers en dacht na over hoe de nieuwe wereld eruit zou moeten zien. Ik heb nog even overwogen om naar het conservatorium te gaan vanwege mijn liefde voor de cello, maar ik koos toch voor het bedrijfsleven. Daar moest de verandering vandaan komen. Ik ging economie en bedrijfskunde studeren."

"Mijn eerste baan was bij Cargill USA: termijnhandel in 'commodities', zoals granen en suiker. Ik zag veel van de wereld en leerde veel over het ondernemerschap. Tegelijkertijd verdiepte ik me in antroposofie en draaide actief mee in bijvoorbeeld de *Jugend Sektion* in Dornach (de jeugdafdeling van de internationale antroposofische vereniging). Met een internationale groep jongeren bestudeerden we werken van Steiner en ontwikkelden wereldverbeterplannen. Ook organiseerden we allerlei activiteiten, zoals die internationale Demeter Handelsconferenties."

"Ik leefde in twee werelden en voelde me in beide thuis. Maar de mensen uit de ene wereld snaptten weinig van wat ik in die andere wereld deed. In die tijd zat ik ook in het bestuur van de antroposofische vereniging; ik miste er de zeewind. Er is altijd een spanningsveld tussen twee uitersten. Idealen en realiteit. Het spirituele en het



materiele. Economie en ecologie. Hoe sterker de spanning tussen de polen, hoe sterker de kleuren van de regenboog. Kleur ontstaat waar licht en donker elkaar ontmoeten, zei Goethe. Dat is gelijk ook het verhaal van Eosta – *where ecology meets economy* – met in het logo de regenboog."

"Het is makkelijker om te kiezen voor één kleur, één etiket. Wel zo comfortabel. Je voelt je thuis in een groep. Maar ik wilde – en wil – me niet beperken tot een te beperkte groep mensen. Kies je voor Ajax, dan ben je tegen Feijenoord. Eigenlijk is maar één groep relevant ... de hele mensheid."

De hele mensheid?

"Ja, niet kleiner, ook niet groter. Eind jaren 80 veranderde er veel in de wereld: de val van de muur, Mandela kwam vrij, de aandacht voor milieu groeide. Alsof er een frisse wind door de wereld ging. Daniel Dunlop had gezegd: we gaan pas orde in de wereldeconomie krijgen als we de aarde begrijpen als een levend organisme. Dat is tegelijkertijd een appél aan iedere mens om mensheidsrepresentant te worden. Klinkt groot, vast nog een lange weg te gaan, maar zo simpel is het doel. We moeten van deeltjes-denken naar heelheids-denken. In de natuur is het vanzelfsprekend dat het geheel meer is dan de som der delen. Boeren snappen dat. En of je dat wat materie ordent nu levenskracht, het etherische, of chi noemt, maakt me niet uit. In het sociale is het denken in 'het geheel is meer dan de delen' veel moeilijker. Hier ligt voor mij een zingevingsvraag: de gezondheid van de aarde hangt af van hoe we met elkaar de economie inrichten. Toen ik na zes jaar wegging bij Cargill, ben ik gevraagd om directeur van de Demeter Bund te worden, maar het ondernemerschap trok me meer."



Nature and More & de duurzaamheidsbloem

In 2004 heeft Eosta het 'trace & tell merk' Nature and More geïntroduceerd. Op natureandmore.com staan ongeveer 60 interviews met telers. Sommige van deze telerprofielen staan voor één bedrijf, zoals glastuinder Rob van Paassen (code 183). Andere telers, zoals mangoteler Zonga Adama uit Burkina Faso (code 565), vertegenwoordigen een coöperatief van honderden kleine boeren. Eosta neemt groente en fruit rechtstreeks af van meer dan duizend grote en kleine telers.

Bij elk telerprofiel staat een 'duurzaamheidsbloem' die laat zien hoe de teler presteert op sociale aspecten en op het gebied van duurzaamheid. De bloemblaadjes representeren de thema's bodem, water, lucht, energie, planten en dieren. Klik je bijvoorbeeld bij Rob van Paassen op 'water', dan lees je dat hij regenwater opvangt in een reservoir. Klik je op het hart van de duurzaamheidsbloem, dan zie je hoe het bedrijf met mensen omgaat, zoals werknemers en de lokale gemeenschap. Op de website wordt toegelicht: 'Dit hart is verdeeld in drie begrippen die betrekking hebben op drie vlakken van het menselijk bestaan: de geest (persoonlijke ontwikkeling), het hart (intermenselijke relaties) en het lichaam (basisbehoeften).'



Dus hoe vertaalde je dit naar de praktijk, toen je in 1990 met Eosta van start ging?

Volkert tekent drie cirkels op een A4-tje met daarbij 'Verantwoord', 'Samen' en 'Authentiek'. "Onze kernwaarden hebben altijd voorop gestaan. Maatschappelijk 'verantwoord' ondernemen betekent voor ons: gezond, ecologisch en sociaal. Bij 'samen' is het de vraag hoe je integrerende krachten kunt opzoeken in een markt waar – door het denken in deelbelangen – desintegrerende krachten overheersen. De grote uitdaging daarbij is transparantie. Op elk moment moet je bereid zijn om aan alle relevante stakeholders – en dus aan de samenleving – verantwoording af te leggen. 'Authentiek' gaat over het unieke verhaal van iedere mens, de unieke weg van elke teler. Het ultieme doel in de landbouw is tenslotte dat de individualiteit van het landbouwbedrijf zich kan ontwikkelen. Daar helpen wij ook bij: we ondersteunen bedrijven die willen omschakelen naar biologisch en bieden teeltbegeleiding met als uitgangspunt de BD-landbouw-methode."

"Vanuit deze basisgedachten hebben we ons 'trace & tell merk' Nature and More ontwikkeld (zie kader op pag 5). Zo hangt er bijvoorbeeld aan elke ananas een kaartje met daarop een postzegel met een foto van de teler en een code, waarmee je op internet het verhaal achter de ananas kunt opzoeken. De teler staat bij Eosta centraal. Maar ook de 200 ngo's waar we ondertussen mee samenwerken staan bij ons centraal. Zij vormen een denktank, een klankbord, zijn co-creator en dragen daarmee bij aan nieuwe ontwikkelingen. In samenwerking met deze maatschappelijke organisaties is de 'duurzaamheidsbloem' (zie kader) ontwikkeld. Hiermee maken we duurzame ontwikkeling transparant, communiceerbaar én – het allerbelangrijkst – verzilverbaar."

In het hart van de bloem staat 'vrijheid, gelijkheid en solidariteit'; daarin klinkt driegeleding door.

"Deze bloem brengt op een creatieve manier uitgangspunten van antroposofie en BD-landbouw in praktijk, en sluit tegelijkertijd aan bij de duurzaamheidsopvattingen die in de sector heersen. Het helpt om op een driegelede manier naar het sociale en op een viergelede manier naar het natuurlijke organisme te kijken. Als ik driegeleding in praktijk breng, ben ik dan een driegeleeder? Nou nee, als ik mijzelf een driegeleeder noem, dan ben ik opeens heel verschillend van het indianenopperhoofd, dat aanwezig was bij ons congres *Celebrating Life! Celebrating Soils!* (zie ook DP2015-4). Dan begrijpen we elkaar niet meer. Maar als we teruggaan naar ons hart, naar universele waarden, dan voelen we ons verwant. Dan begrijpen we elkaar: we zetten ons samen in voor *Save Our Soils.*"

Wat heb jij met de bodem? Naast de campagne Save Our Soils hebben jullie ook een dochterbedrijf Soil and More.

"Ik zie de bodem als een toegangspoort waar veel bij elkaar komt. Een magische plek waar miljarden micro-organismen op weergalozе wijze geordend samenwerken tussen die twee polen van kosmische en terrestrische krachten. Als een teler in bodemvruchtbaarheid investeert, verhoogt hij de financiële waarde van zijn grond, stimuleert bodemleven, versterkt het waterbergend vermogen, bindt koolstof uit de atmosfeer, versterkt het ziekteverend vermogen van het gewas en maakt zich – niet in de laatste plaats – onafhankelijker van externe leveranciers (kunstmest of bestrijdingsmiddelen)."

"Compost is iets meesterlijks. Je begint met chaos – plantenresten, stinkende afstervende prut – en dan ontstaat er via een proces waar





alle elementen op inwerken iets nieuws dat vitaliteit bevordert. Orde, stabiele humus met eiwitachtige structuren, vol levenskracht. Voor mij is dat is transsubstantiatie. Ik zou elke boer compost gunnen, niet alleen de BD-ers."

"Op een gegeven moment startte in Zuid-Afrika een project van de Wereldbank om de Sunday River schoon te maken. Door kunstmestgebruik door de citrustelers in die rivierdelta spoelden voedingsstoffen uit, zodat de rivier dichtgroeide met gebiedsvreemde vegetatie. Bij deze schoonmaakactie kwamen enorme hoeveelheden organische stof beschikbaar, die als afval werden gezien en verbrand zouden worden. Wij dachten: we gaan dat spul composteren. Het lukte om hier afspraken over te maken."

"We maakten echt goede compost – volgens de

methode van Ehrenfried Pfeiffer, je wilt niet weten hoeveel preparaten je dan nodig hebt – en leverden deze mooie BD-compost aan de gangbare citrustelers in het gebied, als alternatief voor hun kunstmest. In het begin wilden ze nog kunstmest bij strooien. Wij hebben ze niet de biologische methode opgelegd, maar raadden hen wel aan metingen te doen. Na een paar jaar kozen ze er zelf voor om naar biologisch om te schakelen. Wij verkopen nu hun sinaasappels." (Zie ook 'Kijk naar het verschil' op pag 28)

"Omdat het compostproject te groot werd, hebben we 'Soil and More' opgericht, een dochterbedrijf van Eosta. Een vergelijkbaar verhaal volgde in Mexico, waar een meer dichtslabde. De compost ging naar avocado- en lime-telers in de buurt, die nu aan ons leveren. Ondertussen zitten we in vijf werelddelen. In Egypte hebben we een samenwerkingsverband met Sekem. Zij waren al bezig om woestijn met compost geschikt te maken voor BD-landbouw, maar dankzij de



'Compost is iets meesterlijks', vindt Volkert Engelsman. Hier is hij in Zuid-Afrika.

grootschalige compostproductie konden ze wel 20.000 hectare woestijn vruchtbaar maken."

"Wij hebben het als eerste voor elkaar gekregen om *carbon credits* toegewezen te krijgen (verhandelbare CO₂-emissierechten). Eerst werden deze credits alleen aan schone energiebedrijven verstrekt. We hebben hen ervan overtuigd dat het vastleggen van CO₂ in compost ook bijdraagt aan CO₂-reductie, en bovendien aan vruchtbare bodems. Los van alle landbouwvoordelen vormen die *carbon credits* een niet onbelangrijke extra inkomstenbron voor onze telers."

