

DYNAMISCH PERSPECTIEF SPECIAL

# Levenskrachten & preparaten

Ledenblad van de Vereniging voor  
Biologisch-Dynamische Landbouw & Voeding

De boer als kunstenaar

De aarde ademt

Scheppend denken

Energetische champagne

*... je kunt heel gemakkelijk helderruikend worden,  
als je een bepaald geurgevoel ontwikkelt voor de  
verschillende aroma's die van de planten uitgaan  
die op de aarde groeien, en die uitgaan van  
fruitboomgaarden - ook als die pas bloeien -  
zelfs van het bos.*

Rudolf Steiner, Landbouwcursus,  
zevende voordracht, 15 juni 1924



Vereniging voor  
Biologisch-Dynamische  
Landbouw en Voeding



4 Leven, werken, worstelen en slapen met levenskrachten



5 Winterconferenties 2017



6 BD-Jong: 'Kijken naar je bedrijf alsof je een kunstenaar ben



9 Parel: 'En dan beginnen de gedachten'



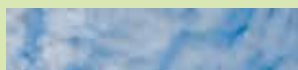
10 Adem van de aarde



17 De rupskraan - Kalle's column



19 Weleda-tuinder Jan Graafland over stof en ritme



22 Rik ten Cate over de aarde als één groot kunstwerk



24 Dynamische Keuken: 'Scheppend denken genereert levenskrachten'



28 Parel; 'Ze ging die poort door...'



29 Wereldwijd: werken met preparaten



32 Wereldwijd: preparatengroep in Zwitserland



38 ECOintention workshop over BD preparaten



40 Levenskrachten



46 Weet je deel van een groter geheel



# Leven, werken, worstelen en slapen met lev

Deze Dynamisch Perspectief thema-uitgave gaat over levenskrachten en preparaten. Met levenskrachten is het zoals Herman Finkers zegt: “Je moet er gewoon niet te diep over nadenken, dan klopt alles.” Maar als je iets met het BD-gedachtengoed hebt, dan denk je er wél over na. De mensen die in deze DP aan het woord komen dénken niet alleen over levenskrachten. Ze leven, werken, worstelen en slapen ermee. *Tekst\_*

*Petra Derksen en Derk Klein Bramel*

Dat levert adembenemende leesstof op over persoonlijke zoektochten, leesstof die sprankelt van de echtheid, het één concreet en praktisch, het ander metafysisch en misschien niet gelijk zo toegankelijk. Dat zijn typisch de verschillende kanten die zitten aan het onderwerp levenskrachten. Wellicht roept een artikel eerst veel vragen op, en verschijnen bij een tweede keer lezen

de antwoorden. Het deeltjes-denken is er bij ons ingebakken; ieder volgt zijn eigen zoektocht om het nieuwe proces-denken te verwoorden.

Oefeningen ‘om een andere ruimte te betreden’ zijn belangrijk voor ieder die met energetisch/spiritueel werk bezig wil zijn. Maar we hebben ook durf, taal en oefening nodig om het fijnstoffelijke tot voorbij de individuele ervaring te brengen naar gemeenschappelijke uitwisseling en verdere ontwikkeling. Dat heeft ons geïnspireerd tot het maken van deze thema-uitgave en het organiseren van de winterconferentie.

Het vraagstuk ‘omgaan met de preparaten’ speelt voortdurend. Hoe krijg je als boer toegang tot wat ze voor jou betekenen? Hoe verhouden het maken en het uitbrengen van preparaten zich tot jouw persoonlijke ontwikkeling? Welk persoonlijk pad hebben ervaren preparatenmakers afgelegd? Dit vraagstuk werd met een groot internationaal inventariserend onderzoek opgepakt. Een uitgebreid gesprek met de Zwitserse preparatenman Andreas Würsch hebben we in deze DP overgenomen.

Binnen de antroposofische vereniging is ‘boven- en ondernatuur’ een werkthema voor de komende jaren. ‘Ondernatuur’ staat voor de materiële kant van het leven en de voortschrijdende kennis daarvan, wat onder andere leidt tot digitalisering en robotisering van onze samenleving. Deze ontwikkeling heeft ons veel te brengen als we gelijktijdig onze ‘bovennatuur’ ontwikkelen; het vermogen om wat we met ons analyserende bewustzijn uit elkaar hebben gehaald op een nieuwe en bewuste manier weer met het geheel van het leven te verbinden. Dat is ook een streven in de BD landbouw – met het bewustzijn optimale voorwaarden scheppen voor levenskrachten.

Preparaten verbinden zomer en winter, plant en dier, mannelijk en vrouwelijk, groei en vorm. Als je de preparaten nu vanuit dit gezichtspunt bekijkt, waar kom je dan uit?

Onze oude slogan komt dan weer op: BD-landbouw = de landbouw vermensenlijken en mens worden aan de landbouw. ☺

# enskrachten

## Winterconferenties 2017

24 februari Dronten

10 maart Merksplas (B)

## thema LEVENSKRACHTEN & PREPARATEN

Bij een rondleiding op tuinderij Land en Boschzicht vroeg een van de gasten aan Sijmen Brandsma: "Wat is dat nou, biologisch-dynamische landbouw?". Sijmen was even stil en antwoordde toen: "Als je het daarover wilt hebben, moet je het eerst hebben over wat leven is".

Die vraag is aan de orde bij de jaarlijkse winterconferenties van de BD-Vereniging. Benno Otter, tuinder bij het Goetheanum in Dornach, zal in Dronten (24 februari) spreken over 'Levenskrachten en versterking van de individualiteit'. Er zijn werkgroepen met o.a. Frans Romeijn, Carmencita de Ruyter, Leen Janmaat en Rik ten Cate (zie pag 22).

In Merksplas (10 maart) zal Dirk Govaerts, boer op de sociaal therapeutische leefgemeenschap Widar, spreken over de rol van het landschap en de verzorging van de zintuiglijke voedingsstroom. Het onderzoeken en versterken van de eigen waarnemingen staat centraal. De ervaringen die je opdoet door het meewerken op de leefgemeenschap vormen daarvoor de bron.

Op beide dagen is er veel ruimte voor gesprek en plezier met elkaar bij de maaltijden, bij het dansen op de muziek, bij het ontmoetingsfeest dat elke winterconferentie steeds weer is. Meld je aan via [bdvereniging.nl](http://bdvereniging.nl). Hier vind je ook de volledige programma's. ☺

Jans Jeuken van Gaos:

# ‘Kijken naar je bedrijf alsof je een **kunsten**

‘Preparaten zijn een wezenlijk onderdeel van het bedrijf’, verkondigde Jos Jeuken van Gaos al langer. Toch waren ze op zijn bedrijf in Swifterbant een ondergeschoven kindje. Totdat dochter Jans (28 jaar) zich ermee ging verbinden. Inmiddels worden alle preparaten weer op het eigen bedrijf gemaakt. *Tekst en foto's\_Kalle Heesen*

Een koude oostenwind waait door de polder. Het is begin oktober. In de luwte, onder het afdak tussen het huis en de schuur, heeft Jans een mooi plekje ingericht om de preparaten te maken. Links op de tafel liggen, naast de ingrediënten die vandaag nodig zijn, een versie van *De Landbouwcursus* en het boek *Houden van de Aarde*. Een goed brandende vuurschaal zorgt voor de nodige warmte.

Voordat er wordt begonnen met het vullen van de koehoorns en de darm, is er koffie met cake. Door Jans zelf gebakken. “Jans wil van dit soort dagen altijd een feestje maken”, grinnikt vader Jos. De goedgevulde cake (‘dit is geen cake, dit is een halve maaltijd’, merkt iemand op) vindt gretig aftrek.

## Eerbied

Voor het derde jaar is Jans degene die het voortouw neemt in alles wat met de pre-

paraten te maken heeft: “Op Warmonderhof was ik afwachtend tegenover de wat geheimzinnige preparaten. Het lag nog ver van mijn bed. Op de preparatendag bij René en Gineke (van De Groenen Hof, red.) werd ik geraakt door hun enthousiasme en kreeg ik zin om zelf aan de slag te gaan.” Vanaf dat moment is de liefde voor de preparaten bij Jans wakker geworden: “Dat ik zelf iets mag inbrengen in de natuur, door middel van de preparaten, geeft me een gevoel van eerbied.”

Ook vader Jos en moeder Ellen zien de waarde van de preparaten, maar desondanks kregen ze op het bedrijf minder aandacht dan dat ze eigenlijk wilden: “Het was een ondergeschoven kindje”, geeft Jos toe. “We gebruikten ze wel, maar er was te weinig tijd om me er echt mee te verbinden.” Een tijd lang heeft Jos de preparaten alleen mentaal uitgebracht: “Ik had de cur-

sus ECOtherapie gevolgd en daar leer je door middel van een plattegrond contact te maken met het wezen van je bedrijf. Ik heb een aantal jaar een potje met preparaten op de plattegrond gezet en het wezen van het bedrijf verteld dat het daar de nodige informatie uit kon halen.”

Voor Jans was dat niet concreet genoeg: “Jos kan wel zeggen dat hij de preparaten mentaal toepast, maar dat vond ik maar een beetje wazig. Ik wilde ze echt met mijn handen maken en uitbrengen.” Inmiddels is Jos ook om: “Het fysiek bezig zijn met de preparaten voegt - letterlijk - wat toe”, zo concludeert hij nu. “Het is echt een extra dimensie.”

## Het stralende omhullen

Jans: “Ik begon met het koemestpreparaat omdat ik dat leuk vond om te maken. Toen ik daarna het duizendblad zag bloeien, kwam er opeens een enthousiasme om dat preparaat ook te gaan maken.” Stapje voor stapje heeft Jans het complete proces van het maken en verspreiden van de preparaten naar de boerderij gehaald.

“Ze zijn allemaal anders, ook om mee te werken. De preparaten met bloemen hebben iets harmoniserends. Het voelt altijd

# aar bent'

heel mooi en verzorgend om ze te maken. Het koemestpreparaat is veel aardser. Het heeft iets rustigs en gezelligs. Dat merk je ook aan de sfeer. Er wordt altijd gezellig gekletst en gelachen als we het koemestpreparaat maken." Het paardenbloempreparaat is haar favoriet: "De paardenbloemen hebben iets stralends. Ze knallen altijd uit het gras. Die paardenbloemen moeten dan in een darmscheil. Ik vind het beeld zo mooi dat het stralende dan omhuld wordt door de darmscheil."

Dat de preparaten hun werking hebben, daar twijfelen Jos en Jans beiden niet aan. Voor hen zijn de preparaten de verbinding tussen de mens en de natuurwezens. Jans merkt al tijdens het maken dat de natuurwezens er blij van worden: "Als je net begint heeft het altijd iets zwaars, maar als je even bezig bent met de preparaten ontstaat er altijd iets jubelends. Er verschijnt dan opeens zo veel vreugde. Alsof de natuurwezens verzuchten: 'Ah! Eindelijk worden de mensen wakker! Eindelijk worden ze zich bewust van onze aanwezigheid!'"

Sowieso vindt Jans het heerlijk om met de preparaten bezig te zijn: "Op het land ben je altijd bezig met een goede oogst, met een goede prijs of met een goed product.



Als ik preparaten aan het maken ben, hoeft dat even niet. Dan ben ik gewoon met de preparaten bezig. Niet omdat ik een resultaat wil zien, maar omdat ik er enthousiast van word. Bijna als een kunstenaar die iets moois aan het maken is. Je kijkt dan ook naar je bedrijf alsof je een soort kunstenaar bent. Dat is heel waardevol.”

## Nimfenbankje

Inmiddels zijn de vijftig koehoorns gevuld met mest en worden ze, onder een handgeschilderd bordje, vlak bij de deur begraven:



“Dit is gewoon een goede plek”, geeft Jans als reden, “en ik loop er vaak langs, waardoor ik er elke keer even aan denk.”

Niet alle preparaten worden in de nabijheid van het huis begraven. Samen met Jos heeft Jans een rondje over het bedrijf ge-

lopen om de beste plekken te vinden. Voor veel preparaten is een plekje gevonden in de aarden wal die het bedrijf scheidt van de onlangs aangelegde spoorlijn: “Die wal is de huid van ons bedrijf”, legt Jos uit. “Het voelde goed om daar een aantal preparaten in te begraven.”

Het eikenschorspreparaat krijgt een speciaal plekje: vlak naast een kleine poel zal het in half vochtige omstandigheid overwinteren. Aan de andere kant van de poel staat een klein afdakje met daaronder een bankje gemaakt uit opgestapelde stam-

‘Dat ik zelf iets mag  
inbrengen in de  
natuur, door middel  
van de preparaten,  
geeft me een  
gevoel van eerbied’

men. Ondanks dat het een mooi plekje is om te gaan zitten, is dat voor mensen niet toegestaan: “Dit bankje is voor de nimfen”, legt Jos uit. “Ik vond dat zij ook recht hadden op een plekje.”

Zowel Jos als Jans voelen de aanwezigheid

van de natuurwezens en hun blijdschap als ze met de preparaten werken. Deze zomer zagen ze hoe de manier waarop ze het bedrijf verzorgen ook tastbare resultaten oplevert. Jos: “In ongeveer heel Europa was het koolmotje dit voorjaar alle rode kolen aan het opeten. Ook bij ons is het langsgeweest, maar waar bij anderen de oogst verloren was, heeft de kool zich bij ons gewoon weer hersteld. Ik durf niet te zeggen dat dat alleen door de preparaten komt, maar het komt zeker door het gezonde geheel dat het bedrijf nu is, dat de gewassen meer weerstand hebben.”

Wat Jans betreft is zelfs al na twee seizoenen te merken dat de preparaten nu op het bedrijf zelf worden gemaakt: “Je ziet aan het land dat het meer aandacht krijgt. Het bedrijf en de gewassen hebben veel meer kleur gekregen.”