Klinkt als 'de aarde gezond maken via de economie', de uitdaging die je 25 jaar geleden aanging.

"Wat Soil and More bereikt is een voorbeeld van het toepassen van universele inzichten, geboren uit antroposofie. Het laat zien wat een ongelooflijke kracht er van deze ideeën uitgaat als je ze ontdoet van de 'wereldbeschouwelijke saus'. Antroposofie is wat mij betreft geen wereldbeschouwing, maar een methode. Een experimenteermethode van het algemeen menselijke."

"Als kleine 'groente en fruit gooi- en smijtclub' in Waddinxveen-West, hebben wij beperkt invloed, maar dankzij onze vrienden, onze actiepartners, wordt onze boodschap gehoord. Naar aanleiding van *Save Our Soils* stelt Renate Künast vragen in de Bondsdag en TV-kok Sarah Wiener bereikt miljoenen Duitse consumenten. In de VS doet Julia Roberts mee met *'help save our soils'*. Deze zomer, vlak na ons congres *Celebrating Soil! Celebrating Life!*, bereikte onze boodschap 12 miljoen mensen via sociale media." 🌱

Eosta

Transportweg 7, 2742 RH Waddinxveen
0180 635 500
eosta.com, natureandmore.com,
soilandmore.com, saveoursoils.com

Handelsbedrijf in biologische groente en fruit

Specialisatie: producten van het zuidelijk halfrond en Nederlandse kasproducten

Inkoop: bij meer dan duizend biologische en biologisch-dynamische telers in zes continenten

Afzet: supermarkten en natuurvoedingswinkels in heel Europa (en elders in de wereld)

Omzet: 100 miljoen euro (waarvan 1% in Nederland)

Medewerkers: 100

Soil and More (Dochterbedrijf)

Compostproductie in Afrika, Azië, Noord- en Zuid-Amerika en Europa.

Opgericht: in 2007

Productie: 500.000 ton compost per jaar



Hemelse muziek in de bodem

Boeren spelen een bijzondere rol als 'dirigent' of 'componist' tussen hemel en aarde. Dat horen en ervaren de 160 congresdeelnemers (een derde is boer of tuinder) op 30 september in Artis, met het Planetarium en het nieuwe museum Micropia als decor. *Tekst: Petra Derksen, Stichting Demeter Foto's: Michiel Wijnbergh*



Willem Beekman: 'De maan zit in de oester'

De oester houdt zijn klep dicht als de volle maan verduisterd is. Terwijl hij juist bij volle maan zijn klep opent en zijn nakomelingen naar buiten spuugt. Zelfs onder lab-omstandigheden waarin de oester de verduistering niet 'kan zien', weet hij dat hij even een paar uur zijn klep moet houden.

Dit was één van de vele mooie voorbeelden die bioloog Willem Beekman gaf. Hij nam ons mee in hoe de ritmes van maan en zon het leven op aarde bepalen. Maar de oester *kan van zijn ritme afwijken*. Dat betekent, aldus Willem, dat 'de maan in de oester zit'. Een haarscherp beeld; de oester staat direct in communicatie met de maan, hij reageert als levend wezen op een constellatie in de ruimte.

De bijdrage van geoloog Peter Westbroek had meer 'bekende BD-kost' dan hij wellicht zelf dacht. Ik zag blikken van herkenning toen hij een plaatje toonde van graniet dat uiteenvalt in veldspaat, glimmer, kwarts en hoornblende. Het plaatje is de opmaat naar het begrijpen van het kalkachtige en kiezelachtige in de Landbouwcursus.

Zijn miljard-jaren-aarde-kringloop gaf er een geheel nieuwe dimensie aan. Vulkanen spuwen magma en worden granieten bergen; elders schuiven tektonische platen onder elkaar zodat het aardoppervlak weer in de hete magma verdwijnt, om later gerecycled als gesteente weer boven te komen. Erosie doet zijn werk, graniet valt uiteen, en de boer... die ploegt voort. De boer kan pas aan



Verbonden

Isabel Duiniveld, tuinder De Eemstuijn: "Begin deze eeuw ben ik mij, door een mooie voordracht van Willem Beekman, bewust geworden van al het wonderlijke in de natuur. Mede door hem ben ik van de BD-landbouw gaan houden. Vandaag komen daar enkele nuances bij; het ritme van de Nautiluschelp afgestemd op de maan, verbonden met zijn eigen kern."

"Een dag na het congres, oogst ik prachtige kroppen sla en ik voel de verbinding van boven en onder en zie weer het beeld van die Nautilus die waarschijnlijk al naar boven aan het zweven is om zich vanavond vol te eten."

de slag als gesteente uiteengevallen is in de fijnste kleideeltjes. Ik zag hem daar ploegen op het randje van de tektonische plaat, net voordat de tijd van recycling aanbreekt.

Bodemkundige Coen ter Berg vulde het beeld aan door de boer als componist voor te stellen. Foto's van profielkuilen passeerden de revue. Ineens hadden we het weer over slechts 30 cm of wellicht een meter aarde. Hier werd duidelijk dat het aan de boer is om de eenzijdigheid van zijn bodem – dus eigenlijk zijn type uiteengevallen gesteente – zoveel mogelijk op te heffen. Hij probeert zich zoveel mogelijk *onafhankelijk* te maken van wat hij als conditie aantreft door de bodem tot leven te wekken met planten, compost,

Coen ter Berg: 'Het is aan de boer om de eenzijdigheid van de bodem op te heffen'

Doorzichtig leven

Ilse Beurskens-van den Bosch, natuurvoedingskundige: "Ik kijk naar een filmpje waarop ik microben zie bewegen en eten. Ze zijn grotendeels doorzichtig zodat ik hun binnenste ook goed kan zien. Ik geniet van de schoonheid. Opeens realiseer ik mij, dat ik leven in de kosmos me ook zo zou voorstellen: zwevend en doorzichtig, een beetje engelachtig. Later herinner ik mij de documentaire *What the bleep do we know* waarop wetenschappers laten zien dat materie niet helemaal vast is, maar grotendeels onstoffelijke ruimte bevat. Ik neem mij voor de komende tijd deze twee ervaringen samen te proeven."

mest en preparaten. Zoals Steiner het in de Landbouw cursus zegt:

'Men moet weten, dat bemesten moet bestaan in een tot-leven-wekken van de aarde. Als het bovenste van de aarde zich afgrenst van het inwendige van de aarde, zal wat zich boven het normale niveau van de omgeving verheft een speciale neiging tot leven krijgen [waar-door] het makkelijker wordt om minerale aarde vruchtbaar te door dringen. Het leven als zodanig zet zich namelijk voort, vooral vanuit de wortels van de plant, de bodem in'.

Als ik dan weer aan de communicatie van de oester denk, die reageert op een kosmische constellatie, dan is een levende bodem – met bodemleven – dus tevens een bodem die in kosmische ritmen 'meedoet' en door preparaten nog meer wijsheid ontvangt. De boer als componist die 'onafhankelijkheid verwervend in verbinding staat'.



Peter Westbroek: 'Als muzikant moet je het de muziek zelf laten doen'

Lichtpuntjes

Reni ter Wal, tuinder De Hooge Kamp: "Rijk van lichtpuntjes reis ik woensdagavond huiswaarts. Lichtpuntjes waren er gedurende de gehele dag: sterren-lichtpuntjes in het oneindige heelal – de lichtende blik over hoe ingenieus leven en kosmos in elkaar grijpen – een lichtend 'rotsvast geologisch' vertrouwen in het regeneratievermogen van de aarde – tere, lichtende (wit van kleur!) haarwortelpuntjes groeiend in de duisternis van de bodem, waarin we enige machten van 10 lager op microniveau afdalen, vol verwondering – zoals ik me verwonder over de oranje peen als lichtprins onder de groente. 'Lichtkwaliteit' neem ik mee als sleutelwoord en uitnodiging bij hoe ik waarneem, verbanden leg en handel; een blijvende uitdaging in de omgang met bodem, leven en aarde. En wat fijn om dat gezamenlijk te doen!" 🍷

Poëtisch verslag

We stegen op met machten van tien, we daalden af met machten van tien en kwamen terug.

Wij bleven in het midden. We dachten dat we heersers waren. We stegen op zonder gevaren en zagen de seizoenen zoals we ze nooit eerder zagen.

(...)

De wortels maken de bodem waarin ze leven en we zien wortels in onszelf groeien sneller dan gedacht.

Maanwormen op zonnekracht die zijdezachte haartjes ontwikkelen als het allerfijnste begin.

Elke wortelhaar blijkt een microcosmos een heelal van levensvormen lichte wortels in donkere grond als een lichtvezelnet.

(...)

Boer zoekt vrouw en ze heet Moeder Aarde.

Dichter Alexis de Roode maakte dit verslag. Lees het hele gedicht via stichtingdemeter.nl



Wie doet mee?

Het bestuur van de BD-Vereniging kan versterking gebruiken. Heb je een plan of idee over wat je in de BD-Landbouw zou willen ontwikkelen? Het meedoen in het bestuur van de vereniging is een goede manier om je initiatief verder te ontwikkelen met contacten, meedenkers en meedoeners, publiciteit en/of andere middelen. Natuurlijk is er in het ook bestuur formeel werk te verrichten. Daarin wordt je ondersteund door de medewerkers van het bureau. Info bij Luc Ambagts, luc@bdvereniging.nl of 0850 609044

Ook de redactie van Dynamisch Perspectief kan versterking (en verjonging) gebruiken. Heb je schrijftalent of barst je van de goede ideeën? Neem dan contact op om te kijken naar de mogelijkheden. Info bij Ellen Winkel, ellen@schrijfwinkel.nl of 0858 771175 ☎



Verdieping, uitwisseling, samen leren deze winter?

Tekst: Petra Derkzen / Foto: Joke Bloksma
Als beroepslid van de BD-Vereniging kun je meedoen aan BD-beroepsontwikkeling, waar je kunt inbrengen wat jou bezig houdt op je bedrijf en waar jij persoonlijk verder mee wilt komen. Enkele bestaande groepen hebben beperkt plaats voor nieuwe aanwas: de intervisiegroep met jonge, startende boeren met Jaap Vermuë (midden-NL) en de gemengde groep met Jan de Wit (Betuwe-Brabant). We maken met elkaar de vereniging. Dus je kunt ook zelf het initiatief nemen als je met een idee rondloopt waarover je wilt leren, ontdekken, ontwikkelen. De winter is immers een mooie tijd om de verdieping te zoeken op een thema: bijvoorbeeld bodemvruchtbaarheid, preparaten, vitale producten, inlevend



Demeter Monitor 2014

De groei van de biologisch-dynamische sector zet door. In 2014 is het areaal met 512 hectare gestegen tot 5845 hectare. Het aantal BD-boeren steeg van 122 naar 129 en het aantal handelaren en verwerkers van 85 naar 90. Dit blijkt uit de Demeter Monitor 2014 die tijdens het congres Microkosmos Macrokosmos is gepresenteerd. Dit jaarrapport is een samenwerking van Stichting Demeter, BD-Vereniging, Warmonderhof, Kraaybeekhof en Stichting Grondbeheer BD-landbouw. Dat deze organisaties binnen het BD-veld vaak samenwerken, blijkt ook uit de activiteiten die in de Monitor zijn beschreven, zoals het congres in De Kunsthal en het gezamenlijke Demeter-plein op de Bio-beurs. De Monitor is in zijn geheel te lezen via stichtingdemeter.nl



Boerenbezoek bij de Stadsboerderij met de intervisiegroep 'Flevojong'. Daniël Schuilenburg (meest rechts) laat zijn trots zien: zulke pastinaken groeien op deze prachtige bodemstructuur.

waarnemen of hoe verder na het lezen van de Landbouwcurcus?

Er wordt per initiatief bekeken wat nodig is, neem hiervoor contact op met Joke Bloksma, jokebloksma@bdvereniging.nl. Ze belt je dan terug of soms lukt het direct op 0513-437401.

BD-beroepsontwikkeling beschikt over een grote, gevarieerde groep begeleiders. Daarnaast zijn ervaren boeren bereid de kneepjes van het vak door te geven op het gebied van bijvoorbeeld teelttechniek, ondernemerschap of BD-denkwijze. Behoeftte aan beroepsontwikkeling, maar nog geen beroepslid? Via de website bdvereniging.nl kun je je lidmaatschap van basislid omzetten naar beroepslid. ☺

Winterconferenties 2016 Toegang tot land – ruimte geven en ruimte nemen

De BD-Vereniging werkt voor de winterconferenties van 2016 samen met De Toekomstboeren. Hoe creëren jonge boeren toegang tot land? Hoe kunnen anderen hen ruimte bieden? Dit thema komt ook naar voren op de Bio-Beurs en in een thema-uitgave. *Tekst: Luc Ambagts*

In onze woonkamer staat een werkbankje waar mijn zoon kan schaven en timmeren. Ik gebruik het zelf ook graag. De grote tafel ligt meestal vol met naai- en borduurspul-len van mijn vriendin. Er is nog een aparte eettafel en een bank om rustig op te zitten. Daartussen is een smalle baan vrij, precies lang genoeg om wat basale skateboard-oefeningen te doen. We hebben een oude houten vloer die al deze escapades goed verdraagt. De houtkrullen en pluizen wol op de vloer zijn eigenlijk de enige concessies die we voor lief moeten nemen om op 23m² ruimte te bieden voor steeds nieuwe activiteiten. In een klein huis blijkt uiteindelijk veel meer mogelijk dan je zou denken.

De komende winterconferentie willen we met dit thema aan de gang: hoe kunnen we met elkaar ruimte bieden om nieuwe activiteiten, nieuwe bedrijven te laten starten? Wie staat er te trappelen om een bedrijf te beginnen? En welke melkveehouder krijgt een warm gevoel bij het idee om op zijn bedrijf ruimte te bieden aan iemand die met kippen wil starten – of met bloemen? Welke

rol kunnen boeren en burgers spelen om die start ook werkelijk te realiseren?

Het werken aan dit thema is al in volle gang: we organiseren hierover een internationale bijeenkomst eind oktober in Dronten (op uitnodiging), we maken samen met De Toekomstboeren een publicatie met inspirerende voorbeelden en we bereiden activiteiten voor op het Demeterplein op de Bio-Beurs.

De winterconferenties zullen voor De Toekomstboeren een try-out vormen van hun idee om meerdere 'Landmarkten' te organiseren. Jongeren met een plan kunnen hier in contact komen met enthousiaste grond-eigenaren. Een Landmarkt brengt initiatief-nemers en ondersteuners bij elkaar.

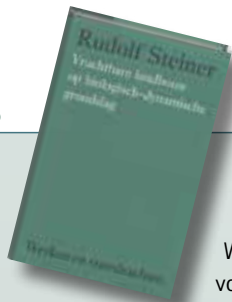
Iedereen heeft een rol in het mogelijk maken van nieuwe bedrijven. Benieuwd naar wat jij daarvoor zou kunnen betekenen? Denk dan eens na over hoe jij nu al bezig bent met ruimte geven of ruimte innemen.

Lees er meer over op bdvereniging.nl/ruimte. Je vindt daar binnenkort ook de data en de locaties voor de winterconferentie 2016 in Nederland en Vlaanderen. ☺

Verder kijken dan onze ogen kunnen zien

In hoeverre vormt de serie lezingen die Rudolf Steiner in 1924 hield, de Landbouw cursus, een inspiratiebron voor boeren, tuinders of onderzoekers anno 2014? Deel 13: Thomas Hoedjes (25), tuinte, hovenier en leerling groenteveredeling. *Tekst: Thomas Hoedjes en Gineke de Graaf / Foto: Gert Jan van den Broek*





Thomas Hoedjes rondde in 2012 de opleiding aan Warmonderhof af. Tot voor kort werkte hij als tuinder voor de voedselbank in Eindhoven. Nu doet hij klussen als zelfstandig hovenier en volgt hij een deeltijdopleiding voor biologisch-dynamische groenteveredeling in Duitsland. Daarvoor loopt hij stage op De Groenen Hof.

Thomas: "Tijdens de periode op Warmonderhof waar we de Landbouwcursus behandelden, kreeg iedere leerling de opdracht een hele of halve voordracht te bestuderen en voor te dragen aan de rest van de groep. Ik kreeg de derde voordracht; over hoe geestelijke krachten werken via de minerale stoffen in de natuur, voornamelijk in de plant. Dus over koolstof, waterstof, stikstof, zuurstof, zwavel."

"Wat mij raakte was dat de stoffen en hun werking voor mij heel grijpbaar werden en visueel. Ik zag het volledig voor mij hoe via het geraamte van de koolstof ('het geraamte van de aarde'), de andere elementen hun weg vonden. Het beeld dat ik voor me zag heb ik toen nog getekend: het koolstofgeraamte als een spiraalvormige glijbaan waarover de stikstof beweegt. De zwavel 'bevochtigt' dit koolstofgeraamte volgens Steiner, zodat het voor de stikstof mogelijk is zich erover te verplaatsen. Daarbij zag ik de zwavel dan als de groene zeep, waardoor de stikstof via de glijbaan op de goede plek in de plant kan aankomen om daar mee te bouwen aan de eiwitsubstantie. Grappig is natuurlijk dat in de kunst dit een heel abstracte schets zou

zijn, terwijl het voor mij juist de abstracte zienswijze van de chemische elementen levendig en kleurrijk maakte."

"Als ik met verschillende soorten planten werk, zowel met groenten als bij het hovenierswerk, komt het thema van dit hoofdstuk wel eens boven. Ik vraag mij dan vaak het volgende af – en probeer dat ook te zien: elke plant heeft een andere samenstelling uit de verschillende stoffen en heeft een unieke samenstelling nodig van deze stoffen. Wat heeft dan deze unieke samenstelling per plantensoort voor invloed op het vormingsproces en het uiterlijk van de plant?"

"Ik weet bijvoorbeeld dat smeerwortel en borage allebei veel kalium bevatten. Smeer-

wortel kan deze stof zelfs halen uit grond waarin de kalium gefixeerd is. Het blad van smeerwortel en borage lijkt ook wat op elkaar: breed, niet zo doorgevormd ... zou dat iets met die kalium te maken hebben?"

"Ik kijk sindsdien ook anders naar een plant en zijn werking op de mens. Selderij kan veel zout opnemen en bevat veel zouten. De naam zegt het al: *sel* is zout in het Frans. Het heeft een knapperige steel en blad. Als je je slap voelt en er wat van eet, knap je ervan op. Je wordt zelf ook weer wat knapperiger als het ware. Dat zoute in de plant geldt trouwens ook voor rode biet."

"Ik vond het lezen van de Landbouwcursus zo boeiend, omdat het andere dimensies laat



Thomas ziet de werking van stoffen levendig voor zich: een koolstofglijbaan waarover stikstof zich makkelijk verplaatst dankzij zwavel als smeermiddel



Organen & st

zien van alle verschijnselen van de landbouw en natuur. Ik vind het uitdagend, om op een andere manier dan gangbaar is, zelf een antwoord te vinden op een vraag, of om een beeld te vormen van iets wat zich voordoet in de praktijk door goed waarnemen."

"Een voorbeeld is koeien zonder hoorns. Ik heb altijd een weerstand gevoeld bij het verwijderen van hoorns bij koeien. De gangbare boer zou zeggen 'het heeft geen nadelige gevolgen'. Maar ik vroeg me af wat het zichtbaar met de koe deed. Wat mij steeds weer opviel bij onthoorde koeien, was dat de schedel in een soort punt groeit. Daardoor is het schedeldak niet vlak en breed, maar smal en als een lange bult. Dat maakt een zwakkere indruk op mij. Ook valt me op (vooral aan de ogen) dat ze een doffere en minder wakkere uitstraling hebben en ik krijg steeds het gevoel dat ze ontaard zijn, dat ze als het ware niet meer hun complete 'koe-zijn' kunnen leven. Het komt op mij over dat deze dieren dit ontnomen 'koe-zijn' alsmaar meezeulen als een last. Dat lijkt zich te uiten in de manier van lopen, dit lijkt moeizamer te gaan dan bij een koe met hoorns. Die lijken vaak krachtiger te lopen. Het verschil valt in het bijzonder op als in zo'n groep onthoorde koeien er één rondloopt die wél hoorns heeft. Het is voor mij geen conclusie, maar dit is wat ik heb waargenomen en de vraag waar het wat doet met de koe, daar ben ik nog niet precies uit."

"De Landbouwcurcus is erg compleet in onderwerpen en tegelijk word je aangezet om zelf goed na te denken en voorstellingen te maken om dat wat geschreven staat goed te kunnen begrijpen. Er staan veel vragen in met een antwoord, maar er zullen zich altijd vragen blijven voordoen die om een antwoord vragen. De inhoud van die antwoorden is belangrijk, maar voor mij is de zienswijze minstens net zo belangrijk: de zienswijze en de manier waarop de dingen verklaard worden en hoe de oplossingen voor problemen worden gevonden. Dat heeft mij geïnspireerd."