Op de organen na zijn alle ingrediënten van de preparaten nu bedrijfseigen. “We hebben hier een unieke uitgangspositie”, realiseert Jans zich, “want zowel de bloemen als de hoorns en de mest zijn op dit bedrijf aanwezig. Wat we nog wel zouden kunnen verbeteren, is om ook de organen van onze eigen koeien te gaan gebruiken.” Jos knikt: “Jans fluit mij elke keer terug als ik vergeet dat het echt een meerwaarde is om bedrijfseigen ingrediënten te gebruiken. Het is goed dat ze dat doet, want inmiddels ga ik de waarde er ook van inzien.” Om tegen Jans te vervolgen: “Het gaat er zeker van komen dat we ook de organen van koeien van ons eigen bedrijf gaan gebruiken!” ☺



## En dan beginnen de gedachten ...

*Tekst\_Maria Inckmann van Gaalen,  
boerin kaasboerderij Noorderlicht*

Met het kiezelpreparaat ben ik vandaag weer aardig wat kilometers over het land gelopen. Prachtige zon, heerlijk de neveldruppeltjes, die ook tegen mijn gezicht spoten bij de warmte. Een vakantiedag! Maar dan beginnen de gedachten: eigenlijk is het nutteloos rondlopen, waarschijnlijk zijn er veel handigere manieren, wie doet nu zo'n tijdrovend iets? In de tuin staat het onkruid hoog. De burens zien al lang je inefficiëntie.

Mijn hoofd zit in de weg, maar ik wil dit echt doen. Na uren lopen hoorde ik mensen van het voetbalveld en ik dacht, ze lopen achter een bal aan, bij de golfbaan lopen ze uren met een stick rond. Ik ben er blij mee, dat ik kiezel aan het gras mag geven! ☺

# Adem van de aarde

‘Als ik de kas binnenstap, merk ik direct een verandering van de sfeer. Dan weet ik dat de zaden die ik enkele dagen geleden heb gezaaid, zijn ontkiemd’, vertelde Anna Cecilia Grün (1987) tijdens de landbouwconferentie in Dornach in 2016. Ze had de volle aandacht van het 500-koppige publiek. In het boek *Atem der Erde* neemt Anna Cecilia de lezer mee in haar waarnemingen. *Tekst\_Ana Cecilia Grün Vertaling en*

*inleiding\_Gineke de Graaf*

In een van eerste hoofdstukken van haar boek beschrijft Anna Cecilia Grün de verschillen in het licht door de jaargetijden heen en ook de verschillen in ochtendlicht, middaglicht, avondlicht. Zo door haar ogen meekijkend, meevoelend met de stemmingen van het licht en meegenomen door haar waarnemingen van de subtielste veranderingen, kan ik iets proeven van de innerlijke rust en toewijding waarmee ze zich openstelt voor de natuurverschijnselen. Wat een aandachtscracht! Voor mij is het navoelbaar, dat iemand die zo waarneemt ook ontvankelijk is voor de wereld van natuurwezens, en met deze wezens kan communiceren.

Anna Cecilia wil ons opmerkzaam maken op de grote samenhangen waarin wij ingebed zijn, ieder mens als een deel van de aarde; maar ook op onze verantwoording voor het zachte, levende en bezielde wezen, dat de aarde is. Met ideeën voor meditatie en voor preparaten geeft zij een aanzet hoe we een stukje van deze verantwoording zouden kunnen oppakken.

Bij het lezen van de beschrijvingen van bijvoorbeeld de lucht in het jaarverloop had ik vaak een gevoel van herkenning: ja, dat heb ik ook zo waargenomen. Doordat Anna Cecilia woorden geeft aan haar gewaarwordingen, word ik mij ervan bewust dat ik ze ook heb. Dit stimuleert me om steeds oplettender en ontvankelijker te worden. Hieronder de vertaling van twee hoofdstukken uit het boek.

# De **lucht** in het jaarverloop,


## 20.1.2014

Van de lucht worden we ons als element maar af en toe bewust, bijvoorbeeld bij storm. Of als in de winter onze longen pijn doen door het inademen van de ijskoude lucht en onze eigen adem als dampende wolken in de lucht zichtbaar wordt. Meestal is de lucht onopvallend, onzichtbaar; lucht is er altijd als vanzelfsprekend.

Doordat we ademen, zijn we ons hele leven lang met het luchtelement als een levens-element verbonden en we nemen mét de lucht met elke ademdeug een beetje substantie van onze aardeplaneet op. De aarde bestaat niet alleen uit vaste en vloeibare substantie; met haar gasvormige luchtom-

hulling rijkt de aarde ver buiten haar vaste grenzen uit, het wereldruim in. De luchtomhulling van de aarde beschermt de op haar levende organismen tegen de onbarmhartige koude van het wereld-al en tegen de verzengende hitte van de zonnestralen. Zo schept ze een atmosfeer met stabiele temperaturen, waarin zich veelvormige levensvormen kunnen ontwikkelen.

De menselijke ademhaling is een brandpunt tussen lichamelijke processen en ziele-bewegingen. Uitgangspunt is de onbewuste aansturing door het autonome zenuwstelsel, maar ze kan ook bewust geleid worden. In het ritme van de ademhaling drukt zich de lichamelijke inspanning uit, of rust of slaap, maar ook gevoelens en gewaarwordingen, zoals opwinding, vreugde of woede, spiegelen zich in de ademstroom. Onze ademhaling, en daarmee ons samenleven met het luchtige deel van de aarde, is dus in het menselijk organisme een overgangsgebied tussen levenskrachten en gevoelskrachten. De lucht is zozeer onderdeel van ons in elk moment van ons



Onze ademhaling – en daarmee ons samenleven met het luchtige deel van de aarde – is dus in het menselijk organisme een overgangsgebied tussen levenskrachten en gevoelskrachten

aardeleven, dat ze bijna een lichaamsdeel van de mens lijkt – wat het ademen betreft zijn we nog niet onafhankelijk zoals bij de lichaamstemperatuur, die we binnen bepaalde grenzen onafhankelijk van de buitentemperatuur kunnen regelen.

Als we naar de ontwikkeling van mens en aarde kijken in ver achter ons liggende tijden en toestanden, wordt duidelijk dat het menselijke lichaam aanvankelijk niet afgescheiden was van de aardesubstantie, maar dat de aarde lichaamssubstantie en lichaamsfuncties voor de mensen ter beschikking stelde. Bij enige eenvoudige dierorganismen en plantenorganismen is dit nu nog het geval. (Bijvoorbeeld koudbloedige dieren zijn in hun lichaamstemperatuur niet onafhankelijk, planten zoals mos zijn aangewezen op het vochtgehalte van de omgevingslucht, kwalen hebben een beperkte mogelijkheid tot zelf bewegen en laten zich hoofdzakelijk door de zeestromen bewegen.) Geleidelijk onttrok de mens zijn lijf aan de aardesubstantie en ontwikkelde eigen organen voor de uitingen van zijn ziel. De aarde heeft dus alle orgaanfuncties die de mens in zich draagt, ook in haar organisatie al lang geleden ontwikkeld. De lucht is daarbij het orgaan van de aarde waarin tot op de dag van vandaag enerzijds haar levenskrachten stromen, anderzijds de gevoelens en gewaarwordingen van de aarde bewegen.

Het menselijke orgaan, dat is gemodelleerd naar het luchtorgaan van de aarde, is de long. Zoals de lucht de aarde ontvankelijk

en gevoelig maakt, zo maakt de long ons mensen open en opnamebereid. In tegenstelling tot de aarde, die de luchtomhulling om zich heen heeft uitgebreid, ligt de menselijke en dierlijke long in het binnenste van het lichaam. Onze longen zijn de verbinding met het voelende orgaan van de aarde: de atmosfeer. En hoe minder longen een organisme heeft, hoe minder het kan opnemen van de gevoelskwaliteit van de aarde.

Hoe groter de longen (mensen en zoogdieren hebben in verhouding tot hun lichaamsgrootte de grootste longen), hoe meer het eigen, voelende zielenleven zich in de long kan uitdrukken en tot bewustzijn kan komen. Onze adem is dus onze verbinding met het voelende deel van de aarde; we delen de lucht als 'lichaamsdeel' nog met het grote aardelijf. Doordat wij ademen, doordat we de 'gevoelens' van de aarde in ons opnemen wanneer wij lucht in onze longen zuigen, kunnen we onze eigen gevoelens als uitdrukking van onze ziel bewust waarnemen. Bij het inademen komen de gevoelens van de aarde als een opwekkende prikkeling in ons binnen en in het uitademen vullen we deze ruimte met onze eigen bewuste gevoelens.

De samenstelling van de lucht uit verschillende gassen is zo evenwichtig, dat wij al onze mogelijke gevoelens in de hele breedte kunnen waarnemen als we de lucht als stimulans in onze longen inademen. Als bepaalde gassen zouden overheersen, zouden we alleen nog bepaalde gevoelens kunnen waarnemen, omdat dan een bepaald

gas met zijn dienovereenkomstige gevoel al het andere zou overstemmen.

In experimenten werden mensen blootgesteld aan het inademen van lucht met hoge concentraties gas, o.a. kooldioxide en stikstof. Er werd vastgesteld dat met het inademen van deze gassen specifieke gevoelens (o.a. vreugde, angst) bij de testpersonen ontstonden, die evenredig met de concentratie gas aan intensiteit toenamen.

In onze adem beleven we veel van onszelf en anderzijds kunnen we ook veel van de aarde en haar levenskrachten ervaren, aangezien we de lucht als deel van de aarde inademen. De gevoelens en de levenskrachten van de aarde veranderen in de loop van het jaar van karakter en ze onderscheiden zich ook van elkaar in de verschillende regionen van de aarde. Als we ons ervan bewust worden, dat we eigenlijk niet óp, maar ín de aarde leven en de gevoelens van de aarde met de lucht in- en uitademen, zien we dat we bewust of onbewust het zielenleven van de aarde in het jaarverloop meebeleven. De aarde leeft in haar verschillende zielen-toestanden vooral als reactie, of als antwoord, op wat in het wereldruim gebeurt en op wat voor impulsen van daaruit op haar toekomen.

In de winter beleeft de aarde gevoelens van wakker zijn, van bij-zichzelf-zijn. Ze voelt zich met zichzelf verbonden, beleeft helderheid en vrede. Je kan dit goed merken als je de strenge winterlucht bewust inademt. De aarde is in de winter op zijn wakkerst, het meest bewust. Ze begrijpt en overziet haar

omgeving. Je kan je afvragen: Hoe voelt dat aan, als ik de dingen om mij heen begrijp en ik heel wakker en helder ben? Een gevoel van vrede komt dan over je – dit beleeft de aarde ook zo ongeveer in de winter en wij kunnen het met haar meebelevan.

In het voorjaar veranderen de gevoelens van de aarde naar gelang de kosmische veranderingen en de verhouding van de aarde tot de zon. In het voorjaar stromen levenskrachten, groei- en bewegingskrachten van de zon naar de aarde en deze begint een beetje te dromen. Het is alsof ze in haar dromen het nieuw ontstaande leven schept. In deze dromen voelt ze zich licht, levendig, wijds, beweeglijk. Vreugdevol en vrij en de wezens om haar heen toegenegen. De lucht heeft in de lente een bijzondere frisheid en zachtheid. Door dichters wordt de voorjaarslucht ook als zoet beschreven. Je kan deze gevoelens van de aarde waarnemen, als je bewust de voorjaarslucht inademt. Als je je herinnert hoe het voelt om helemaal verzonken te zijn in een scheppingsproces, als iets nieuws ontstaat en je je baadt in de krachten der

creativiteit, dan kan je je voorstellen hoe de aarde zich voelt in de lente. Er is dan grote vreugde, sympathie en liefde voor de dingen, lichtheid, onbezwaardheid en reinheid. In de zomer is de aarde met haar ziel bijzonder innig met de zon verbonden en ze is al opgetild door de kracht van de zon. Ze beleeft hoe de groei een hoog en wijs doel bereikt, als in de bloei van de planten de volmaaktheid van de zaden zich al aankondigt. De aarde voelt ten opzichte van dit gebeuren eerbied, toewijding, vertrouwen en ook zoiets als dankbaarheid. De zomerlucht is vaak zwaar van de bloemengeuren en je kan het geheim van het rijpen vermoeden, dat in de lucht hangt. Je kan je de zielen-toestand van de aarde voorstellen zoals wanneer je je als mens verbaast over de wonderen en wijsheid van de wereld. In de herfst vormen de gevoelens van de aarde zich weer om. De aarde komt nu in een toestand van ontwaken; ze keert met haar bewustzijn weer terug uit de zonnensfeer tot zichzelf. De steeds sterker wordende bewustzijnskrachten in de natuur leiden nu tot inkrimping, tot afsterven en

oplossen van de plantenvormen. De herfstlucht heeft vaak al een bepaalde helderheid, zij het zonder het snijdende van de winter. Ze is scherper als de zomerlucht, maar nog wel door de zon doorwarmd. In de herfst leven in de aarde gevoelens van daadkracht, van moed, gerichtheid en zelfverzekerdheid. Deze gevoelens kennen wij mensen uit de momenten dat we een idee in de daad willen omzetten en met vol elan aan de verwerkelijking van een hartsaangelegenheid beginnen, ook al weten we dat het misschien niet zo eenvoudig zal zijn. Tegelijkertijd leeft in de aarde een soort weemoed als ze de zonnensfeer verlaat; een weemoed die wij mensen vaak sterk meebelevan als een onbestemde treurigheid en nadenkende stemming.

Als we de gevoelsbewegingen van de aarde in het jaarverloop in ons opnemen en mee voltrekken, leren we als mensen steeds dieper en waarachtiger te voelen en daarmee ook steeds meevoelender te worden.