"Ik denk dat dit ook een van de belangrijkste dingen is in het algemeen: dat we op een vergelijkbare wijze de vragen proberen te benaderen en te beantwoorden die zich nu voordoen in de landbouw of op een ander gebied. Dus wat verder te kijken dan onze neus lang is en onze ogen kunnen zien. Dat zou denk ik al veel verandering kunnen brengen. En als dat gebeurt samen met anderen die dezelfde vraag hebben, kunnen die vragen denk ik ook makkelijker en sneller beantwoord worden, omdat ieder dan zijn eigen kwaliteit kan inzetten om die vraag te beantwoorden." 🐾

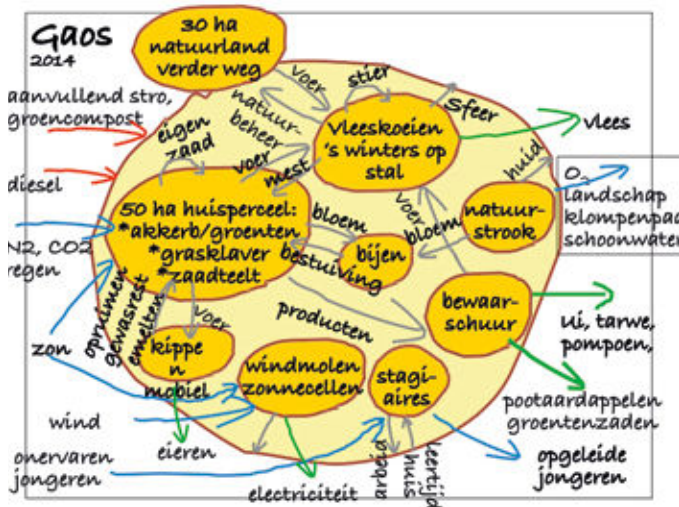
De activiteiten en processen die plaatsvinden op een landbouwbedrijf kun je vergelijken met de stofwisseling van een mens. Welke bedrijfs-onderdelen – organen – laten die stofwisseling goed verlopen? En welke organen kunnen beter buiten het lichaam (het bedrijf) worden gelegd?

Tekst: Kitty Peetoom

De vleeskoeien, de gewassen, het natuurland, de bijen: dit zijn onderdelen van boerderij Gaos, die je kunt zien als de organen van een lichaam (zie de afbeelding). "Al deze organen hebben een eigen specialisatie en werken met elkaar samen binnen een zinvol functionerend organisme", zegt Joke Bloksma. Bij elk (nieuw) orgaan moet de boer een afweging maken: houd ik dat binnen mijn bedrijf of besteed ik dat uit? "Denk aan de opkweek van groenteplanten, verkoop aan huis, educatie aan je publiek. De valkuil is dat je alles zelf uitvoert en te veel hooi op je vork neemt; dat je op een inefficiënte, niet professionele schaal aan het boeren bent." Joke tekent dit soort plaatjes samen met de boeren die zij adviseert. "We tekenen een grote cirkel, met daarin de diverse organen van het bedrijf. Met pijlen geven we de wisselwerking aan tussen de organen. Dat geeft heel veel overzicht en duidelijkheid. Zo krijgen we nieuwe inzichten." Het gangbare dogma is: specialiseren en schaalvergroten voor economisch rendement. "Maar je kunt ook economisch rendabel zijn door slim meerdere keren te verdienen met één orgaan: Wil en Lisan Sturkenboom plaatsten een paar hon-

ofwisseling

Het boerenbedrijf als levend organisme - 4



derd kippen in een mobiel kippenhok in hun Fruittuin van West in Halfweg. "De kippen eten je bodeminsecten op, ze leveren eieren en vlees en mest, zorgen voor publiciteit en dierlijke levendigheid. Eieren rapen geeft een prachtige boerderijbeleving voor de stadsbewoner."

Lijstjes

Om de betekenis van een bestaand of een mogelijk nieuw bedrijfsorgaan goed te overzien, laat Joke de boeren twee lijstjes maken. Op lijstje 1 staat: 'Wat kan dit (nieuwe) orgaan bijdragen aan het geheel?' en op lijstje 2: 'Wat heeft dit orgaan nodig van het geheel?' "Wil je wilgen? Dan heb je winterwerk en dat kan handig zijn in je arbeidsfilm, tenzij je in de winter op vakantie wilt. Dan moet je het niet doen", legt Joke uit.

Zaken als werkplezier en gezelligheid horen hier zeker ook bij. "Als je die vergeet, dan ga je verkeerde beslissingen nemen. Daarom is het nooit goed om in een te vroeg stadium een begroting te maken. Dat willen bedrijfsadviseurs altijd wel, maar het is veel slimmer om van een gewenst nieuw orgaan eerst de meerwaarde op alle fronten te bepalen. Diversiteit van bedrijfsactiviteiten is ook een manier van risicospreiding: loopt het ene bedrijfsonderdeel wat minder, dan gaat het in het andere deel misschien net wat beter."

Joke maakte ook lijstjes met een aantal akkerbouwers die vleeskoeien houden; deelnemers aan een intervisiegroep in Flevoland die zij leidt. "Steeds weer hebben we het over de betekenis van vleesvee in hun bedrijven, want als je vleesvee als apart orgaan financieel bekijkt, kan het meestal niet uit. Wat hebben ze ervoor over? Het geeft hen werkplezier en mest van eigen bedrijf. Een aantal boeren geeft aan zich niet te kunnen voorstellen, dat ze 's morgens niet meer naar de dieren lopen. Een ander laat de koeien op natuurland lopen van Staatsbosbeheer, waar het land minder duur is. Weer een ander kiest voor de binding met het publiek als belangrijke reden om het vee toch te houden."

Houtwallen

Welke bijdrage aan het geheel?

- omhulling, mooi!
- fijn werkklimaat
- wind, drift breken
- lucht zuiveren
- hazelnoten, bramen
- brandhout, eiken tzt
- bloemen voor de vaas
- vogels, sluipwespen
- loof als veevoer
- schaduw voor vee
-

Wat heeft dit deel nodig?

- ruimte 5 m strook
- arbeid snoei (met vriendengroep?)
- geen opslag in wal
- vaker langs lopen
- overpaadje + bank
- meer bloemen als ondergroei, ook rozen
- zichtlijn openen
- nestkasten



Open of gesloten

Het plaatje vol cirkels van de Oldehoofster kaasboerderij maakt in één oogopslag het gesloten karakter zichtbaar (overigens wordt de kaas tegenwoordig van geitenmelk in plaats van schapenmelk gemaakt). Bij een gesloten stofwisseling is er weinig transport, veel aansluiting bij het bedrijfseigene en kan de boer zijn kwaliteit beter garanderen. Andere bedrijven kiezen ervoor meer diensten of producten van buiten te betrekken. "Wanneer je daar als duurzame boer voor kiest, moet je je wel afvragen of je daar de verantwoordelijkheid voor kunt nemen. Gebeurt de opfok van stierkalveren op diervriendelijke wijze? Is de productie van je grondstoffen op een sociaal- en milieubewuste wijze gebeurd? Komt je afval goed terecht? Hoe is het plastic geproduceerd, en waar komt het hout vandaan dat je gebruikt? Een meer gesloten bedrijf maakt deze verantwoordelijkheid gemakkelijker."

Het 'organogram' zoals Joke dat met boeren tekent geeft een compleet overzicht van koop en verkoop. "En van schenking", benadrukt Joke. "Als boer krijg je een deel van je grondstoffen geschonken, zoals zon, water, CO₂ en wind. Geen industrie of zonnepaneel kan op tegen de fotosynthese. Dat is het wonder van de landbouw. Het is mooi om als boer zelf ook weer iets aan het landschap, aan de samenleving terug te schenken."

Maar pas op, waarschuwt ze. "Als je te veel schenkt, raak je uitgeput. Ik schrik soms zo van hoe veel uren boeren werken. Veel boeren bieden educatie en zorg gratis aan, maar je verwacht als consument ook een zekere professionaliteit van je leverancier, oftewel de boer. Als die boer nooit op vakantie kan, als hij uitgeput is omdat de balans tussen geven en krijgen en tussen efficiënt en 'leuk' volledig zoek is, dan vind ik dat echt niet biologisch-dynamisch." ☺

Werkboek Gezond Landbouwbedrijf



Bioloog Joke Bloksma heeft het **Werkboek Gezond Landbouwbedrijf** geschreven, met veel praktische voorbeelden en oefeningen. In het boek benadert ze het gezonde boerenbedrijf als een levend organisme. Download of bestel het werkboek via jokebloksma.nl

Lievegoed verkoopt BD-boerderijen

BD-zorgboerderijen Hoeve Kraaiveld en De Hondspol staan te koop. Dit is onderdeel van een reddingsplan waarmee zorginstelling Lievegoed haar financiële problemen de baas wil worden. *Tekst: Ellen Winkel*

De schulden bij Lievegoed liepen hoog op. Begin dit jaar heeft de zorginstelling een reddingsplan gemaakt, in overleg met grote schuldeisers als banken, verzekeraars en belangdienst: het ontmantelen van de bedrijven-BV, het verkopen van onroerend goed en een ingrijpende reorganisatie, waarbij gedwongen ontslagen niet waren te voorkomen.

Deze bedrijven-BV was nog vrij nieuw: twee jaar geleden werden vijf zorgboerderijen hierin ondergebracht: De Beukenhof in Breda, De Hoge Born in Wageningen, Nieuw Rijsenburg en De Hondspol in Driebergen en Hoeve Kraaiveld in Woudrichem. Doel was dat de bedrijven hun eigen broek konden ophouden. Jannie Bosscher, bestuurssecretaris bij Lievegoed, licht toe: "Op deze manier konden we ervoor zorgen dat de zorgelden niet meer in de landbouw terecht zouden komen, en andersom. De boerderijen moesten meer commercieel gaan werken om hun eigen kosten te kunnen dekken. Maar dat is ons niet gelukt. We stoppen nu dus met de BV, die nog verliesgevend was. De landbouw op De Beukenhof, De Hoge Born en Nieuw Rijsenburg wordt weer kleinschalig en op zorg gericht; dus terug naar hoe het was."

Daarbij komt de verkoop van twee boerderijen. Hoeve Kraaiveld is een jong bedrijf, twee jaar geleden door Lievegoed aangekocht. De financiering van de zorg kwam hier niet rond, vanwege de 'tussen-wal-enschip-problematiek' van de cliënten. Voor hen wordt een andere locatie gezocht. Of de grond biologisch blijft, is de vraag. Jannie Bosscher: "We hopen op belangstelling vanuit biologische hoek, maar uiteindelijk tellen de euro's."