De aarde bestaat niet alleen uit vaste en vloeibare substantie; met haar gasvormige luchtomhulling rijkt ze ver buiten haar vaste grenzen uit, het wereldruim in. We leven niet óp, maar ín de aarde'

# Zand en kwarts, 11.1.2014



**K**warts is een belangrijke bouwsteen in het organisme van de aarde, maar ook in het lichaam van mens en dier. Kwarts bestaat uit silicium, dat na zuurstof het meest voorkomende element is in de aardkorst. Kwarts is – enige uitzonderingen daargelaten – het hoofdbestanddeel van zand en vormt vele kristallen, zoals bijvoorbeeld de bergkristal die uit zuiver silicium bestaat. In samenspel met andere mineralen vormt kwarts zich o.a. tot rozenkwarts, citrien, amethyst en agaath. In het menselijke en dierlijke lichaam vind je het met name in de zintuigorganen: in de hoornhuid van het oog en in piepkleine kristallen in het evenwichtsorgaan. De zintuigorganen van de mens zijn uiterst ontvankelijke organismen, die een lange ontwikkelingstijd nodig hebben. In de embryonale ontwikkeling komen ze deels pas heel laat tot een afronding. Op vergelijkbare wijze vormen de kristallen die voornamelijk uit kwarts bestaan, zich gedurende een lange tijd van rust en afgeslotenheid diep in aarde. Voor de aarde zijn

zij als het ware de waarnemings-, denk- en abstractieorganen. De kristallen nemen in hun miljoenen jaren durende ontstaanstijd vormkrachten uit de kosmos op en concentreren, comprimeren en abstraheren deze in zekere mate in hun gestalte. Daarbij hebben de verschillende mineralen met hun eigen karakteristieke kristallisatieproces verschillende opgaves voor de aarde en ook de opnamecapaciteit voor de vele op de aarde werkende krachten van de kosmos varieert per substantie.

Het silicium in de aarde is bijzonder ontvankelijk voor de verder verwijderde planetenkrachten en het licht van enige vaste sterren. Het vervult voor de aarde o.a. de taak van een 'oog'. Dit betekent dat silicium in zijn hoedanigheid van waarnemer voor de aarde een hoge graad van bewustzijn mogelijk maakt. Je zou kunnen zeggen dat de waarnemingscapaciteit van de aarde via de silicium een nadenkende, begrijpende waarneming is en ook een makkelijk van zichzelf distantiërende, zelfbewuste, zelf-

belevende waarneming. Het silicium heeft in het bijzonder de opgave het licht uit de kosmos op te nemen, terwijl andere mineralen bijvoorbeeld eerder de warmte of bepaalde magnetische stralingen of ook fijnstoffelijke werkingen ontvangen. Ook neemt het silicium een echt fysieke werking van de kosmische wezens, planeten en sterren op de aarde waar.

De relatie van silicium met licht is gemakkelijk te begrijpen alleen al als je het bergkristal ziet die zo doorlatend, overgegeven aan het licht is, dat hij bijna zelf tot fysiek, 'bevroren' licht wordt. Het is ook fysisch bewezen dat bergkristal in staat is licht op te slaan en geleidelijk weer af te geven.

De zintuiglijkheid van de aarde is in het algemeen in de kristalvorming het meest uitgesproken. Het ontstaan van de kristallen is op geestelijk niveau vergelijkbaar met het ontstaan van onze fysieke menselijke zintuigen. Ons oog, dat ook een hoog aandeel silicium bevat, is na de geboorte

volledig ontwikkeld en bruikbaar. Maar als om wat voor reden dan ook in de eerste levensdagen de ogen niet gebruikt worden om te zien, verkommert in de hersenen het vermogen om gezichtsindrukken te verwerken en kan een mens blind worden met volledig gezonde ogen. Zo krijgt het oog zijn eigenlijke gezichtsvermogen pas door het licht zelf, wanneer het daarmee in aanraking komt. Analog hieraan ontwikkelen verschillende kristallen zich in het binnenste van de aarde tot hun karakteristieke vorm, doordat zij (of hun uitgangssubstanties) op bepaalde wijze met kosmische krachten in aanraking komen, waardoor de kristalvorming opgewekt wordt. Omdat deze krachten op aarde werken, ontstaan de bijbehorende kristallen; ze ontstaan voor en overeenkomstig deze kosmische krachten als waarnemingsorgaan voor diezelfde kosmische krachten.

Het silicium in de aarde is vooral een waarnemingsorgaan voor de verder verwijderde planeten Mars, Jupiter en Saturnus; het vangt hun werkingen op en leidt ze in de aarde. Tegelijkertijd geeft dit het aardewezen de mogelijkheid 'na te denken' over dat wat het in

de kosmos waarneemt, het te beschouwen en te doorgronden en daarmee tot een helder, bijna verstandelijk bewustzijn te komen.

Enkele jaren geleden was er in Zwitserland een spectaculaire vondst van enorme bergkristallen, die ons iets lijken te willen meedelen. Vele schatten in de aarde zullen nooit het daglicht zien, maar enkele hebben het 'lot' dat ze gevonden worden en zij vertellen ons over de aarde en haar verbinding met de kosmos. De grote bergkristallen zouden voor ons een impuls kunnen zijn om de aarde als een waarnemend wezen te beschouwen, dat alles wat wij doen bewust beleeft en ook ons in zijn gedachten meedraagt.

Tegelijkertijd is silicium aanwezig in onze moderne techniek. Als materiaal wordt het veel gebruikt. We gebruiken het zonder ons bewust te zijn van zijn betekenis voor de aarde. Wanneer wij bewust en zinvol omgaan met de technieken waarin silicium gebruikt wordt, kunnen we de natuurwezens die erin 'betoverd' zijn omvormen en zo voor de aarde nieuwe, toekomstige mogelijkheden voor waarnemen en bewustzijn scheppen. Maar wanneer we daarentegen het si-

licium gedachteloos en zonder achting voor het materiaal gebruiken, kunnen we ook bepaalde vaardigheden van de aarde verduisteren. En de verbinding tussen ons en de aarde kan zich verslechteren in plaats van te intensiveren.

De kristallen zijn een bijzonder opvallende verschijningsvorm van het silicium. Ze herinneren ons aan zijn bijzondere functie, maken ons opmerkelijk en roepen wellicht zelfs eerbied en ontzag op. Zeker heeft elke soort silicium in de aarde zijn betekenis voor het aardewezen. Het onopvallende zand, dat bijna overal op de wereld hoofdzakelijk uit silicium, respectievelijk kwarts bestaat, heeft een iets andere opgave dan de kristallen. Zand bevat maar weinig voedingsstoffen, op puur zand kunnen alleen daarin gespecialiseerde planten groeien. Ook houdt zand geen water vast en is daarom geen bijzonder vruchtbare ondergrond. Deze eigenschap van het ontbreken van levenskrachten heeft het zand gemeen met de menselijke zenuwen en hersenen. Waar in het menselijk lichaam zintuig- en denkactiviteiten plaatsvinden, is het lichaam nauwelijks in staat zich te re-



Deze eigenschap van het ontbreken van levenskrachten heeft het zand gemeen met de menselijke zenuwen en hersenen

genereren, heeft het weinig levenskrachten. Bewustzijnsactiviteiten gaan gelijk op met zich terugtrekkende levenskrachten; bewustzijn kan alleen daar ontstaan waar levenskrachten afsterven. Bewustzijnsactiviteit maakt het ons mogelijk ons in de tijd te oriënteren en, als we willen, gedachten met ware, eeuwige inhoud te denken, zoals bijvoorbeeld in de wetten van de wiskunde. Ons bewustzijn bevat ook onze herinneringen en maakt ons tot wezens met een verleden. Onze leer- en ontwikkelingsmogelijkheden berusten op onze mogelijkheid om ons iets te herinneren. In onze hersenen worden in plaats van levenskrachten, bewustzijnsinhouden met blijvend waarheidsgehalte opgebouwd. (De herinneringsinhouden worden vervolgens wel in het etherlichaam opgeslagen, dus door levenskrachten gedragen. Dit wordt hier echter niet nader verklaard omdat het voor deze beschouwing niet noodzakelijk is.) Zoals de hersenen het herinneringsorgaan voor de mens zijn, zo is het zand, dat schijnbaar voor het verlevendigen van de aarde met planten weinig betekenis heeft, voor de aarde het herinneringsorgaan dat haar een eigen tijd-beleven geeft. Het zand is, als het ons als zand tegemoet komt, al heel, heel oud. De afzonderlijke zandkorrels worden gedurende vele miljoenen jaren afgeslepen en gaan door veel toestanden en processen heen. Het zand bewaart op geestelijk niveau de herinneringen van de aarde aan vroegere fases en toestanden. Toch blijft een spoor in het fysieke zand maar

enkele dagen in stand voordat het door wind of andere invloeden uitgewist wordt. Maar juist daarin drukt zich de gedachten- en herinneringskracht van het zand uit: het neemt in de ware zin van het woord alle indrukken tot in detail op en geeft zich over aan alle invloeden die op hem inwerken. Dit plastische en beweeglijke vermogen beleven wij ook in ons denken, zelfs tot in de fysieke processen waar uit de zelfde zenuwen steeds weer nieuwe verbindingen opgebouwd worden. We kunnen ons altijd weer opnieuw bepaalde gedachten-inhouden herinneren, zonder dat we daarvoor zonder onderbreking steeds dezelfde gedachte moeten denken om deze niet te verliezen. Net zo neemt het zand alle indrukken in zich op en bewaart ze als mogelijkheid voor altijd, zonder dat de concrete vorm daarvoor behouden moet blijven. Natuurlijk heeft een denk- en herinneringsorgaan ook de prikkel nodig van een zintuigorgaan, om überhaupt gedachteninhouden in beweging te brengen. Zo vullen de kristallen en het zand, beide uitgesproken ver-

schijningsvormen van silicium, elkaar aan in hun functie. De aarde heeft zowel het zand als de kristallen nodig, om te kunnen waarnemen, indrukken te verwerken en ze in een grote aarde-herinnering te bewaren. Wanneer we weet hebben van de waarnemende en nadenkend-herinnerende opgave van silicium in het menselijke en dierlijke organisme en in het aarde-organisme, kunnen we dit ook bewust benutten. We kunnen vormende bewustzijnskrachten zo nodig op bepaalde plaatsen in de aarde brengen in fijnstoffelijke vorm, zoals bijvoorbeeld met het biologisch-dynamische hoornkiezelpreparaat. Natuurlijk moet met deze mogelijkheden altijd zorgvuldig omgegaan worden, want de aarde is een op haar wijze bewust wezen, dat ons en onze gedachten en daden waarneemt en overdenkt. Dit kan je beleven als je over zand loopt en zijn bewarende, alles opnemende kracht bespeurt, of als je je bij de aanblik van een kristal eerbiedig voelt worden en geraakt wordt door het gevoel dat je door de aarde gezien wordt.



☞ Anna Cecilia Grün,  
*Atem der Erde, Die Natur im Spiegel der Jahreszeiten und die Verantwortung des Menschen – mit praktischen Beispielen*,  
Flensburger Hefte Verlag, 2015,  
272 pag, ISBN 978-3-945916-03-2,  
€24,90. Zie [flensburgerhefte.de](http://flensburgerhefte.de)



## KALLE

## De rupskraan

Tekst\_Kalle Heesen

'Ben je je onkruid aan het zegenen?' roept mijn buurman schamper nog voordat zijn grote rupskraan geheel tot stilstand is gekomen. Ik kijk hem wat schaapachtig aan. Ik was net diep in gedachten bezig met de zin van mijn werkzaamheden. Daar liep ik dan, met een soort wijwaterkwast een bak met verdunde koeienpoep over het land te sprenkelen ... Ja, het *voelde* wel goed, maar rationeel gezien kon ik beter met de marketingstrategie van ons bedrijf bezig zijn, toch? Hoe zinvol is deze invulling van mijn kostbare tijd?

Ondertussen waren de rupsbanden van de kraan tot stilstand gekomen. Ik had dat altijd al intrigerende dingen gevonden, die rupsbanden: elke nop bleef, eenmaal geland, op dezelfde plaats op de grond staan, en toch kwam die kraan vooruit.

Dat iets wat op zichzelf stil stond voor beweging van het geheel kon zorgen, intrigeerde me.

'Hé, ik weet niet of je het weet,' ging de buurman lachend vanaf zijn kraan door, 'maar er staat her en der wat spelt tussen je onkruid, hoor. Is dat wel de bedoeling?'

Ach, de buurman: zijn areaal was het tienvoudige van dat van mij en zijn spuitmachine duurder dan mijn hele wagenpark. En

terwijl ik ooit serieus had overwogen om ons trouwe paard met de hand te begraven pakte hij, volgens zijn vrouw, zelfs nog de kraan als hij een geranium moest planten. 'Wanneer hou je nou eens op dat bio-ge-neuzel?' schamperde hij, 'je krijgt nog eens een breuk van dat schoffelen! Kijk jezelf nou ploeteren, man. Je wint het toch nooit van dat onkruid! Ik spuit vanmiddag één keer glyfosaat en alles is weg.'

'Ja, maar dat is gif ...'

'Welnee! Het is gewoon een zeepachtige stof. Die gaat op de bladmondjes zitten en daardoor sterft de plant af. Als we diezelfde plant onderdompelen in dat bio afwasmiddel van jou, overleeft die het ook niet, hoor! Dus als dit gif is, sta jij elke avond een half uur met je handen in het gif te poedelen! Je moet eens een weekje bij mij rondkijken. Je kunt veel van me leren.'

Ik twijfelde. Dat had ik altijd als de buurman met zijn argumenten kwam. Wat is



eigenlijk gif? Waarom mag ik geen 'zeepachtige' stof op mijn land spuiten? Waarom mag ik mijn mesthoop wel opbouwen van gangbaar stro, maar geen gangbare mest gebruiken? Waarom mag ik mijn herfstkuilbalen wel voorzien van spul waardoor het langer goed blijft, maar geen kiemremmer op mijn aardappels spuiten? Weet ik er eigenlijk wel genoeg van om te kunnen bepalen wat 'goed' en 'slecht' is? Wat kost het bijvoorbeeld niet aan diesel om alles te schoffelen en wiedeggen?

Met een 'nou, succes, hè!' startte de buurman lachend zijn kraan.

Mijn malende gedachten werden even stil van het fascinerende systeem van die rupsbanden: het hele systeem van leven en incarnatie trok hier recht voor me aan me voorbij! 'Ik ben slechts een nop onder een kraan', dacht ik glimlachend. 'Al wat ik moet doen is mijn positie behouden. Alleen dan kan het grote geheel zich voortbewegen. En als de geschiedenis mij voorbij streeft kom ik los van de aarde en zweef in de ruimte tot ik op een nieuwe plek mag proberen mij staande te houden ...'

Had die malle buurman toch gelijk: ik kan inderdaad veel leren door naar hem te kijken! 🙄

A man wearing a straw hat and a dark jacket is standing in a garden. He is holding a long-handled tool, possibly a hoe or a similar gardening implement, with both hands. The background is a lush, green garden with various plants and trees. The lighting is bright and natural, suggesting a sunny day.

Weleda-tuinder Jan Graafland:

‘Het is  
niet de stof,  
maar  
het **ritme**  
dat het doet’

‘Ik probeer op mijn manier te ontdekken hoe preparaten zouden kunnen werken’, vertelt Jan Graafland, ‘en ik heb verschillende invalshoeken inmiddels. Ritme is een sleutelbegrip. En ik ben dit jaar eens vanuit de gedachte van inademen en uitademen gaan kijken, van centrifugale en centripetale krachten. Een mooie aanvulling. Maar uiteindelijk blijft het een geheimzinnig proces!’ *Tekst\_Annemieke Grimbergen*

*(natuurvoedingskundige) Foto's\_Weleda en Gerda Peters*

Jan Graafland verzorgt al 20 jaar de kruidentuin van Weleda in Zoetermeer. Hij gebruikt daar de klassieke biologisch-dynamische preparaten. “De composthoop is voor mij het hart van de tuin, de oerbui van de tuin”, vertelt hij. “Daar vinden verteringsprocessen plaats, zijn bacteriën en schimmels actief. Ik verspreid de compost en maak met het wiedmateriaal van dit jaar weer een nieuwe composthoop. De compost is heel eigen aan de tuin. Met de compost creëer je eigenlijk je eigen bacteriecultuur. Wat je heel praktisch kan zien, is dat rond elk preparaat in de composthoop een andere schimmel/bacteriecultuur aanwezig is. Het ziet er gewoon anders uit. De kwaliteit van een preparaat merk ik aan de geurigheid, aan de geurverschillen.”

## Ritmisch herhalen

“Een paar jaar geleden ontdekte ik dat de ritmische herhaling van het gebruik van de preparaten wel eens een essentieel

deel van de werking kan zijn. Ook bij het maken van homeopathische geneesmiddelen heeft de herhaling van het verdunnen en schudden een sleutelrol.”

De plantenwereld is vol van ritmes. Dag en nacht, de seizoenen, de ritmische groei van planten. Jan: “Wie wel eens de oefening heeft gedaan om elke dag op hetzelfde tijdstip dezelfde kleine handeling te doen, heeft vast tot zijn of haar eigen verbazing gemerkt dat je er sterker van wordt. De herhaling, het ritme, doet iets voor ons. Wanneer je een dier iets wil leren, zal je ook herhalen en herhalen. Totdat het nieuwe gedrag haast een wezenskenmerk wordt.”

Hij vervolgt: “De preparaten gebruiken we natuurlijk al decennia in de kruidentuin. Een paar jaar geleden maakte ik een rondje door de tuin met iemand die ik ken, die hooggevoelig is. De keer erna had hij een bergkristal bij zich. Hij vertelde dat hij vorige keer ziek was geworden. Ik was dat jaar het kiezelpreparaat vergeten, maar had hem dat niet verteld.

Toen viel bij mij het kwartje hoe belangrijk ritme is. Hoe levendiger en gevoeliger de tuin, hoe groter blijktbaar het gemis als je het niet gedaan hebt.”

## De aarde ademt

“Dit jaar realiseerde ik me, dat de aarde met haar dampkring zelf ook een ritme kent, en wat dat kan betekenen voor plant, dier en mens. Die dampkring heeft drie bijzondere eigenschappen. Wist je dat de dampkring niet symmetrisch rond de aarde te ligt? Een ander kenmerk is, dat er luchtdrukschommelingen op aarde zijn, los van de weersinvloeden. Dagelijks blijkt de luchtdruk om 3 uur 's middags het laagst te zijn, en om 3 uur 's nachts het hoogst. Deze eigenschap van de dampkring werd al door Goethe beschreven. Zelfs radioactiviteit blijkt een dagritme te hebben.”

“Als je de dampkring als een wezenlijk deel van de aarde ziet, leven wij niet op de aarde, maar in de aarde. Een aarde die lijkt te ademen! De hele dampkring wordt

in een dagelijks ritme iets ruimer (lagere luchtdruk), en krimpt iets in (hogere luchtdruk). Als de aarde dat zelf dagelijks doet, is het logisch dat planten, dieren en de mens dit dagelijks ritme merken. Wist je bijvoorbeeld dat bij planten de meeste celdelingen 's nachts plaatsvinden, en dat de nieuwe cellen overdag groeien (celstrekking, beweging naar buiten toe)? Ook kent onze lever een dagelijks ritme qua aanmaak en secretie van gal, en is ons effectief longvermogen 's nachts kleiner dan overdag.”

“De derde eigenschap van de damkring zie je met de waterkringloop. We leren allemaal op school over de beweging van waterdamp in de onderste luchtlaag, dat waterdamp met warmte opstijgt en als regen, sneeuw of hagel weer neerslaat. Dit kan je ook een beetje anders bekijken. De opstijgende warme lucht met waterdamp als een beweging naar buiten toe, centrifugaal. De zwaartekracht die neerslag mogelijk maakt als een beweging naar binnen toe, centripetaal. Eigenlijk zijn het twee basale krachtenvelden waarin we leven, centrifugaal en centripetaal, vrijmaken en inkrimpen. Zij wisselen elkaar ritmisch af.”

## Preparaten ademen

“De klassieke compostpreparaten die ik in de tuin gebruik, worden vaak beschreven vanuit de werking van planeten, dat doe ik zelf ook. Nu ben ik eens vanuit de gedachte van inademen en uitademen gaan kijken. Zo doe je bij het eikenschorspreparaat ei-

kenbast in een schedel. Eikenbast neigt naar uit elkaar vallen, zit los, wil naar buiten. Een schedel is hol, gericht naar binnen. Je ziet dat beide krachten, beide bewegingen, in het preparaat zitten.”

Jan ziet het voor zich: “Een bloem straalt, de meeste bloemen hebben dan ook een centrifugale werking. Duizendblad straalt, de omhullende blaas in het duizendbladpreparaat is een zuigend orgaan, houdt vast. Paardenbloem straalt, het omhullende darmscheil werkt naar binnen toe. Bij het kamillepreparaat werkt het net andersom. De kamille is meester in het vasthouden van levenskrachten. Vroeger werd het gebruikt om vlees langer goed te houden. Kamille is in het preparaat de introverte, de omhullende darm de extroverte.”

En brandnetel? “Brandnetel is natuurlijk afkomstig uit het bladgebied, in de plant het gebied tussen de aantrekkende krachten van de wortel en de uitstralende werking van de bloem. De brandnetel wordt voor het preparaat niet omhuld! En valeriana is echt een ander verhaal. Voor het valeriana-preparaat persen we de bloemen, het sap gaat in een bruin flesje waarin het kan fermenteren, alvorens we het over de composthoop spreken. Valeriana is omhullend voor de composthoop. Samen verzorgen de compostpreparaten het levende.”

## Koemest en kiezel

“In mijn opinie vormen het koemest- en kiezelpreparaat samen één preparaat. Je

maakt ze niet alleen anders dan de compostpreparaten, ze doen ook iets anders. Koemest zit vol mogelijkheden, het maakt van alles mogelijk, is de stralende. De kiezel is helemaal klaar, trekt aan. Het gebruik van deze twee preparaten beleef ik als het stimuleren van het ademen, als het ritmisch in beweging brengen, levenskrachten versterkend. Het kiezelpreparaat trekt licht aan, het koemestpreparaat straalt uit, is energiek en voedzaam voor de bodem. Het zijn twee polen.”

“Bij het roeren van het koemest- of kiezelpreparaat maak je een draaikolk, een vortex. Het bijzondere van een vortex is dat de hoogste snelheid in het midden zit, denk maar aan het oog van een windhoos. Totaal anders dan een wiel, waar de hoogste snelheid aan de buitenkant zit”, vertelt Jan.“ Laatst viel er een blaadje in de ton: het was prachtig om te zien hoe die midden in de draaikolk naar beneden gezogen werd, en aan de zijkant weer boven kwam. Er wordt wel gezegd dat zo'n vortex een aanzuigende werking heeft op levenskrachten. Ik kon me dat nu iets beter voorstellen.” “Bij het maken van deze preparaten werk je ritmisch: je bouwt de draaikolk op, dan loopt hij lekker, en vervolgens breng je hem met een schok tot stilstand. En bouw je weer een nieuwe draaikolk op, nu de andere kant op. Elke keer bouw je een vortex op, en onderbreek je hem. Zo'n vortex is aantrekkelijk, ik kan er mijn ogen niet vanaf houden. Het vraagt ook aandacht, het uur vliegt voorbij.”



Duizendblad straalt,  
de omhullende blaas  
in het duizendbladpreparaat  
is een zuigend orgaan.  
Een beweging naar buiten  
en naar binnen.

Jan: "Uiteindelijk vind ik dat de klassieke preparaten een mooi geheel zijn, waarbij het koemest- en kiezelpreparaat het ritmische ademen tussen uitstralende en aantrekkende krachten stimuleren. Tussen deze polen staan de compostpreparaten, die vanuit de composthoop het levende middengebied verzorgen."

### Dynamiseren en potentiëren

"Voor mij is het zo dat ik kwaliteit kan meegeven met het gebruik van preparaten, je stuurt ermee. Ook voor mijzelf als boer is het een soort ritueel. De kracht zit in het doen, het doen met aandacht. Eigenlijk net als bij (reguliere) medicatie bij mensen: de aandacht van de arts in het gesprek en het vertrouwen van arts en patiënt maken al

het halve effect van medicatie, al noemen we dat het 'placebo'-effect."

Het versterken van levenskrachten in de tuin, het brengen van stoffen in het levende, noemt Jan het 'dynamiseren'. "Dat doe je met alle maatregelen die je neemt. Hoe je spit, hoe je teelt, dat we ook natuurhoekjes in de tuin hebben. En met de preparaten. Dynamiseren is iets anders dan potentiëren, hoewel die twee vaak in één adem worden genoemd. Potentiëren doe je met het bereiden van homeopathische en antroposofische medicijnen. Je schudt een vloeistof 2½ minuut, gooit 90 ml weg, en vult weer aan met 90 ml water. En je schudt weer. Steeds weer doe je dezelfde handeling. Bij een D24 heb je zover verdund, dat je niks meer van de oorspronkelijke stof kan vin-

den, dat maakt het regulier ook zo moeilijk te accepteren dat er een werking kan zijn." "Het bijzondere is dat bij onderzoek is gebleken dat bepaalde potenties een werking hebben, en andere niet. Dat is onder andere onderzocht met kiemprouwen met tarwezaden op glaswol. Daarbij maakt het niet uit welke medicinale planten zijn gebruikt, of je telkens 1:10 of 1:100 of 1:7 verdunt, met welke stof je oplost (water, alcohol, olie, vaste stof). Telkens weer zie je dat een D6 en een D12 een sterke werking hebben, en een D16 bijvoorbeeld helemaal niet. Je móet de stappen nemen, het is blijkbaar een stapsgewijze ontwikkeling om werksame krachten vrij te maken. Ook hier is het weer niet de stof, maar het ritme dat het doet!" 🐞

# Beeldhouwer Rik ten Cate: 'Het doel van de aarde is om één groot kunstwerk te worden'

De boer en de kunstenaar geven dagelijks vorm aan levensprocessen. Beeldhouwer Rik ten Cate nodigt boeren uit op het dak van hun boerderij te gaan zitten. *Tekst\_Ellen Winkel Foto\_Rik ten Cate*

🔗 Rik ten Cate is beeldhouwer en leidt de Sectie voor Beeldende Kunsten van de Antroposofische Vereniging. Hij is betrokken bij de voorbereidingen van de winterconferentie in Dronten op 24 februari 2017. Hij verzorgt dan de workshop 'Hoe kun je als kunstenaar naar je boerenbedrijf kijken?'



Bronzen vleugels wijzen krachtig omhoog. Aartsengel Rafaël heeft een centrale plek in het atelier van Rik ten Cate in Amersfoort. Elders staan en liggen meerdere bronzen versies van Michaël, Gabriël en Rafaël. Rik laat een kleiner beeldje zien dat nog in ontwikkeling is, gevormd van bijenwas op een armatuur van ijzeren staafjes. "Dit is Fanuël, een minder bekende aartsengel. Hij begeleidt iedereen die aan zijn ontwikkelingsweg werkt."

## Boerderij als paradijs

"De aarde moet zichzelf gezond houden" vertelt Rik. "Ze moet slapen en heeft voeding nodig. Dat zijn processen die bij het leven horen. De aarde is een levend organisme en het is de boer die haar verzorgt. Wanneer is de aarde klaar met haar ontwikkeling? Wat is het doel van de aarde? Als alle aarde doorwerkt is en tot kunst gemaakt is, heeft Steiner gezegd. Het doel van de aarde is om één groot kunstwerk te worden. En dat is niet alleen de opdracht van de kunstenaar, maar van iedereen. De boer, als verzorger van de aarde, is een kunstenaar."

"Voor de boer is het zaak dat hij een paradijs maakt, een bedrijf met een harmonische samenhang. Ik heb natuurlijk een heel romantisch beeld. Maar als ik zelf boer zou zijn, dan zou mijn bedrijf mooi vormgegeven zijn. Er zouden dieren en planten zijn. En bijen. Het is een lust om er te zijn."

"Dat bedrijf met die eenden, waar vogelgriep

is uitgebroken. Ik meende dat ik het niet goed gehoord had: 80.000 eenden die geruimd moesten worden? Nee, het waren er 180.000. Daar ontbreekt alle harmonie, dan weet je dat het een keer mis moet gaan.”