De cliënten van De Hondspol zullen naar Nieuw Rijsenburg verhuizen. Bij de verkoop van De Hondspol speelt mee dat in een acte is vastgelegd dat Lievegoed de grond eerst moet aanbieden aan een niet-winstgevende rechtspersoon met vergelijkbare doelstelling. De Hondspol ging ruim 30 jaar geleden als biodynamische zorgboerderij van start. Wat de jarenlange verzorging van de bodemvruchtbaarheid voor moois heeft opgeleverd, is te zien op de foto van het bodemprofiel.

Inmiddels zijn de twee bedrijven getaxeerd, zijn makelaars ingeschakeld en start de verkoop naar verwachting begin november. ☞

> Deze vruchtbare grond, ruim 30 jaar BD bewerkt, is te koop



Red Boerderij De Hondspol

Boer Marcel Schoenmakers en zijn vrouw Hanneke wonen al 20 jaar op De Hondspol en zetten zich in voor een doorstart van het bedrijf. Stap 1 is om via crowdfunding 250.000 euro bijeen te brengen voor de roerende goederen. Wie helpt mee? Kijk op dehondspol.nl



Het ideale boerenbedrijf van...

Rinke Robbers

BD-Jong nodigt elk nummer een jongere uit voor een persoonlijke beschrijving van zijn of haar ideale bedrijf. Rinke Robbers (28) stapt tóch in het bedrijf van zijn vader. Tekst: Rinke Robbers / Foto: Annemarie Lourens

Op de vrije basisschool in Tiel vroegen mijn klasgenootjes wel eens of ik later ook boer wilde worden, net als mijn vader, en of ik dan zijn bedrijf (De Terp in Erichem) zou overnemen. Mijn antwoord was altijd steevast 'nee, natuurlijk niet!'. Op de middelbare school was dit onveranderd en ontstond er een vurige passie voor muziek en vooral voor gitaar spelen. Ik wilde niets liever dan muziek schrijven en spelen met mijn vrienden en medemuzikanten. Uiteindelijk heb ik 4 jaar gitaar gestudeerd aan de Herman Brood Academie, waarna ik geen perspectieven voor mij als professioneel muzikant zag. Mijn vader had op dat moment net weer afscheid moeten nemen van twee jonge boeren die hun toekomst ergens anders beter voor zich zagen. Het is natuurlijk niet fijn als iets wat je met veel pijn en moeite

hebt opgebouwd, geen opvolging krijgt. Ik begon dit langzamerhand steeds meer in te zien en na een aantal gesprekken daarover met mijn vader heb ik besloten in het bedrijf te stappen. Een belangrijk punt wat mij over de streep trok, was dat mijn jongere broers van 11 en 14 jaar ook nog een kans zouden moeten krijgen om iets in het bedrijf te kunnen doen. Mijn vader zou het niet meer zolang uithouden tot zij groot genoeg zouden zijn.

Ondertussen ben ik steeds meer in verbinding aan het raken met het bedrijf als een geheel. We werken op de Terp met een licht verstandelijk gehandicapte jongen, we doen aan natuurontwikkeling, we maken ons eigen pompoenzaad, we zijn nagenoeg CO2 neutraal en we rijden drie elektrische auto's op eigen zonnestroom. Deze activiteiten

zijn altijd in ontwikkeling en de combinatie van fysiek en cognitief werk is naar mijn smaak goed in balans. Juist deze veelzijdigheid aan werk en activiteiten spreekt me aan. Ik denk dat daar de kracht ligt van veel biologisch(dynamisch)e boerenbedrijven.

Het ideale boerenbedrijf houdt rekening met de mogelijkheden van zijn omgeving en boert in samenwerking met de natuur zonder al teveel kunst en vliegwerk. We zaaïen naast de akkers bijvoorbeeld bloemenranden om een diverse insectenpopulatie te huisvesten. Dit zorgt voor een betere bestuiving en meer natuurlijke vijanden.

Het ideale boerenbedrijf is volgens mij altijd in ontwikkeling en is dus nooit af of ideaal zoals het is.. ☺

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



Is een weerbaar gewas gezond?

Planten kunnen zich verdedigen door bijvoorbeeld stoffen aan te maken die giftig zijn voor hun belagers. Welke invloed hebben deze verdedigingsprocessen en -stoffen in voedingsgewassen op onze gezondheid? Ilse Beurskens – van den Bosch ging op zoek naar antwoorden. *Door Ilse Beurskens – van den Bosch, natuurvoedingskundige*

Zo'n vijftien jaar geleden kwam ik een boekje tegen waarin omschreven stond hoe planten zich verdedigen en dat ze met elkaar communiceren. Ik las dat planten, struiken en bomen chemisch actief zijn tegen vretende bezoekers. Helaas heb ik het boekje niet meer, maar het volgende voorbeeld herinner ik mij nog. Wanneer reeën aan blaadjes eten, zouden er twee dingen gebeuren: de boom of struik maakt een gifstof aan en er gaat een deel van dat, of een ander stofje, de lucht in. Zo worden andere bomen of struiken gewaarschuwd zodat zij meteen al, voordat een etende belager komt, hun afweer kunnen inzetten. Daarom zouden

reeën maar een paar blaadjes van elke boom of struik eten en zich al knabbelend tegen de wind in voortbewegen. Zo ontlopen zij het gif. Ik was in verwondering. Ik vroeg me af hoe het werkt in de moestuin, wanneer ik takjes boerenkool van de plant pluk. Maakt die kool dan ook afweerstoffen en wat doen die met mijn lichaam?

Salvestrolen en glucosinolaten
Niet veel later las ik dat bepaalde verdedigingsstoffen van voedingsgewassen juist een positieve invloed kunnen hebben op onze gezondheid. Zo blijkt dat salvestrolen en glucosinolaten een kankerremmende

Of juist niet?

werking hebben. Salvestrolen komen in verschillende soorten groenten en fruit voor, zoals asperges, rucola, spinazie, peterselie en druiven, en veroorzaken een afweerreactie tegen schimmels en bacteriën. Alle koolsoorten bevatten glucosinolaten. Er zijn wel 100 verschillende soorten ontdekt. Zij worden 'natuurlijke pesticiden' genoemd, giftig voor belagers. Daarnaast worden glucosinolaten ook beschreven als lokstoffen voor vijanden van vretende insecten. Deze verdedigingsprocessen blijven ook na de oogst werkzaam. Wanneer je in de keuken kool aansnijdt, vermeerderd het aantal glucosinolaten, omdat de kool zich probeert te beschermen. Groenten die bespoten zijn

met bestrijdingsmiddelen bevatten minder natuurlijke pesticiden, omdat bespoten planten deze stoffen niet hoeven aan te maken: ze worden niet belaagd. De bestrijdingsmiddelen hebben de verdediging overgenomen. Zo werd aangetoond dat biologische gewassen meer glucosinolaten en salvestrolen bevatten dan gangbaar geteelde gewassen. Deze verdedigingsstoffen hebben ook invloed op de smaak. Groenten met meer salvestrolen of glucosinolaten zijn doorgaans bitterder. Ruim tien jaar geleden las je binnen de biologische wereld regelmatig over deze gezonde eigenschappen.

Antinutriënten

Uiteraard waren ook toen al verdedigingsstoffen bekend met negatieve effecten. Denk maar aan blauwzuur in amandelen, een stof die beschermt tegen vraat. Moderne voedingsvisies benadrukken deze negatieve gezondheidseffecten: zij gebruiken het woord 'antinutriënten' voor de afweerstoffen die gewassen aanmaken tegen schadelijke schimmels, parasieten, bacteriën en insecten. Antinutriënten zijn vanuit deze visie per definitie ongezond omdat ze de lichaamsprocessen van de eter verstoren. Ik merk dat deze zienswijze aanslaat bij veel mensen die zich verdiepen in gezonde voeding. Mede door deze kijk worden granen veel minder gegeten. Anderen schenken geen aandacht aan dit 'stofjesdenken'. Ook voor mijn gevoel heeft gezondheid weinig te maken met de antinutriënten die je eet. Toch zijn er praktijkervaringen en onderzoeken die anders doen vermoeden. Ik besluit me te verdiepen in

verdedigingsstoffen om te zien waar ik me kan verbinden en waar ik mijn visie kan verdiepen of bijstellen.

Goed en kwaad

In mijn onderzoek stuit ik allereerst op de neiging binnen moderne voedingsvisies om stoffen in te delen in positieve en negatieve voedingsstoffen. Door het Oerdieet is de term antinutriënten populair geworden. Alhoewel in het boek 'Oergondisch genieten' antinutriënten omschreven staan als verdedigingsstoffen, noemen de auteurs ook stoffen die geen verdedigingsstoffen zijn een antinutriënt. Een voorbeeld daarvan is fytinezuur. Fytinezuur bewaart voedingsstoffen in het zaad en voorkomt ontkiemen (in DP2015-1 verscheen hierover een artikel). Daarentegen noemen zij glucosinolaten, verdedigingsstoffen in kolen, geen antinutriënt omdat deze stoffen een positief effect hebben op onze gezondheid. De auteurs hebben het idee dat de lezer niet gebaat is bij een ingewikkeld verhaal, maar wel bij een duidelijke indeling tussen voedingsstoffen die een positieve en negatieve werking (kunnen) hebben. Deze indeling heeft een positieve intentie, maar maakt het begrijpen van het thema antinutriënten lastig. Het begrip antinutriënten wordt dus gebruikt voor verdedigingsstoffen én voor schadelijke stoffen of stoffen die schadelijk kunnen zijn. En dit laatste voert ver door. Op internet vind ik Juglen Zwaan die water aan zijn rijtje antinutriënten toevoegt: wanneer je grote hoeveelheden water drinkt, plas je met dat water ook veel waardevolle mineralen uit en dit is niet goed voor je gezondheid.

Rijpheid

Veel voedingsstoffen kunnen zowel een positieve als negatieve werking hebben. Dit vind ik belangrijk om te beseffen. Een goed voorbeeld daarvan zijn saponinen, ook wel zeepstoffen genoemd. Je herkent deze stof aan het schuim in de pan als je bijvoorbeeld peulvruchten, quinoa en amaranth kookt. Saponinen hebben in de darmen een gunstige, reinigende werking. Ze zorgen voor oplossing en uitscheiding. Kanttekening hierbij is dat saponinen bij sommige mensen, die neigen naar een grote doorlaatbaarheid van de darm, dit proces versterken en een allergische reactie veroorzaken. Hoewel saponinen ook andere processen verzorgen in de plant, worden ze als verdedigingsstoffen gezien. Ze worden vaak genoemd als voorbeeld van een antinutriënt dat de darmwand kan beschadigen. Omdat ik de positieve kant ook ken, laat ik me niet verleiden om saponinen als een te mijden stof te beschouwen. Blijkbaar is het wel zo dat mensen steeds minder goed kunnen omgaan met saponinen. Ze kunnen voedingsmiddelen met saponinen niet goed verteren. Hoe zou dit kunnen komen?