## Zeven levensprocessen

Bij het maken van een kunstwerk – of het vormgeven van een harmonieus boerenbedrijf, het creëren van iets nieuws – onderscheidt Rik zeven levensprocessen, die je kunt koppelen aan de werking van de zeven planeten (zie kader). “Het idee van een kunstwerk komt voort uit de nachtwereld (‘de aarde is woest en ledig’). Welk beeld wil ontstaan? Zo kwam bijvoorbeeld het idee van Rafaël in mij op. Dan volgt het proces van verwarmen en in beweging komen (‘er zij licht’). Ik maak een eerste schets, schrijf iets op, ga erover lezen. De volgende fase heeft een ritmisch karakter: het gaat stro-

‘Als ik boer zou zijn,  
zou mijn bedrijf mooi  
vormgegeven zijn’


men. Ik verzamel gereedschap, zorg dat er bijenwas is en een armatuur.”

“En dan ga ik echt aan de slag. Gewoon met de handen, doen wat er gedaan moet worden. Het grote werk. Op een gegeven moment ontstaat er iets nieuws, de fase van transformatie. Ik maak nooit twee keer hetzelfde. Iemand had dit beeld van Rafaël gezien en wilde graag een kleinere versie. Die heb ik gemaakt, maar ik heb het bestaande beeld er niet als voorbeeld bij gehouden. Ik heb het nieuwe beeld zelf laten ontstaan. Kijk”, hij laat de kleinere engel zien, “zijn houding blijkt spiegelbeeldig te zijn, en de vleugels staan anders.”

“Dan volgt het moment dat je op een afstandje gaat kijken. Is dit het nou of niet? Moet er nog iets gebeuren? Dat is een prachtig moment (‘en hij zag dat het goed was’). Tenslotte is er dan het proces van afronden. Dat is bij mij nog veel werk: een mal maken, brons gieten, en er dan innerlijk vrij van komen en loslaten. Het werk kan de wereld in.”

## Het dak op

“Ik denk dat Rafaël, de genezer en verzorger, sterk verbonden is met de preparaten. De preparaten brengen de wereld voeding en genezing, elk preparaat heeft zijn eigen kwaliteit. Als boeren in intervisiegroepen bij elkaar zijn, zouden ze – letterlijk of figuurlijk – op het dak van de boerderij kunnen gaan zitten, en zich de vraag stellen: wat is dit eigenlijk voor een bedrijf? Welke kwaliteit is hier? Overheerst brandnetel? Of valeriaan? Die kwaliteit is dan gelijk ook een eenzijdigheid. Aha, kun je denken, er moet een snuffe kamille bij. Of je denkt: ik mis het vruchtelement, misschien kan ik fruit aan het bedrijf toevoegen? En ook dat vruchtelement hoeft niet letterlijk te zijn. Figuurlijk vruchten plukken kan ook een behoefte zijn.”

“Hoe weet je welke kwaliteiten de preparaten kunnen toevoegen of welke eenzijdigheden ze kunnen opheffen? Dat kun je alleen weten door ze te leren kennen, door ze zelf te gaan maken. Als kunstenaar moet je ook eerst je materiaal leren kennen voordat je iets moois kunt maken.” 

## Planeten en levensprocessen

Rik ten Cate noemt zeven levensprocessen bij het creëren van een kunstwerk, die verbonden zijn met de planeten. De planeten hebben weer een verbinding met de preparaten (zie het boekje van Lievegoed, pag 42). Wellicht levert het nieuwe inzichten wanneer je dit naast elkaar zet?

Het idee	– Saturnus	– valeriaanpreparaat
Opwarmen	– Zon	– kiezel- en koemest (hoornpreparaten)
Stromen	– Maan	– eikenschorspreparaat
Aan het werk	– Mars	– brandnetelpreparaat
Transformatie	– Mercurius	– kamillepreparaat
Overzicht	– Jupiter	– paardenbloempreparaat
Afronden en loslaten	– Venus	– duizendbladpreparaat

# Peter Vandermeersch van Kookschool De Zonnekeuken: 'Scheppend denken genereert levenskrachten'

Peter Vandermeersch heeft in Brugge kookschool 'De Zonnekeuken'. Hij verdiepte zich jarenlang in tal van voedingsleren en in de levenskrachten via de geschriften van Rudolf Steiner en Heinz Grill. Levenskrachten zijn niet alleen aanwezig in voedingsmiddelen. Je kunt ze als mens ook zelf tot ontwikkeling brengen. *Tekst\_Ilse*

*Beurskens-van den Bosch, natuurvoedingskundige*

Peter rijdt mij van het station in Brugge naar zijn huis in Assebroek. We nemen plaats in een goed uitgeruste keuken. De tafel is gedekt en het ruikt bijzonder aangenaam. "Ik heb een herfststrisotto gemaakt", vertelt Peter en hij tilt de deksel van een grote pan. "Rijst en haver met pompoen en kastanjes. Aangevuld met gerookte tempé en gemalen pompoenpitten met basilicum.

Ik hoop dat je dit lekker vindt." Nou en of! Het smaakt heerlijk: het midden tussen zacht en stevig en goed gekruid. In de salade zijn de wortelen in driehoekjes gesneden. Peter: "De driehoek is verbonden met een licht-proces. Dualiteit bestaat uit twee standpunten. Twee punten bevinden zich op één lijn. Het derde punt van een driehoek stijgt daar bovenuit en staat voor inzicht. Inzicht verbindt de punten met elkaar. Inzicht krijgen is een licht-proces." Dat snap ik want wanneer je je een inzicht verwerft, gaat je een lichtje op.

## Licht en warmte

Er zijn vier soorten levenskrachten, legt Peter uit: de levensether (werkzaam in het element aarde), de chemische ether (werkzaam in het element water), de lichtether (werkzaam in het element licht) en de warmte ether (werkzaam in het element vuur). Peter: "Ik vind het belangrijk om de levenskrachten te kunnen differentiëren. In het menselijk etherlichaam zijn de vier soorten etherkrachten aanwezig. Daarom is

het van belang dat we ons voeden met de kwaliteiten van alle vier de ethersoorten. Ik zie dat mensen geneigd zijn te denken: alles is energie, dus alles is goed. Dan kun je uitkomen op bijvoorbeeld het idee van rawfood. Deze visie richt zich eenzijdig op fysieke vitaliteit. Door het eten van alleen rauw voedsel kan het lichaam zeer energiek worden. Echter op lange termijn kan het verzwakkend werken, met name op het bewustzijn. Of misschien beter gezegd: het bewustzijn ontwikkelt zich eenzijdig, sterk lichaamsgebonden. Om een vrij bewustzijn te ontwikkelen hebben wij warmte nodig, zowel fysiek als etherisch. Juist omdat wij 'een ik' hebben, een zelfbewustzijn, zijn de licht- en de warmte-ether belangrijk voor ons. In de natuur zijn alle vier de etherkrachten aanwezig. In de biologisch-dynamische landbouw worden ze bewust verzorgd en daarmee versterkt. Onze etherkrachten kunnen we voeden met deze levenskrachtige voedingsmiddelen. Daarnaast kunnen we onze levenskrachten opbouwen vanuit eigen bewustzijnskrachten, bijvoorbeeld in de keuken. Dit laatste acht ik heel belang-





rijk. Je vindt het terug in het werk van Rudolf Steiner, waarin hij steeds weer uitlegt hoe je je denken kunt activeren. Het is aan deze tijd. Het is de volgende stap in de menselijke ontwikkeling om zelfstandig te leren denken, om door de ontwikkeling van het scheppende denken licht en warmte te leren genereren. Dit is een wederkerig proces: de lichtether en de warmte-ether stimuleren deze bewustzijnsprocessen.”

### Lichtether straalt je tegemoet

De Zonnekeuken is een school met verschillende opleidingen in de natuurlijke vegetarische voeding, waarbij actieve bewustzijnsontwikkeling in samenhang met gezondheid centraal staat. Het leren herkennen van de lichtether en de warmte-ether is een onderdeel in de opleidingen.

*Hoe geef je deze ontwikkeling vorm?*

Peter: “Dat doe ik door middel van voorstellingsoefeningen. In mijn lessen kijken we bijvoorbeeld naar een doorsneden sinaasappel, een vrucht die sterk verbonden is met de lichtether. Iedereen bestudeert een halve sinaasappel. Hoe ziet deze er precies uit? Welke tint van oranje? Wat is de verhouding tussen vruchtvlees en het witte velletje? Daarna haal ik het fruit weg en vraag ik de cursisten de sinaasappel te tekenen. Uit het hoofd. Ze moeten zelfstandig het beeld van de sinaasappel opbouwen. Wanneer ze het beeld hebben, vragen ze zich af: straalt me iets tegemoet of, anders gezegd, werkt het openend of is het meer in zichzelf gesloten?”

Dat is een oefening om een eigenschap van het licht, het stralende, te leren kennen. Warmte-ether straalt anders. Wanneer we dezelfde oefening doen met rozemarijn, een plant met een sterke relatie met de warmte-ether, en ons de vraag stellen: 'straalt ons iets tegemoet?' kunnen we dat ervaren. Doe je dezelfde oefening met een aardappel, dan zou je kunnen ervaren dat er weinig is dat je toestraalt. De aardappel schermst zich af voor de werking van de lichtether. Het gaat er niet om dit te weten, maar om dit te leren zien."

"Om tot een objectief beeld van de werking van de etherkrachten te komen, neem ik als uitgangspunt de geschriften van Rudolf Steiner en Heinz Grill, die dit beiden zelfstandig schouwden en nauwkeurig beschreven. De lichtether bijvoorbeeld heeft een aantal eigenschappen waaraan je hem

kunt herkennen en ervaren. Hij opent zich, schept ruimte en straalt je tegemoet. Daarnaast heeft de lichtether een structurende, vormende werking, een omhoogwerkende kracht en differentiatiekracht. Om dit te leren zien, doe ik allerlei oefeningen."

Peter laat mij twee bordjes zien met daarop in ringen gesneden rode uien. Op het ene bordje ligt de ui in appelazijn en op het andere bordje niet. De ui in azijn glimt me tegemoet. Peter: "Een natuurlijk gefermenteerde en ongepasteuriseerde appelazijn heeft het vermogen om het licht in een voedingsmiddel zichtbaar te maken en laat de maaltijd stralen. Met dit duidelijke beeld kun je de stralende lichtether leren waarnemen. Appelazijn van deze kwaliteit werkt sterk openend. Deze kracht kun je met een eetlepel azijn toevoegen aan de maaltijd. Het kan mensen bijvoorbeeld ondersteu-

nen in het proces zich te openen voor hun omgeving en verbinding te maken met de buitenwereld."

"Wanneer je het waarnemen van de lichtether oefent, kun je deze eigenschappen ook los van het fysieke gaan herkennen. Ervaar ik deze sfeer als openend, als verbindend? Straalt me iets tegemoet of is deze sfeer afgesloten in zichzelf?"

## Actief beelden toevoegen

*Hoe geef je bewustzijnsprocessen vorm in de keuken?*

Peter: "Als kok kun je vooraf aan het koken zelfstandig een geestelijk beeld opbouwen en daarmee voeg je warmte-ether toe aan het kookproces. Als voorbeeld: de kennis die Steiner gaf over de wetmatigheden van de driegeleding kun je aannemen en er vervolgens voor zorgen dat je maaltijd harmonieus is samengesteld door wortel-, blad- en vruchtgewassen te combineren. Het toepassen van dit principe tijdens het koken zou een gewoonte kunnen worden. Echter, wanneer je vooraf aan het koken *zelfstandig* het beeld opbouwt van deze wetmatigheid, voeg je actief een idee toe aan de maaltijd. Dan activeer je je eigen bewustzijn en voeg je als kok warmtekwiteit toe. Het beeld laat je weer los en je gaat het idee uitwerken. Daarvoor gebruik je in eerste instantie je productkennis. Tijdens het werk in de keuken kun je je afvragen: doe ik dit vormgeven steeds op dezelfde manier of creëer ik nieuwe gerechten? Maak ik het



Appelazijn laat de linker ui stralen: je ziet de stralende lichtether

tot een gewoonte of ben ik scheppend bezig? Je kunt gaan merken dat het idee dat je zelf hebt opgebouwd, je richting geeft tijdens het koken.”

“Een ander idee waaruit je de maaltijd kunt vormgeven, is bijvoorbeeld: ik ga de aardappel uit de zwaarte halen. Je maakt een voorstelling van de aardappel die een zwaarte in zich draagt waarvan je hem gaat verlossen. Tijdens het kookproces ga je dit vormgeven. Dit kan door verschillende warmte-bereidingen en door bijvoorbeeld het toevoegen van olie en kruiden die een specifieke relatie hebben met de warmte-ether of de lichtether, zoals kurkuma, rozemarijn en citroen.”

“De scheppende geestelijke wereld zorgt voor het idee in een zaadje. Het zaadje wordt vernietigd en de plant groeit tot wasdom. Het eerste dat een kok doet is de groenten schillen, snijden of hakken. Hij vernietigt. Het is een omvormingsproces. Uiteindelijk creëert hij iets nieuws, een lekkere pompoensoep bijvoorbeeld. Het is waardevol wanneer er vooraf aan de vernietiging eerst een voorstelling, een nieuw idee van een geestelijke wetmatigheid wordt toegevoegd aan de groenten die op zichzelf genomen af zijn. Dit zijn vuurprocessen die met ons ik verbonden zijn. Het zijn eerste stappen op weg naar een schepend vermogen.

Idee en vormgeving zijn niet los van elkaar te zien. Een idee vraagt om tot in het fysieke uitgewerkt te worden en een vorm zonder bewust idee heeft niet dezelfde kracht.

Zo horen het bewuste idee van de werking van de lichtether en de in driehoeken gesneden wortelen bij elkaar. Aan dit rauwe gerecht heb ik lichtkracht toegevoegd via de inhoud van het idee en ook warmte via het actieve bewustzijnsproces.”