Carine de Nijs, antroposofisch diëtist, vertelt mij over het belang van rijpheid van gewassen, ook bij het onderwerp verdedigingsstoffen. Zo zitten in onrijpe tomaten veel meer saponinen dan in rijpe tomaten. Interessant: andere afweerstoffen ontstaan juist tijdens de rijpingsfase. Dit geldt voor bijvoorbeeld salvestrolen en glucosinolaten, aldus Lucy van de Vijver, onderzoeker bij het Louis Bolk Instituut.

Lectine wordt net als saponine een verdedi-

gingsstof genoemd die de darm kan beschadigen. In het boek 'Oergondisch genieten' staat: 'Planten worden veredeld zodat ze een betere weerstand tegen insecten krijgen. Deze veredelde planten bevatten meer lectinen. Tarwe is hiervan een goed voorbeeld. In vergelijking met de oergranen spelt en kamut bevat tarwe veel meer lectinen.'

Gifstoffen en bewustzijn

Welke inzichten biedt de antroposofie bij het kijken naar gifstoffen in planten? In contact met Johannes Kingma (antroposofisch diëtist), Roger Crijns (antroposofisch arts) en Michiel Rietveld kreeg ik hiervan een beeld. Plantengiften ontstaan wanneer het astrale diep inwerkt in het organisme van een plant. Stikstof is de stoffelijke draager van het astrale. In bijna alle plantengiften zit een stikstofverbinding. Zodra een plant giftig is, komt er iets astraals, dierlijks in de plant. Wanneer we deze stoffen met de maaltijd eten, breken we de gifstoffen

af, herkennen het proces dat er achter zit en doen het na. Op deze manier kan het eten van gifstoffen positief werken. Het kan onze organen stimuleren. Zo kan het zijn dat verdedigingsstoffen ons afweersysteem stimuleren. Maar zo direct hoeft het niet te zijn, ook omdat stoffen een rol spelen in vele processen. Wanneer het gif te veel is of diegene die het eet heeft een te zwak Hoger Zelf, breken we het niet af en worden we ziek. Bij iedereen ligt de grens anders. Gifstoffen hebben een belangrijke functie voor ons bewustzijn. Rudolf Steiner schrijft dat door plantengifstoffen ons etherlichaam het astrale lichaam binnendringt. Ons astraal lichaam is voortdurend bezig om dit proces tegen te gaan en wordt sterker van deze activiteit. Voor een positieve werking gaat het om hele kleine hoeveelheden gifstoffen.

Verdedigingsstoffen weggekweekt

Wanneer je een plant de tijd geeft om te groeien en te rijpen en deze processen op een respectvolle manier stimuleert of begeleidt, lijkt het vanzelf goed te gaan: van sommige gifstoffen iets meer, zoals van glucosinolaten en salvestrolen, en van andere veel minder, zoals van saponinen en lectinen.

Toch blijven gifstoffen aandacht en bewustzijn vragen. Een jaar geleden schreef Martijn Katan in NRC: 'Voedselplanten zijn door kwekers van hun chemische wapens beroofd omdat deze giftig zijn, en moeten daarom worden verdedigd met pesticiden.' Twee maanden geleden overleed een man in Duitsland waarbij wordt aangenomen

'We raden mensen die zelf lupine in hun moestuin kweken aan om geen eigen zaad te gebruiken'



Het Louis Bolk Instituut doet onderzoek naar lupine, als bodemverbeteraar én vervanger van soja (Foto: Louis Bolk Instituut, Udo Prins)

dat het eten van een giftige verdedigingsstof (cucurbitacine) in een courgette de oorzaak is. Deze stof is er in de loop der jaren uitgekweekt en kan in uitzonderlijke gevallen terugkomen in een courgette uit eigen moestuin. Ik sprak hierover met Udo Prins, onderzoeker bij het Louis Bolk Instituut: "Als veredelaar moet je er op letten dat gifstoffen uit je gewas blijven. Dat is bij het ene gewas belangrijker dan bij het andere. Bij lupine komt het gif snel weer terug. We raden mensen die zelf lupine in hun moestuin kweken aan om geen eigen zaad te gebruiken. Het kan niet anders dan dat de overleden man in Duitsland keer op keer eigen zaad heeft gebruikt."

Johannes Kingma wijst in zijn lessen er vaak op dat natuurvoeding niet bestaat. Het is 'cultuurvoeding'. Onze voedingsgewassen hebben onze zorg nodig anders redden ze het niet. Voedingsgewassen zijn ooit op eetbaarheid veredeld waardoor extreem bittere smaken zijn verdwenen. Het lijkt erop dat

onbewust, maar wellicht wel intuïtief, onze voedingsgewassen zo zijn gekweekt dat zij bij ons passen: een behoorlijk volume, een goede samenhang tussen meerdere smaken, sappigheid en niet te veel gif maar ook niet te weinig. Maar tegenwoordig wordt veel eenzijdiger veredeld: op hoge opbrengst of een zoete smaak. Dit gaat ten koste van smaakdifferentiatie (vooral van bitterstoffen), gezonde voedingsstoffen en ook van etherische kwaliteiten. Edith Lammerts van Bueren, hoogleraar biologische veredeling, maakt zich hierover zorgen: "Een peenveredelaar zei mij eens: het is niet moeilijk om worteltjes op zoetheid te selecteren maar dan verdwijnen automatisch de bitterstoffen, welke nu juist anti-oxidanten zijn die niet alleen goed zijn voor de gezondheid van de mens, maar ook ziekteverwerend voor de plant." Johannes Kingma: "De etherische naklank van moderne voedingsmiddelen is niet in overeenstemming met wat de mens nodig heeft."

Meer begrip

Door mijn zoektocht naar verdedigingsstoffen heb ik meer begrip en respect voor het vak zaadveredelen gekregen. Dat een cultuurgewas echt iets anders is dan wat er in de natuur groeit, is dieper tot me doorgedrongen. Daarnaast heeft het belang van rijpen nog meer onderbouwing gekregen. Het lijkt of het rijpingsproces een bijzondere wijsheid in zich draagt die veel meer verzorgt dan we tot nu toe kunnen waarnemen. Mijn aandacht focust zich op het begrip eenzijdigheid in relatie tot de huidige verteringsproblemen. Binnen de antroposofie wordt eenzijdigheid als ziekmakend gezien. Ik zie het in de gangbare landbouw en het moderne denken over voeding. Zou het ook terug te zien zijn in onze verteringskwaliteit? Zou het zo kunnen zijn dat ons vermogen om tijdens de spijsvertering processen waar te nemen en om te zetten, afneemt? En heeft eenzijdigheid hier iets mee te maken? Ik ga kauwen op deze vraag. ☞

Dynamisch Perspectief

Boekbespreking

Bodem- vruchtbaarheid, een zaak van biologisch denken

*Dr. Hans Peter Rusch,
vertaling door Peter Vanhoof,
2014, Organic Forest Polska,
€35*

*Tekst: Koen Dhoore (deze tekst
verscheen eerder op landwijzer.
be)*

EINDELIJK! Dr Hans Peter Rusch (1906–1977), een arts uit Oost-Pruisen, kwam via een artikel dat hij schreef over medische bacteriologie in contact met bioloog en landbouwpoliticus Dr Hans Müller. Vanuit de daarop volgende samenwerking bestudeerde Rusch de microbiologie van de bodem en ontwikkelde de vandaag nog steeds bekende test om de hoeveelheid en de kwaliteit van



het bodemleven in te schatten. Over dit werk en zijn ervaringen schreef hij een lijvig boek dat in 1968 in het Duits verscheen en onlangs voor de 8ste keer in de oorspronkelijke taal werd herdrukt.

Het boek gaat over de gezonde bodem en de daarmee verbonden biologische voedselkringloop, de kringloop van de levende substantie. Elke verstoring van het biologisch evenwicht verstoort ook het ecosysteem en leidt volgens Dr Rusch op termijn tot een ecologische ramp. Toen de eerste versie van het boek verscheen, leek de analyse van Dr Rusch fel overdreven. Vandaag is ze brandend actueel.

Een belangrijk thema in het

boek is het onderhouden van een vitaal bodemleven omdat dit een sleutelrol speelt in de biologische voedselkringloop. De invloed van landbouwkundige ingrepen op de kwaliteit van het bodemleven wordt uitvoerig beschreven. Daardoor is dit boek, naast een stevig onderbouwd wetenschappelijk werk, tegelijk ook een uitermate praktisch boek, dat duidelijk en voor iedereen verstaanbaar zegt waar het werkelijk op staat.

Dit onvolprezen en ongeëvenaard standaardwerk is nu – eindelijk – verschenen in Nederlandse vertaling. We kunnen de vertaler, Peter Vanhoof, nauwelijks dankbaar genoeg zijn voor het idee en het titanenwerk. Inderdaad, titanenwerk: dik driehonderdvijftig bladzijden uit het inhoudelijk zeer rijke (maar ook zeer 'Duitse') Duits van Dr Rusch vertalen naar verstaanbaar Nederlands ...

Lay-outer Erik Goris zorgde voor de praktische uitwerking van een 'trucje' dat de leesbaarheid zeer verhoogt: een goed geko-

zen combinatie van vette druk, grote en kleine letters maakt dat je dit boek in verschillende 'versies' kan lezen. En er is ook een leeshandleiding voor de eerder praktisch ingestelde mensen.

In het voorwoord verwijst de vertaler terecht naar de verdiensten van de pioniers van de biobeweging die Rusch in ons land (Vlaanderen) bekend maakten, en hij draagt zijn vertaling aan hen op: Jan Heyman, Rik Dedapper en de onvermoeibare promotor en toepasser van de Ruschtest, Fernand Verheughe. Mooi dat er in deze langverwachte vertaling een memento is voor de Rusch-Müller-pioniers in het Nederlandse taalgebied.

Ook mooi is dat de ondertitel niet letterlijk werd vertaald, maar wel nog verwijst naar het essentiële in de originele Duitse versie: *Eine Studie biologischen Denkens*. Het boek bevat immers ontelbare pareltjes van filosofisch en biologisch denken en hier en daar ook een verborgen juweeltje van boerenwijsheid.

Sponsor een jonge boer in spe!