## Heinz Grill

*Hoe ben jij zelf geschoold?*

Peter: “Ik heb mijn koksdiploma, volgde een driejarige geestelijke scholing en tal van seminars in Italië bij Heinz Grill. Eerlijk gezegd ben ik Rudolf Steiner beter gaan begrijpen nadat ik les had gehad van Heinz Grill. Heinz Grill is net zoals Rudolf Steiner een geestelijk leraar die zelfstandig kan schouwen in de geestelijke wereld. Het werk van Steiner is zeer breed en omvattend, dat kent in de wereld zijn gelijke niet. Heinz Grill heeft een andere opgave. Hij brengt een nieuwe impuls waarbij hij vooral leert hoe in de concrete omzetting te komen met deze geestelijke wetmatigheden. Ik zie het zo: zoals het werk van Steiner verbonden was met het werk van Goethe, zo levert Grill een bijdrage om het werk van Steiner verder te kunnen praktiseren.” Heinz Grill schreef ongeveer 60 boeken en tal van brochures, onder andere een voedingsboek *Voedsel voor de ziel*. In 2015 verscheen een tweede, uitgebreide versie: *Ernährung und die gebende Kraft des Menschen. Die geistige Bedeutung der Nahrung*. Peter is bezig met de Nederlandse vertaling van dit boek.

## Nabootsing

Het werk van Peter is een concrete uitvoering van de opdracht die het Michaëlstijlperk voor ons heeft: we worden uitgenodigd tot zelfstandig denken. Dat het zelfstandig denken begint met het 'na-denken' van een vaststaande wetmatigheid (bijvoorbeeld het combineren van wortel, blad en vruchtgewassen), lijkt misschien tegenstrijdig. Maar we leren via nabootsing. Van kinds af aan en later ook nog: lopen, spreken, schrijven en rekenen zijn hier voorbeelden van. Nadoen is ons leerinstrument. Zo hebben wij bestaande beelden van de etherwereld nodig om tot een hele nieuwe vorm van waarnemen te komen. Zelfstandig een voorstelling opbouwen kost kracht. Zelfstandig een geestelijke wetmatigheid navertellen en daarbij een vaste lijn vasthouden, kost veel energie. Dat kost ik-kracht. We trainen onze ik-kracht, dus we bouwen ook bewustzijnsenergie op. Dit gebeurt niet wanneer we iets zo maar aannemen. Peter: “Je kunt jezelf de vraag stellen: ben ik actief aan de slag of loop ik ergens achteraan, waarvan ik het complete beeld niet zelf kan opbouwen?”

Onze dagelijkse taak om een maaltijd te bereiden is een goede gelegenheid tot oefenen van het zelfstandig voorstellen van geestelijke beelden. De mensen die de maaltijd nuttigen worden gevoed met lichtkracht en warmte die ondersteunend kunnen werken in hun eigen proces tot schepend denken. Zo snijdt het mes aan twee kanten. 🍴



Ze ging  
die poort door,  
terwijl ze  
er nog voor  
was

*Tekst\_Luc Ambagts*

Mijn meest indringende bovenzinnelijke ervaring tot nu toe was bij een toneeluitvoering. Een scene uit een van de mysteriedrama's van Rudolf Steiner werd gespeeld door een euritmiste. Op mijn 'moment suprême' zit ze geknield op het podium en beweegt met haar armen, klaar om een tempelpoort binnen te gaan. Ze gaat die tempelpoort ook echt binnen. Maar op het moment dat ik die beweging gewaar word, zit ze vreemd genoeg nog steeds midden op het podium. Pas een paar tellen later gaat ze met haar lopende benen door die poort om in de coulissen te verdwijnen.

Ik zag het echt. Ze ging die poort door, terwijl ze er nog voor was. Toen ik na de voorstelling de gelegenheid had haar deze ervaring te vertellen, lachte ze fijntjes om dit 'compliment', want het was natuurlijk precies wat ze ook gedaan had: eerst etherisch door de poort heen gaan om pas daarna fysiek erdoor te lopen. Knap dat iemand dat kan.

Mijn meest indringende fysieke ervaring heeft ook met euritmie te maken. Na een uur bewegen op gedichten en op muziek sluiten we de workshop af in een kring. Net zoals we waren begonnen laat de euritmiste ons vanuit gebogen houding

strekken, iets naar achter leunen en dan naar voren hellen. Ik voel me enthousiast over wat we gedaan hebben. Als we ontspannen naar de grond buigen om nog een keer die cyclus te doen, laat ik mijn handen losjes hangen. Ineens voel ik een stroming van mijn schouders naar mijn handen. Binnen een tel zijn ze behaaglijk warm en kletsnat van het zweet. Zo nat alsof ik ze in een emmer water heb gehouden. Ongelooflijk waartoe je lichaam in staat is, zoveel water in zo korte tijd.

In Bingenheim vertelde een van de kwekers over zijn proef, waarbij het zaad van winterwortels een tijdlang de invloed van een euritmisch gebaar ondergaat voordat het gezaaid wordt. Dat leverde veel spitsere wortels op. En ook in de nateelt bleef deze eigenschap behouden.

Een vriendin van mij werkt met een tandarts samen. Ze vertelde me over een jongetje met een spleet van drie millimeter tussen zijn twee voortanden. "We zitten nu op twee. Ik denk dat we het helemaal weg krijgen als we doorgaan." Geen beugels en klemmen, maar heileuritmie.

Werken met levenskrachten, het gebeurt al heel veel en heel dichtbij en soms kan ik het zelf zien. ☺

# Boekbespreking



Tekst\_Wim Goris

Hoe vindt een BD-boer in de semi-woestijn van Egypte brandnetels die voldoen aan de eisen van Demeter International? Gebruikt een rancher in de Verenigde Staten de schedel van een koe, terwijl zijn eigen bizons daar inheems zijn? Wat doet een wijnbouwer in Zuid-Afrika met hertenblaas als daar geen hert te vinden is - maar wel gemsbok, koedoe en wildebeest? Anders gezegd: hoe ga je om met preparaten in context? Dat soort zaken vind je in deze lijvige (267 pag) internationale studie die in augustus 2016 als pdf gepubliceerd is op [sektion-landwirtschaft.org](http://sektion-landwirtschaft.org) in een Duitse en een Engelse versie. Een rijtje wetenschappers heeft boeren her en der systematisch gevraagd naar hun omgang met preparaten en met elkaar. Verschillen in vervaardiging en gebruik van preparaten zijn

## Wereldwijd werken met preparaten

The biodynamic preparations in context: Individual approaches to preparation work - Case studies of worldwide practice - Dr. Ambra Sedlmayr, Anke van Leewen, Johanna Schönfelder, Dr. Maja Kolar, Dr. Reto Ingold, Ueli Hurter, 2016, Sektion für Landwirtschaft, 267 pag

uitvoerig geanalyseerd. Fascinerende en buitengewoon leerzame leesstof!

De publicatie omvat 14 casestudy's: uit Europa (7, waarvan één in Nederland), Egypte (1), Noord- en Zuid-Amerika (3), Nieuw-Zeeland (2) en India (1). Ik noem drie voorbeelden.

Angela Hofmann is al vele jaren verantwoordelijk voor de preparaten van Sekem, Egypte. Aanvankelijk wilde daar geen brandnetel groeien. Uiteindelijk is dat gelukt door een microklimaat onder grotere planten te creëren. Valeriaan wordt nog steeds uit Europa geïmporteerd. Angela: "Als Rudolf Steiner in Egypte was geweest, had hij vast en zeker vervangende planten aangewezen voor wat hier moeilijk groeit." Maar Rudolf Steiner was nooit in Egypte.

Devon Strong boert parttime op een farm van 89 hectare in Noord-Californië (VS). Daar graast een groep van 20 bizons. Devon gebruikt ceremonies van de inheemse Indianen om met zijn dieren te communiceren. In 2000 begon hij zijn preparaten 500 en 501 te maken met hoorns van geslachte bizons. Hij vindt dat het gebruik van lokale materialen het makkelijker maakt voor geesten om contact te hebben met de farm. Devon is de enige van de geïnterviewden die de blaas van het roodbruine edelhert voor het duizendblad-preparaat vervangt door de blaas van een plaatselijk dier. (In 2016 is Devon Strong onverwacht overleden.)

Seressin Estate is een wijnboerderij van 89 hectare in Nieuw-Zeeland. Eigenaar Michael Seressin is een internationaal beroemd filmregisseur. De omzetting naar biodynamisch gaf hij in handen van Colin Ross en Wendy Tillman. Colin is ervan overtuigd (net als de Aborigines) dat het land en de planten een intelligentie en herinnering hebben. Hij sproeit dode gistresidu op de druivenstokken om hun herinnering aan het wijnmaken terug te brengen. Kwarts wordt ingevoerd uit Zuid-Amerika omdat de kwaliteit beter is dan een plaatselijk alternatief. Maar eikenschors wordt in een Nieuw-Zeelandse schapenschedel gedaan.

📄 [Download het rapport via sektion-landwirtschaft.org](http://sektion-landwirtschaft.org)

# ‘De preparaten

# Andreas Würsch en moedigen

Andreas Würsch staat in de Zwitserse BD-beweging bekend als iemand die preparaten maakt van de hoogste kwaliteit. Bij zijn boerderij bouwde hij een speciaal bewaarhuis voor de preparaten. In het rapport *The biodynamic preparations in context* werd hij uitgebreid geïnterviewd. Deze vertaling is enigszins ingekort en bewerkt. *Tekst\_Ambra Sedlmayr, Maja Kolar*  
*Vertaling\_Petra Derksen*

Andreas Würsch is samen met zijn vrouw Käthi biodynamisch boer op de 10 hectare grote bergboerderij Sagensitz vlakbij Luzern in Zwitserland. Andreas is hier geboren in 1956, als oudste van negen kinderen. Destijds was het nog een gangbaar bedrijf. Vanwege financiële druk besloot Andreas'

# de preparatengroep uit Centraal-Zwitserland mij aan mezelf te ontwikkelen'

vader in 1963 te investeren in een varkens-tak. Specialisatie en intensivering werden in die tijd gezien als de beste manier om kleine bergboerderijen financieel te laten overleven.

Andreas nam de boerderij in 1986 over, toen zijn vader naar middelen zocht voor een nieuwe koeienstal: alleen jonge boeren konden subsidie krijgen. Hij zette de intensieve varkenshouderij zeven jaar voort, maar in 1993 besloot hij om de varkens te verkopen en om te schakelen naar biodynamische landbouw. Nu is Sagensitz een gemengd bedrijf met melkgeiten, grasland en vollegrondsgroenten. In de zomer grazen de 42 geiten op de alpenweide en wordt er hooi geoogst voor de winter. Naast geiten zijn er zes runderen, twee paarden, twee varkens, pluimvee en andere kleine dieren. De boerderij produceert een grote verscheidenheid aan groenten en wat fruit (vooral appels). De oogst zetten ze af via groententassen die ze twee maal per week uitleveren. Ook maken ze op de boerderij verschillende soorten geitenkaas, die zijn

weg vindt naar voornamelijk lokale winkels. Naast Andreas en Käthi biedt de boerderij werk aan 2 tot 3 werknemers.

## 'Nee, dit is niet goed'

Andreas was van jongs af aan op de boerderij te vinden en voelt zich dankbaar dat hij het geluk had de boerderij te erven. Het is daar gebruikelijk dat de oudste zoon de boerderij overneemt. Gedurende de agrarische opleiding tot Zwitsers 'meesterboer' leerde hij vooral gangbare landbouwtheorie en -praktijk. Hij was toen al sceptisch en begon vragen te stellen, bijvoorbeeld over hoeveel kunstmest nodig is om de planten te voeden. Hij zegt: "Je leerde dat je 100 kilo stikstof als kunstmest moet toevoegen, zodat je een bepaalde hoeveelheid eiwit kunt produceren. En als je dat niet doet, zou er niets groeien. Dat is wat ik heb geleerd, toch? Maar ik merkte toen al dat dit niet waar is. Zo groeit het gras elk jaar overal op de Alpen, toch? En krijgt nooit kunstmest." Spoedig nadat hij de boerderij had overge-

nomen, kwam Andreas in een crisis terecht, die vooral te maken had met de intensieve varkenshouderijtak op zijn boerderij. Hij voelde zich gevangen in het werk; hij was voortdurend gestrest over de aankoop van genoeg voer en na aflevering van de varkens moest hij zich ontdoen van enorme hoeveelheden drijfmest. Hij herinnert zich het gevoel dat de drijfmestopslag altijd vol was en hij voortdurend bezig was drijf-

'Mijn drijfmest ging naar een boer die een echt goede boerderij zou hebben – als hij mijn drijfmest niet zou gebruiken'

mest op eigen land en dat van collega's te brengen. Op een dag keerde hij het hooi op de glooiende heuvels, terwijl de grond nog vochtig was. De tractor verloor grip en hij gleed weg. Hij beseftte dat dit door overbemesting kwam. Daardoor wortelde het gras heel ondiep en liet het makkelijk los.

Ook kreeg hij wroeging over zijn mestafzet: "Mijn drijfmest ging naar een boer die een echt goede boerderij zou hebben – als hij mijn drijfmest niet zou gebruiken. Hij nam gewoon mijn brij, want hij had te horen gekregen dat hij met meer bemesting toe kon – in theorie. Maar iets in mij zei dat deze berekeningen niet waar konden zijn. En toch ging mijn drijfmest naar deze boer. Ik voelde: Nee, dit is niet goed. Iets klopt gewoon niet hier en de situatie werd steeds beklemmender voor mij."

Rond deze tijd verdiepte hij zich steeds meer in biologisch-dynamische landbouw en in een meer spirituele benadering van het leven. Andreas' zus, die als adviseur voor biodynamische landbouw in de regio actief was, nodigde hem uit voor een leesgroep. Ook volgde hij cursussen en nam hij deel aan zijn eerste preparaten-maak-dag. Zijn vrouw Käthi, die was opgeleid bij een biologische groenteteler en bekend was met biodynamische landbouw, moedigde hem aan.

Andreas wist dat de manier waarop hij boerde geen toekomst had, maar op dat moment had hij ook geen alternatief ideaal dat hem kon motiveren en richting geven. De eerste ontmoeting met biody-

namische landbouw bracht niet direct die nieuwe visie. Deze kwam echter, 'als een bliksemflits', toen hij begon te lezen in de Landbouwcursus van Rudolf Steiner in de studiegroep. De passages over bemesting en dat het de taak van de boer is om de grond te verlevendigen voelden als waarheid. Andreas: "En vanaf dat moment was de biodynamische impuls er. Ik realiseer me nu achteraf, dat zij in feite binnen in me was voorbereid ..."

Daarna volgden de veranderingen elkaar snel op. Andreas en Käthi verkochten de varkens en begonnen met het kweken van groenten. In 1993 schakelden ze om naar biodynamisch.

### 'Bodem-vochtige' preparaten

Door Andreas' houding van 'altijd op zoek en uitproberen' ontwikkelde hij gestaag een verfijning van zijn werk met de preparaten en een intieme betrokkenheid ermee. Een ontmoeting eind jaren 90 met Alex Podolinsky (een biodynamische pionier uit Australië) had veel invloed op Andreas en vormde een belangrijke inspiratiebron. Op dat moment zette Andreas vraagtekens bij zijn preparatenwerk en vroeg zich af of ze eigenlijk wel enig effect hadden.

Hij vertelt hoe "op een bepaald moment Alex Podolinsky zei dat als de preparaten zo en zo gemaakt worden, ze toch niet werken. Dus ik dacht: In dat geval werken ze dus NIET bij mij!". Volgens Alex moesten de preparaten vochtig, als vochtige aarde ('Erdfeucht'), worden opgeslagen. Dit klonk

zinnig, vond Andreas: "En dus had ik opnieuw iets dat ik kritisch kon waarnemen. Dit bracht mijn preparatenwerk op een ander niveau. Ik ben er nu van overtuigd dat de preparaten in deze vochtige staat veel meer 'levend' zijn en dat alle andere zaken onderschikt zijn aan het bereiken van deze staat".

Alex Podolinsky beweerde dat hij de werking van de preparaten bij de planten kon





waarnemen. Dit motiveerde Andreas om ook te proberen of hij effecten kon zien. De Franse preparatenmaker Pierre Masson gaf daarbij specifieke aanwijzingen, zoals verschillen in spanning in het blad, de oriëntatie van de bladeren naar de zon en de algemene verschijning van de groeiende plant, wat vooral opvalt in vergelijking met planten die minerale bemesting hebben gekregen.



Andreas bewaarde zijn preparaten in een kist, maar na een jaar of vijf vond hij dat niet meer handig. Na gesprekken met Rainer Sax, die een speciale schuur voor de preparaten heeft, besepte Andreas dat een speciaal aan de preparaten gewijde plek ook voor hem ideaal zou zijn. Alex Podolinsky had opgemerkt: "Wat is de ideale plek voor de opslag, zodat de preparaten deze colloïdale, 'bodem-vochtige' toestand het best behouden? (...)" Dat zette Andreas aan het denken: "Ik wilde de preparaten hun eigen ruimte geven. Weg van de dagelijkse drukte." Hij besloot een speciaal preparatenhuis te bouwen, aan de rand van de boerderij op een plek met een stromend beekje onderlangs. Een antroposofische architect ontwierp het gebouw, met speciaal berekende hoeken. Het huis spiegelt de vorm van de berg die erachter stijl oprijst. De speciale ruimte voor het opslaan van de preparaten veranderde de rol van Andreas in de preparaten-maak-groep. Sinds de BSE-crisis (gekekoeienziekte) is het moeilijker geworden om dierlijke organen te krijgen. En het is niet altijd mogelijk voor boeren om de geprepareerde organen mee naar huis te nemen om ze te begraven op hun boerderij. Andreas nam daarom het opgraven en bewaren voor de hele groep op zich. Hij legt uit: "Het moeilijkste moment is wanneer de preparaten uit de grond komen. Je moet ze dan begeleiden als kleine kinderen. Het is een moeilijke fase en ik heb er veel plezier in dit met zorg te doen. De groepsleden merken dat ik het goed doe."

Andreas voegt toe: "Het is zo ontstaan doordat ik het bewaarhuis heb, maar ik moet zeggen dat ik het heel leuk vind om te doen voor deze groep en voor de biodynamische beweging."

## Preparaten als scholingsweg

Andreas vertelt dat hij op twee manieren met de preparaten werkt. Eén daarvan is het dagelijks werk, zonder dat hij er extra op gericht is. De andere manier is om tijd te nemen en er volledig bewust in op te gaan. "Dat is dus iets heel anders. Ik beschouw dat meer als een scholing."

In dit laatste geval neemt hij de tijd om oefeningen te doen en te mediteren over de preparaten – vooral in de winter. Hij probeert in "een toestand van leegte, maar nog steeds gericht op de plant" te komen, een geesteshouding waardoor de preparatenplant zich aan hem kan openbaren. Hij beschrijft hoe hij dit doet: "Ik kijk naar de fijnere dingen ... het is zeer intensief.. Ik ben helemaal wakker ... ZIJN. Wauw. Ja ... Tijd heeft twee kanten en als ik echt deze oefeningen doe lijkt de tijd zich uit te rekken, wordt lang, en tegelijk het tegenovergestelde ...".

Als hij er in slaagt om zich in deze open, ontvankelijke staat te begeven, verschijnen in hem beelden van de preparatenplanten. Een voorbeeld is een meditatie over kamille: "Ik geloof dat het beeld in mij gevormd is door de kamille. Maar ik moet mezelf in een staat brengen, waarin dit kan gebeu-

ren. En dit vereist oefening. Ik heb dit pas onlangs ontdekt. Ik ben een beginner. In werkelijkheid is het niet zo dat ik de plant waarneem, maar dat de plant, uuhm ... zich aan mij openbaart, en ... niet op een fysieke manier, maar op een spiritueel niveau - op een etherisch-spiritueel niveau. Dat is hoe het is. Ik werk voornamelijk op dit etherische niveau, want dit is het dichtstbijzijnde, het laagste spirituele niveau, het niveau dat het dichtst bij het fysieke is en bij de krachten daarin."

Denkend over de aard van deze inzichten zegt Andreas: "Wat is kamille? Het is niet echt een gevoel, het is een openbaring, een beleving. De perceptie is gelijk aan het geheel, het is veel meer dan alleen maar het gevoel." Dit moment van inzicht en begrip, "desintegreert weer in het dagelijks leven. Ik kan het niet vasthouden. Daarom is het een grote vreugde als ik in staat ben om het weer terug te vinden." Het meditatieve werk vormt voor hem een bron van vertrouwen. Zoekend naar woorden: "Ik ben gaan beseffen, als het soms lukt om op deze manier meditatief te werken in de winter, dan geeft dat me een ongelooflijke ... Ik weet het niet, zoiets als ... ja, KRACHT is een woord, maar het geeft me echt ... Ja, zekerheid. Het wijst naar de toekomst. Naar nieuw bewustzijn ... Mijn perceptie wankelt nog, maar het wijst naar de toekomst."

Grappend: "Soms denk ik dat de preparaten alleen zijn gecreëerd, zodat wij mensen ons daaraan kunnen ontwikkelen. Ik bedoel mezelf als boer. De preparaten veroorzaken

nogal wat als ik bedenken wat ik zojuist geprobeerd heb te beschrijven (...). "

Het werken met preparaten is een geleidelijk proces geweest voor Andreas, maar ze bevinden zich nu in de kern van zijn wezen.

"Deze scholing die ik heb beschreven is zeer belangrijk voor mij. Hierdoor kan ik in verbinding komen met spirituele dimensies. (...)

Ik merk dat de preparaten echt een groot cadeau voor mij zijn en mij aanmoedigen om mezelf te ontwikkelen. Dit is de reden waarom ze in het middelpunt staan(...)

Ik heb echt het gevoel dat de preparaten de spirituele dimensie vormen. Die is het waard om verzorgd te worden. Ook in mijn innerlijk zorg ik ervoor. Het is een geestelijke, goddelijk-spirituele dimensie die zich

stap voor stap ontwikkelt. Het blijft groeien, het zet uit. Ik begin oude Demeter boeren

te begrijpen wanneer ze zeggen dat preparaten het belangrijkste zijn; als je ziet dat deze vrij eenvoudige stoffen tot zo'n dimensie uitgroeien, zo'n omvang krijgen. Dit mag nu ook in mij rijpen zodat ik ook kan zeggen, ja, het is echt waar. Het is echt iets krachtigs."

te begrijpen wanneer ze zeggen dat preparaten het belangrijkste zijn; als je ziet dat deze vrij eenvoudige stoffen tot zo'n dimensie uitgroeien, zo'n omvang krijgen. Dit mag nu ook in mij rijpen zodat ik ook kan zeggen, ja, het is echt waar. Het is echt iets krachtigs."

## Effecten waarnemen

Andreas heeft het gecombineerde effect van de preparaten waargenomen in de bodem, de planten en de voedingsvoorkeuren van zijn dieren. De grond is langzamerhand donkerder geworden, is Andreas opgevalen, en de structuur is kruimeliger geworden. Hij voelt dat het "meer verlevendigd is en meer kracht heeft" en dat het beter bestand is tegen stress, zoals droogte,

## Effecten van preparaten die Andreas waarneemt bij de compostering:

- afbraakprocessen worden versneld;
- als er stank is, dan is deze kortstondig en mild;
- de warmteprocessen zijn meer in balans, niet zo extreem;
- er is een grotere buffer tussen stikstof en koolstof, er is enige compensatie en balancerende tussen deze elementen;
- het eindresultaat is een zeer donkere, kruimelige, levende, vochtige compost, die naar humus ruikt en een goed waterhoudend vermogen heeft.

overmatig vocht en de verdichting door landbouwvoertuigen.

Zoals reeds vermeld, gaf Pierre Masson tips om effecten van de preparaten bij planten te observeren. Andreas neemt vooral verschillen in bladspanning waar. Hij ziet dit het duidelijkst bij pompoenen en verbindt dit met de toepassing van het kiezelpreparaat. “Het is alsof de planten zich uitrekken wanneer ze het kiezel preparaat ontvangen.” Hij denkt ook dat hooi van grasland waar kiezel is verspreid, voedzamer is en de voorkeur heeft van de dieren. In zijn groenten proeft hij meer zoetheid en een meer intense smaak, vooral wanneer kiezel is toegepast. Het is duidelijk voor Andreas dat 501 (kiezelpreparaat) het effect van zonlicht versterkt. Hij benadrukt dat 500 (koemest) en 501 polariteiten zijn binnen een

geheel en samen gebruikt zouden moeten worden.

Andreas kan de effecten van individuele compostpreparaten niet onderscheiden, ook al heeft hij een innerlijk beeld van het effect van elk preparaat. Hij heeft echter wel aanzienlijke ervaring opgebouwd met de gecombineerde effecten van de compost preparaten in het composteringsproces (zie kader).

De geprepareerde compost is “van een hoog niveau, een vorm van ‘pre-bodem’ die een nieuwe dimensie van informatie aan de permanente humus in de bodem geeft. Dit brengt nieuw leven.” Soms ziet Andreas dat een bodem als gevolg van milieubelasting ‘vlakker’ wordt en aan kracht en vitaliteit inboet. Wanneer dan compost wordt toegevoegd, voelt hij dat de kracht van de bodem

wordt aangevuld. Dit verfrist en verlevendigt de bodem, die dan “beter in staat is om de plant te dienen en planten in staat te stellen zich te ontwikkelen op de manier waarop het bedoeld is.” Het effect van geprepareerde compost is als het geven van “een plezierige, evenwichtige groei”.

Bijzonder belangrijk voor Andreas is de observatie dat “met gebruik van preparaten de bemesting dematerialiseert. Ik hoef steeds minder te bemesten (...) Ik gebruik ongeveer 50% minder voedingsstoffen dan men normaal zou zeggen dat ik nodig zou hebben. Maar mijn productiviteit is goed.” Tegelijkertijd verbetert de kwaliteit van het product, want het is minder waterig dan wanneer meer meststof gebruikt zou zijn. Andreas maakt een voorzichtige schatting: “Ik zou zeggen dat de preparaten de efficiëntie van onze productie verhogen met ongeveer 50%.”

## Het levende bewaren

Andreas investeert veel zorg in het zoeken naar hoogwaardige ingrediënten voor het maken van de preparaten. Omdat dit werk samen met de preparatenmaakgroep gedaan wordt, kan en wil hij niet zijn eigen visie op de kwaliteit aan de andere leden van de groep opleggen. De focus van zijn aandacht ligt bij de opslag van de preparaten. Dat valt geheel onder zijn verantwoordelijkheid, nu het preparatenbewaarhuis er is.

De inzichten van Alex Podolinsky waren voor Andreas cruciaal om te begrijpen wat er nodig is om bij het bewaren de hoge



Te droog (schimmel) en goed (vochtig) bereid duizendbladpreparaat (bij Pierre Mason, Frankrijk)

kwaliteit van de preparaten te behouden: de verlevendigde staat zo goed mogelijk verzorgen: “Stel ik zie dat het brandnetelpreparaat nog niet in een toestand van volledige vitaliteit is gekomen. Dan vraag ik me af: wat moet ik doen om dit veranderen? Zo is het met alle preparaten. Elk preparaat heeft zijn eigen verhaal, de één is geneigd te vochtig te zijn, de ander heeft de neiging uit te drogen.” Als de preparaten hun ideale staat kunnen bereiken en behouden, stelt het hen in staat om hun volledige potentieel te ontplooiën wanneer ze worden toegepast, zoals bij kamille: “Als het preparaat uit de grond komt, moet ik de kamille zeer bewust behandelen zodat het volledig effectief kan zijn bij toepassing in de compost.”