Warmonderhof-studenten gaan 12 november hardlopen om voor de toekomst – hún toekomst – meer biologisch-dynamische landbouwgrond beschikbaar te maken. De sponsorloop is een samenwerking tussen Warmonderhof en Stichting Grondbeheer. Met de opbrengst die de jonge boeren in spe bij elkaar lopen, kan Grondbeheer extra grond aankopen en die verpachten aan BD-boeren. Het gros van de Warmonderhofstudenten komt niet uit een landbouwfamilie en heeft dus geen familiebedrijf achter de hand om in te stromen als

opvolger. Een bestaand BD-bedrijf overnemen is vaak lastig, omdat de grond zo duur is. Stichting Grondbeheer beschikt momenteel over 185 hectare landbouwgrond die aan 13 verschillende BD-bedrijven wordt verpacht. Veel meer (oudere) BD-boeren zouden grond aan Grondbeheer willen verkopen, maar daarvoor heeft de stichting veel schenkgeld nodig. Wil je ook een jonge, toekomstige boer sponsoren bij deze sponsorloop? Stuur dan een mailtje naar I.vanloenen@bdgrondbeheer.nl.



Groeten uit...

Warmonderhof-docent Joke Bloksma ging deze zomer op excursie met een klas deeltijdstudenten naar tuinbouwbedrijf De Hooge Kamp. "We boden aan om met z'n allen een uur te wieden. Het was prachtig weer en we waren met goed gezelschap. En toen verscheen daar zo maar spontaan de buurman met z'n accordeon. Ik werd er zo blij van! Dan wil je niet meer ophouden met wieden..."
(Foto: Joke Bloksma)

Kijk naar het verschil



Tobias Bandel van compost-productiebedrijf Soil and More (onderdeel van Eosta, zie pag 3-8) demonstreert tijdens een compostworkshop in Kenia hoe verschillend de grond is die afkomstig is van de theeplantages, en de grond van de moestuinen. Op film is te zien hoe water op een handvol plantagegrond wordt gegoten: het sijpelt er direct doorheen. Dan volgt hetzelfde experiment met een handvol moestuingrond: het water wordt als een spons door de aarde opgezogen.

Het verschil? In hun moestuinen gebruiken de theeboeren geen chemische stoffen of kunstmest, maar volgen ze hun eigen kennis en verstand. De theeplantage is een monocultuur, waarbij de bodemvruchtbaarheid – en daarmee het watervasthoudend vermogen – door gebruik van kunstmest en bestrijdingsmiddelen is afgenomen. Te zien via youtube (Soil and More, compostingworkshop).

<< De grond van een theeplantage houdt geen water vast (foto boven), de grond van de moestuin wel (onder).
(Foto's: Soil and More)

Elementaire gewassen & benutting kosmische werking

Hans Bruinsma verzorgt drie introductiemiddagen voor boeren en tuinders (op 7 november, 12 december en 23 januari) waarin hij vertelt over de elementaire ordening van landbouwgewassen, resultaten van veldonderzoek, de rol van elementaire vruchtwisseling en efficiënte variëteiten- en rasseninzet. Na de lezing is

Elementaire landbouw



Door elementaire ordening kwaliteit
30-60% meer biologische opbrengst

er gelegenheid de rotatie- en grondbewerkingsmogelijkheden van het eigen bedrijf te toetsen.

In de 10-delige workshop 'Efficiënte Grondbewerkingstijden & Rotatie' (vanaf 30 januari) kunnen boeren en tuinders hier zelf mee aan de slag. Op basis van de elementaire kwaliteiten van de eigen gewassen kiezen deelnemers de meest efficiënte rotatievolgorde, grondbewerkingstijden, alternatieve gewassen (optioneel), groenbemesters, variëteiten en rassen. Doel is om hiermee tot een verbeterde kwaliteit en gewasgezondheid te komen met 30% bruto tot 60% netto opbrengstverbetering. Resultaat na 10 workshopdagen is één A4 met daarop de meest efficiënte rotatie-indeling en alle uitvoerbare grondbewerkingen in jaarschema. Locatie: Hof van Barlo, Groenekan. Opgave en info: info@agrikos.nl, 0346- 78 53 87 of agrikos.nl/advies&begeleiding.



Onder de bouwvoor is een niet doorwortelbare laag



Wortels groeien in wormgangen tot 90 cm diep

Goedbodembeheer.nl

'Woelen van de laag onder de bouwvoor. Hoe vaak gebeurt het niet, terwijl het wel gedaan moet worden? En hoe vaak gebeurt het wel, terwijl het niet moet?', schrijft bodemkundige Jan Bokhorst op zijn nieuwe website goedbodembeheer.nl.

Op de linker foto is een profiel te zien van slateelt in de Peel (zandgrond). Onder de bouwvoor, die rijk is aan organische stof, ligt een laag die

niet doorwortelbaar is. Losmaken van die laag is belangrijk, zodat het gewas dieper kan wortelen om dichter bij het grondwater te kunnen komen. Het profiel op de rechterfoto is van groenteteelt bij BD-bedrijf De Vijfsprong in Vorden. Op deze zandgrond worden zelfs op 90cm diepte wormen gevonden. Wortels maken dankbaar gebruik van de diepe wormgangen. Woelen zou op deze grond de verticale gangen

verstoren en dus zeer nadelig zijn voor de structuur.

Dit is een van de vele voorbeelden die op goedbodembeheer.nl te vinden zijn. Jan Bokhorst houdt zich al meer dan 40 jaar bezig met het leren kennen van levende bodems. Veel van zijn kennis en ervaring heeft hij op de website bij elkaar gebracht. Het is de moeite waard om daar volop gebruik van te maken. En duik samen met een mol de grond in!

Cursus Kwantum Landbouw

Na het succesvolle eerste jaar organiseert Gaia Sira i.s.m. Henk Kieft voor de tweede keer de cursus 'Kwantum Landbouw', gericht op enerzijds elektromagnetische technieken en anderzijds technieken die werken vanuit bewustzijn. Elektromagnetische technieken die aan de orde komen zijn bijvoorbeeld: effecten van UV-licht op aardappelen en uien, geluid op wijn, gevitalseerd water op gedrag van koeien en laag-frequente magnetische velden op uierontsteking. Methoden op het vlak van bewustzijn zijn onder andere: bedrijfsopstellingen, ECOintention (voorheen ECOtherapie), woonbiologie en communicatie met dieren. Zo onderzocht een melkveehouder met behulp van een bedrijfsopstelling hoe hij een nieuwe kudde bij zijn eigen kudde kon voegen.

De 10 cursusdagen (eens per maand) worden verzorgd door Henk Kieft in samenwerking met een boer(in) die de besproken

Deze regenboog verscheen tijdens een dag met het thema 'communicatie met de natuur'

technieken in de eigen bedrijfsvoering toepast en onder supervisie van het landelijke Netwerk Energetische Landbouw. Henk heeft van 2004 tot 2007 in opdracht van dit Netwerk een mondiale verkenning uitgevoerd naar deze technieken. Locatie: centraal in Nederland, meestal bij melkveebedrijven in en om Wageningen, steeds de derde vrijdag van de maand. Deelname aan een losse dag is mogelijk. Thema's de komende keren: energetische tuinen, organen onderzoeken via de stem, Onkruid-ecotreat en Vrksyurveda (landbouw veda). Zie giasira.nl.



(c) Markus Heyerhoff

Lezing over Lichtwortel

Ralf Rössner zal 20 november een voordracht houden over *Lichtwurzel, die Ernährung der Zukunft* (in het Duits, vertaling aanwezig). Hij zal onder meer vertellen over de spirituele achtergrond van de lichtwortel. Tijdens de Landbouwcursus in Koberwitz vroeg Graf von Keyserlingk aan Rudolf Steiner wat in de toekomst de vervanging van de aardappel zou kun-

nen zijn. Steiner antwoordde daarop: de lichtwortel (*Dioscorea batatas*). Ralf Rössner heeft deze opnieuw uit China naar Europa gebracht en in ruim 10 jaar over heel Europa weten te verbreiden. Het wordt nu in veel producten verwerkt, bijvoorbeeld in de voedingsproducten van ErdmannHauser. Locatie: Therapeuticum Egelantier in Bergen. Zie indruk.eu

Oproep

Vrouw 50+ zoekt betaald werk op een BD boerderij om mezelf meer te kunnen oriënteren en verdiepen in de praktijk. Graag een verrassende mail naar francisoptland@hotmail.com

Van Akker naar Bos

Mark Shepard, auteur van *Herstellende Landbouw*, komt naar Nederland. Van 24-27 november geeft hij vier workshops in Park Lingezen, het nieuwe landschapspark tussen Arnhem en Nijmegen. Op 28 november is hij keynote speaker op het 'Van Akker naar Bos congres'. Shepard laat in zijn boek zien, aan de hand van zijn

eigen ervaringen, hoe boeren de overgang kunnen maken van eenjarige teelt naar teelt van permanente gewassen, voedselbossen en silvopasture systemen en hoe dat leidt tot een heel andere opbouw van voedselrijkdom, lokale handel en landschapsinrichting. Zie vanakkernaarbos.nl



Mark Shepard pleit voor meer bomen binnen het landbouwsysteem. De tamme kastanje is in voedingswaarde vergelijkbaar met rijst. (Foto: Erik Shepard)



Foto: IJse Beurskens

CSA-conferentie in Haarlem

Op 12 en 13 december organiseren Nederlandse telers de jaarlijkse CSA-conferentie, die afwisselend in Nederland en Vlaanderen wordt gehouden; dit jaar in Haarlem. Op CSA-bedrijven – *Community Supported Agriculture* – delen telers en consumenten samen de lusten en lasten van het bedrijf. Tijdens de conferentie wisselen alle betrokkenen ervaringen en kennis uit over tuinbouw, kleinschalige mechanisatie, binden en vinden van burgerleden en andere onderwerpen. De conferentiedagen vinden plaats in Haarlem, zodat je bijvoorbeeld De Nieuwe Akker kan bezoeken. Op de tweede dag van de conferentie kun je kiezen voor rondleidingen op CSA bedrijven en bijzondere telers in de regio. Kijk voor het precieze programma op www.bdvereniging.nl en meld je aan!