Andreas heeft een voortdurend evoluerend beeld van wat ‘de ideale toestand van het preparaat zou moeten zijn’. Dit beeld is verbonden met de geestelijke dimensie van elk preparaat dat zich aan hem openbaart tijdens de overdenking in de winter en waarin het ideale ‘lichaam’ van een preparaat weergegeven wordt. Het preparaat in de opslag moet in principe een vochtige, colloïdale, homogene consistentie hebben en in staat zijn om zijn vorm te houden. Dan blijft het preparaat in deze ‘levende’ staat: “Ze zijn in een geweldige en bijna ongelooflijke conditie van stabiliteit (...) en ontwaarden of mineraliseren niet. Ik heb het gevoel dat dit het effect is dat het preparaat later zal hebben op het hele proces van bodemvorming.” “Ik wil dit preparaat als een onberispelijk

## 'De preparaten grijpen in daar waar de levensprocessen beginnen, maar nog niet fysiek manifest zijn'

organisme doorgeven aan de bodem, zodat het kan helpen dat de bodem een soortgelijk organisme wordt dat zichzelf in stand kan houden ... volgens mij heeft dit grote gevolgen, zelfs voor de geestelijke wereld.” Om de gewenste toestand van de stabiliteit, het vochtgehalte en colloïdale structuur te bereiken, vermijdt hij het toevoegen van water aan de preparaten. “Zou ik water toevoegen, dan heeft dit niet deelgenomen aan deze hele cyclus. (...) Het preparaat is eigenlijk een organisme dat is gegroeid, in de bodem en op de weide is geweest, in de mest, in de koeienhoorn in de winter ... en dan komt het in de pot. En dan kom ik en zou er water ingieten! Voor mij is dit als het toevoegen van een vreemd lichaam.” In zijn ervaring is het maken van een behoorlijke hoeveelheid preparaat nodig om per preparaat een stabiele toestand te kunnen bereiken: “Een kleine hoeveelheid preparaat droogt heel snel uit. Het ideale minimale volume is ongeveer een liter. Vergelijk het met een groep; we zijn veerkrachtiger als we samen zijn. Dat helpt.”

## De rol in het bedrijfsorganisme

Andreas beschouwt de preparaten als een blauwdruk voor bodemontwikkeling. Alle subtiele processen die plaatsvinden binnen het bedrijfsorganisme worden geleid door de compost preparaten, niet op een fysiek niveau, maar op een spiritueel niveau. Hij beschrijft hoe de preparaten, met name het koemestpreparaat (500), doordringen in het bedrijfsorganisme en deelnemen aan de gehele cyclus van stoffen op het bedrijf - van de grond waarop het wordt bespoten, via de planten die het voedsel zijn voor dieren, waar ze via de spijsvertering terugkeren als mest en opnieuw de grondstof zijn voor het maken van de 500. “Inderdaad”, zegt hij, “dit preparaat is een onderdeel van de hele cyclus van het bedrijfsorganisme en is tegelijk de bron.”

De boer speelt een bijzonder belangrijke rol in het bedrijfsorganisme. Hij leidt de natuurlijke processen met behulp van de preparaten, maar begeleidt ook met zijn bewustzijn. Andreas zegt: “Ik ben er van nature deel van; ik maak er deel van uit vanaf het begin. Mijn menselijk bewustzijn begeleidt niet alleen het geestelijke in de plant, maar maakt er volledig deel van uit en begeleidt het hele bedrijfsorganisme. Dit is hoe ik denk dat het is. (...) Je moet de kracht van het menselijk bewustzijn niet onderschatten.” Zoals hij het begrijpt “grijpen de preparaten in daar waar de levensprocessen beginnen, maar nog niet fysiek manifest zijn. Mijn gedachten stromen ook

naar dat punt, net als al mijn inspanningen in verband met de preparaten, en zo zijn ze verweven in deze nieuwe creatie.”

Andreas is naar buiten toe zeer voorzichtig en terughoudend over het delen van zijn ervaringen. “Ik maak geen reclame voor de preparaten en plaats ze naar buiten toe niet in het middelpunt. Het is voldoende dat ze in het middelpunt van mijn innerlijk zijn.”



## Samen preparaten maken

Momenteel bestaat de preparatenmaakgroep uit een kern van drie tot vijf mensen. Zij organiseren de dag en zorgen dat alles wat nodig is aanwezig is. Er is een adreslijst van geïnteresseerden die worden uitgenodigd om aan de dag deel te nemen. Nieuwkomers in biodynamische landbouw worden in het bijzonder aangemoedigd om de dagen bij te wonen. De grotere groep komt ook twee of drie keer in de winter samen om hun inzicht in specifieke onderwerpen te verdiepen, lezingen van gastsprekers te horen en ideeën uit te wisselen.

Hoewel Andreas waarschijnlijk de meest ervaren en meest betrokken persoon is in de groep, neemt hij afstand van het predicaat ‘leider’. Hij ziet zijn rol meer als een facilitator die mensen helpt een persoonlijke relatie op te bouwen met preparaten. Voor hem is het allerbelangrijkste dat mensen positieve ervaringen krijgen met preparaten. Met dit doel voor ogen onthoudt hij zich dan ook van kritisch commentaar. Liever grijpt hij zijn kans om te demonstreren hoe je bijvoorbeeld de kwaliteit van een preparatenplant kunt beoordelen of hoe je een orgaan kunt vullen. Andreas: “Mijn wens is dat iedereen verantwoordelijkheid neemt en deze werkzaamheden op een gewetensvolle manier uitvoert. En omdat ik ook boer ben, weet ik hoe moeilijk dit is. Ik ben me er natuurlijk ook van bewust, wie vandaag paardenbloemen mee brachten - dat waren misschien drie groepsleden.” Volgens hem waren deze paardenbloemen niet van de

beste kwaliteit, maar hij gebruikt ze wel: “(...) Zij deden moeite om ze te verzamelen ... Misschien geef ik wat tips; het is altijd goed om samen naar de planten te kijken. Misschien geef ik enkele suggesties, zodat ze het de volgende keer beter kunnen doen.”

Hoewel de kwaliteit van de ingrediënten en het uitgevoerde werk niet altijd voldoen aan wat kwalitatief mogelijk was geweest, heeft het maken van de preparaten in een groep veel voordelen. Door het gemeenschappelijke spirituele streven ontwikkelt zich een bijzondere kwaliteit. En vele handen maken licht werk. Andreas is ook van mening dat “het praktische werk een scholing is voor alle betrokkenen en dat het belangrijk is om dit samen te doen en zo aan scholing te blijven werken.” Door het maken van preparaten doe je iets samen, zegt hij met de nadruk op ‘doen’. “Ja, gewoon saen zijn. We zijn gelijkgestemden en ik weet niet precies wat er gebeurt als dat samen komt. (...) Het is iets anders dan het doen van een inspanning door mij alleen, de kwaliteit is anders. En dit is een zeer belangrijk aspect voor mij. (...) Ik denk dat de geestelijke houding van de verschillende mensen dan samen stromen, en het is niet belangrijk hoe ‘ver’ ieder is in zijn geestelijk streven, we zijn allemaal aan het werk via deze impuls van biodynamische landbouw en op de een of andere manier kan je dit gemeenschappelijke streven waarnemen. (...) Voor mij is dit heel bijzonder. Het is GEWELDIG.”



ECOintention workshop  
over BD preparaten

# Magie of energetische champagne?

Welke energie kun je waarnemen bij het uitbrengen van kiezel- en koemestpreparaat? ECOintention cursisten organiseerden een workshop. Het experiment vraagt om een vervolg.

*Tekst en foto's\_Hans Andeweg, oprichter Center for ECOintention*

Alles wat leeft heeft een uitstraling. Dat geldt ook voor de bodem. Door te oefenen kun je leren om die bodemuitstraling waar te nemen, waarbij je je handpalm boven de bodem beweegt. Ook kosmische energie kun je waarnemen door je handpalm naar de hemel te draaien. In een vitaal en gezond bedrijf is de bovenlaag van de bodemuitstraling te voelen op minstens twee meter en raakt de kosmische instraling de grond. Als boer werk je dan dus in een gebied waar zowel vanuit de bodem als vanuit de kosmos energie instroomt. Bij bedrijven die 'slecht in hun vel zitten' kan het voorkomen dat de bodemuitstraling en de kosmische instraling elkaar niet raken. Zo'n plek voelt doods aan.

Met zijn aandacht en intentie kan de boer de etherkrachten van zijn bodem versterken en richting geven. De preparaten zijn daarbij een belangrijk hulpmiddel; duidelijk kan worden waargenomen dat zij de bodemuitstraling en de kosmische instraling vergroten. Vanuit het Center for ECOintention (voorheen ECOtherapie) dat ik heb opgericht, heb ik meerdere parameters ontwikkeld om de energetische kwaliteit van bodems en bedrijven te beschrijven. Hier wordt al meer dan twintig jaar in de praktijk mee ge-

werkt. Een energetische scan levert praktische adviezen en bruikbare inzichten op. In de vierjarige opleiding tot ECOintention Practitioner leer je de energie van bedrijven en natuurgebieden waar te nemen, te interpreteren en te verbeteren.

## Het experiment

Bij het uitbrengen van het kiezel- en koemestpreparaat wordt een klein beetje preparaat in een ton met water opgelost en een uur lang geroerd. Heeft die homeopathische hoeveelheid invloed op de energie of stijgt de bodemuitstraling al als je alleen geroerd water uitbrengt? En moet je wel een uur roeren of is een kortere tijd voldoende? Deze vragen werden onderzocht door Jorien van Haagen, ex-Warmonderhof en 4e-jaars ECOintention-opleiding. In de zomer van 2016 organiseerde ze twee workshops op een oefendag voor ECOintention cursisten op Warmonderhof. In elke workshop waren er acht deelnemers.

Er waren vier varianten: een emmer met gewoon water, geroerd water en geroerd water met kiezel- en koemestpreparaat. Jorien had van tevoren gependeld dat zeven seconden roeren voldoende was voor een optimale werking. Voordat de inhoud van de geroerde emmers werd uitgebracht op proefveldjes, namen de cursisten eerst in de stal de energie van de verschillende emmers waar. Dat deden ze door met hun hand de uitstraling te voelen en door met een pendel de Bovis-waarde te bepalen.

## Waarnemingen

Het gewone water had een kleine uitstraling en weinig energie (*Bovis 5.500*). Het geroerde water had een grotere uitstraling en meer energie (*Bovis 6.500*). Kwalitatief was er weinig verschil tussen beide; de uitstraling van het water voelde 'dorrig' aan. De cursisten beschreven het als 'weinig leven in de brouwerij'.

Dat was totaal anders bij de emmer met een snuffe kiezel en zeven seconden roeren:

De energie van kiezel  
was sprankelend en licht;  
de koemest gaf een  
stevige gronding

de kosmische instraling stroomde door de emmer en zorgde voor een stevige gronding. De energie was krachtig (*Bovis 8.000*). De uitstraling was sprankelend en licht, en nam enorm toe. De cursisten werden vrolijk, giechelg en licht in hun hoofd. Sommigen beschreven het als champagne. Voor één was het zelfs te sterk, die moest afstand nemen. De emmer met geroerd koemestpreparaat was ook indrukwekkend. Deze had een enorme, stevige gronding en een grote uitstraling. De krachtige energie (*Bo-*

*vis 8.000*) had de kwaliteit van een geaarde oerkracht. In de veldjes met geroerd water, kiezel- en koemestpreparaat werden dezelfde energieën en kwaliteiten waargenomen als bij de emmers.

Jozien Vos, voorzitter van Stichting Demeter, nam deel aan de workshop. "Ik ben heel blij dat er eindelijk een workshop was, waarin gekeken werd naar de energetische kwaliteit van de preparaten en waarin je je eigen waarneming kon toetsen aan die van anderen. Ik herinner me de ongelooflijk heldere, fijne en sprankelende energie van het kiezelpreparaat tegenover de massieve kwaliteit van koemest. En dat na zeven seconden roeren!"

Een snuffe kiezel- of koemestpreparaat in geroerd water heeft dus een duidelijk effect op de etherkrachten van de bodem. Maar moet je een uur roeren of zijn een paar seconden voldoende? Die vraag bleef onbeantwoord. Het ging hier om een kleine emmer, niet om een grote ton. Het volgende experiment is mogelijk: een ton met preparaten wordt een uur geroerd en elke tien minuten nemen we een watermonster uit. Wat is hiervan de energie en het effect op het land? Stijgende lijn of snelle verzaaging? Zin om mee te doen? Geïnteresseerden kunnen zich melden bij Jorien van Haagen ([jorienvanhaagen@live.nl](mailto:jorienvanhaagen@live.nl))

👉 Nieuwe ECOintention basiscursussen starten februari 2017  
o.a. op Kraaybeekerhof.  
Zie [ecointention.com](http://ecointention.com)

*De idee echter, die tot  
ideaal wordt, scheidt  
in u levenskrachten*

(Rudolf Steiner, GA 10)

## Darmscheil mag **orgaan** heten

'Nieuw orgaan ontdekt', berichtten diverse media in januari 2017. Een Ierse chirurg heeft het 'mesenterium' (ofwel darmscheil) als orgaan beschreven in het wetenschappelijk vakblad The Lancet. Dus vanaf nu zal de wetenschap het als het 79ste orgaan van de mens beschouwen. Het mesenterium is een dubbele plooi van het buikvlies dat de buikholte bekleedt. Het hecht de darmen vast aan de binnenkant van de onderbuik en houdt alles op zijn plaats. Leonardo da Vinci was de eerste die in 1508 het mesenterium als orgaan beschreef. In de BD-landbouw kennen we het mesenterium als 'darmscheil', dat als omhulling wordt gebruikt bij het maken van het paardenbloempreparaat.

## Levenskrachten **waarnemen**

Dorian Schmidt heeft een methode ontwikkeld om levenskrachten en vormkrachten te leren waarnemen. De werking van levenskrachten wordt zichtbaar wanneer we in gedachten een groeiende plant voor ons zien; hoe hij zijn bladeren ontvouwt, knoppen maakt, bloeit, enz. Als de plant dood gaat, verliest hij zijn vorm en valt uiteen. Met onze fysieke zintuigen nemen we de fysieke wereld om ons heen waar. Hoe daarin de levenskrachten werken, kunnen we leren ervaren via oefeningen op het gebied van innerlijke rust, meditatie en het

versterken van de aandacht. Met onze eigen levenskrachten kunnen we leren de levenskrachten om ons heen waar te nemen. Dorian Schmidt heeft deze methode beschreven in zijn boek *Lebenskräfte – Bildekräfte, Methodische Grundlagen zur Erforschung des Lebendigen*, Freies