Agenda

24 okt, 7 nov

Basiscursus gezonde moestuin

Ecologisch moestuinieren hoeft niet moeilijk te zijn, als je maar even weet hoe te beginnen, waar je op moet letten, en waar je de juiste informatie kunt vinden. Door Janneke Tops in Vaassen (24/10) en Emmen (7/11). Zie gezondemoestuin.nl

Vanaf 24 oktober

Ontwerpcursus Permacultuur

Jaarcursus in NME-centrum Ulebelt in Deventer met Fransjan de Waard. Zie ulebelt.nl

24 okt en 8 nov

Themadag vegeta- risch compostpre- paraat

Leer je eigen compostpreparaat maken door met al je aandacht plantenmateriaal te verwrijven in een vijzel, om het in verbinding te brengen met de Geestelijke Krachten uit de planeetensferen. Van 10 tot 16 uur in Haarlem. Kosten: € 50 incl. ingrediënten. Info: Stichting de Zon-

netuin, Carmencita de Ruiter 023-5277953, zie dezonnetuin.org

26 oktober

Avondklas

Lezing op Warmonderhof (Dronten) door Allard ten Dam van coöperatie De Nieuwe Band over kwaliteit, eerlijke prijzen en coöperatief werken, zie warmonderhof.nl

31 oktober

Kookworkshop Gezond zoet

We kijken naar verschillende zoetmiddelen die we in de loop van de geschiedenis hebben genuttigd, in relatie tot ons veranderende denken. Wat gebeurt er met volwaardige koolhydraten wanneer je deze rafineert tot witte suiker of bloem? We maken lekkere zoete gerechten met volwaardige ingrediënten. Meer info: Ilse Beurskens-van den Bosch, 072-5644752 of contact@voedsaam.nl

3 – 15 nov

Öko-Jungland- wirte-Tagung

Al voor de tiende keer! Zie oeko-junglandwirte-tagung.de

7 nov, 12 dec, 23 jan

Introductie Elementaire Land- bouw

Introductiemiddagen in Groenekan door Hans Bruinsma (Stichting Agrikos) over 'Elementaire Landbouwgewassen & Benutting Kosmische Werking'. Zie pag 26

13 en 27 november

Voeding en Antroposofie

Een oriëntatie-cursus bestemd voor diëtisten en 4e-jaars diëtietiek studenten, waarin aandacht voor Voeding, Mensbeeld, Landbouw en Onderzoek. M.m.v. antroposofische- en natuurdiëtisten; Michiel Rietveld en Machteld Huber, zie antroposofischediëtisten.nl

Vanaf 16 november

Klankharmonie

In Driebergen. Studie van het boek *De klankharmonie van het schepende wereldwoord* o.l.v. Michiel Rietveld, zie kraaybeekerhof.nl

Vanaf 18 november

Oriëntatiecursus BD-landbouw

Kennismaking met BD-landbouw op zes zaterdagmiddagen bij Kraaybeekerhof in Driebergen, zie kraaybeekerhof.nl

Vanaf 19 november

De Landbouwcur- sus

Michiel Rietveld zal de *Landbouw cursus*, gegeven door Rudolf Steiner, interactief met deelnemers doornemen op acht donderdagavonden. Een intensieve studie naar de achtergronden van biodynamisch. Zie kraaybeekerhof.nl

20 nov, 18 dec, e.a.

Cursus Kwantum Landbouw

Met Henk Kieft in omgeving Wageningen. Zie pag 30

Vanaf 20 november

Licht op de sterrenhemel

Cursus in Dronten door Michiel Rietveld, zie kraaybeekerhof.nl

20 november

Lichtwurzel, die Ernährung der Zukunft

Avondvoordracht door Ralf Rössner in Bergen, zie pag 30

Zaterdag 21 november

Kookworkshop lichtkracht

Onze voeding bevat naast voedingsstoffen en vitaliteit ook lichtkracht. Wat is dat? Hoe voedt licht ons? Welke voedingsmiddelen hebben een speciale rol in de lichtstofwisseling? Meer info en aanmelden: contact@voedsaam.nl of 072-5644752

Vanaf 22 november

Olijfpluk & coaching met schapen

Olijven plukken met een groepje uit Nederland, samen met Portugezen; met verblijf in een mooie

studio, heerlijk eten en uitstapjes in de omgeving. Plus: een extra workshop Coaching met Schapen. Zie dominiovaledomondego.com

24–27 november

Van Akker naar Bos

Workshops en congres met Mark Shepard, auteur van *Herstellende Landbouw*, zie pag 31

Vanaf 1 december

Klankharmonie

Studie van het boek *De Klankharmonie van het scheppende wereldwoord* o.l.v. Michiel Rietveld. In Leeuwarden, zie kraaybeekkerhof.nl

12 en 13 december

CSA-conferentie

Uitwisselen van ervaringen in Haarlem, zie pag 31

Vanaf 11 januari

Dynamisch werken in de tuin

Basiscursus 'Dynamisch leven en werken in de tuin' van Stichting de Zonnetuin door Carmencita de Ruiter in Haarlem over o.a. aarde en kosmos en het werken op de juiste momenten.

Hoe kun je een bewuste verbinding leggen met de Geestelijke Krachten uit de planetensferen, de sterrenwerelden en de natuurwezens en elementaren? Info via Carmencita 023-5277953 en dezonnetuin.org.

20 en 21 januari

Bio-Beurs

Beurs van de biologische sector in Zwolle met een divers inhoudelijk programma, onder andere op het Demeter-plein. Zie bio-beurs.nl

Vanaf 30 januari

Workshop Grond-bewerkingstijden & Rotatie

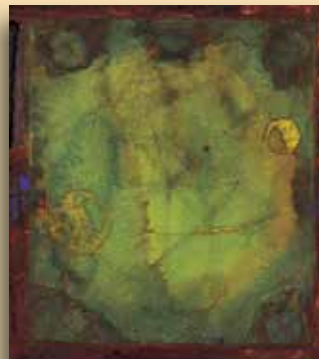
10-delige workshop door Hans Bruinsma (Stichting Agrikos) in Groenekan; tevens Online. Zie agrikos.nl/advies&begeleiding en zie pag 28

3–6 februari

Internationale BD-conferentie

De jaarlijkse *Tagung* in Dornach heeft als thema 'Onze aarde – een wereldwijde tuin?' Zie bdvereniging.nl

Spirituele pedagogie gezichtspunten – wenken – voorbeelden



Rudolf Steiner
Algemene menskunde
als basis voor
de pedagogie

Het fundament van de 'stoomcursus' voor de eerste lichte vrijeschoolleraars, resulterend in een vernieuwende pedagogische beweging.

Gebonden 260 blz. € 24,50
ISBN 978 90 6038 514 2

Het algemene mensbeeld vertaald naar concrete opvoedings- en onderwijsvragen. Hoe wek ik echte interesse, hoe wek ik respect?

Gebonden 240 blz. € 22,50
ISBN 978 90 6038 567 8



Rudolf Steiner
Opvoedkunst
Methodisch-didactische
aanwijzingen

STICHTING

Rudolf Steiner

VERTALINGEN

Laan van Cattenbroeck 83
3703 BK Zeist

E: ger.jue@zonnet.nl
www.christofoor.nl



Van Basislid naar Beroepslid

"Ik vind het een hele eer daarvoor gevraagd te worden. Ik voel nu nog meer dat ik erbij hoor." Met deze woorden reageerde een van de bezoekers aan het congres Microkosmos-Macrokosmos op de vraag *door te schakelen naar het beroepslidmaatschap.*

Het unieke van de BD-Vereniging is dat zij bestaat uit boeren én burgers die samenwerken aan het ontwikkelen van een nieuwe landbouwcultuur. De boeren zijn niet de enige die vanuit hun vak bijdragen aan de ontwikkeling van de biologisch-dynamische landbouw. Ook winkeliers, journalisten, kaasmakers, onderzoekers en politici horen daarbij. Samen vormen ze een netwerk: als beroepslid bent u in beeld voor andere professionals!

Het is nu maar een kleine stap om beroepslid te worden. Het omzetten van uw lidmaatschap regelt u eenvoudig via de website bdvereniging.nl, door rechtsboven te klikken op 'lid-woorden' en vervolgens op 'Omzetten ...'

Direct doen!!

Zet je lidmaatschap om op bdvereniging.nl of bel met Luc Ambagts: 0850 609044

DYNAMISCH PERSPECTIEF 2015 - OKTOBER - nr 5

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: 0850 609044

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

Sluitingsdatum kopij 4 november, agendaberichten 23 november. DP2015-6 verschijnt 19 december. 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 Compost in de handen van Volkert Engelsman in Zuid-Afrika. Foto: Eoasta

Vormgeving Fingerprint, Witzenhausen DE, Gerda Peters.

Druk ZuidamUithof.

Wisentweg 12
8251 PC Dronten
telefoon 0850 609044
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 Gineke de Graaf van De Groenen Hof verzorgt het preparatenwerk. 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: € 100 per jaar.

Een lidmaatschap wordt jaarlijks stilzwijgend 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 trv Ver voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding.

Schenken en legaten

De inkomsten van de vereniging bestaan uit de contributies van leden. Daarnaast ontvangt ze jaarlijks uw warme giften. De BD-Vereniging is erkend als Algemeen Nut 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.

'Die is voor jou'

Tekst: Wim Goris

"Ben je morgenmiddag om vijf uur thuis? Ik wil iets bij je afleveren – het past niet in de brievenbus."

Een jonge vriendin met een drukke baan en dito gezin (man, twee kinderen en een-tje op komst). Allebei zijn ze op de vrijschool geweest. Weinig geld – veel 'joie de vivre'.

De bel gaat. Ik loop de trap af en doe de voordeur open. Daar is ze. Ze zit op haar fiets, in de regen, natte slierten haar in het gezicht. Op de bagagedrager staat een grote groene doos. "Die is voor jou", zegt ze. "Wij kopen altijd – maar dan ook áltijd – in de biologische winkel. Daar krijg je spaarkaarten voor een 'gratis boodschappenpakket'. Dit is onze

derde doos. De eerste hebben we zelf gehouden, de tweede hebben we gegeven aan mensen die het zich minder kunnen veroorloven. Dit keer hebben we besloten om de doos te geven aan iemand die de inhoud juist heel erg kan waarderen!"

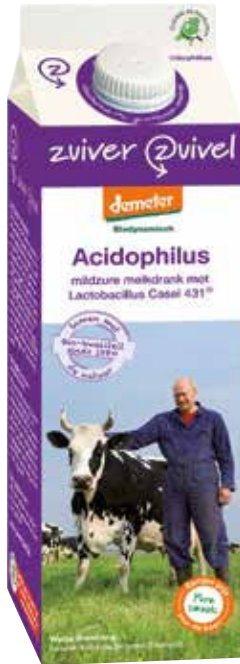
Nee, ze stapt niet af, ze moet snel naar huis, want het is al later dan de bedoeling was. Als ze wegfietst roept ze: "De chocola – die is écht zálíg!"... ☺





Wytze Brandsma
Bolsward, Friesland

zuiver @zuivel



Geniet van (h)eerlijke Acidophilus

- frisse aangezuurde melkdrank
- vol, romig en mild-zuur van smaak
- bevat de goede culture Lactobacillus Casei 431

bereid met melk
van onze eigen
boeren

www.zuiverzuivel.bio

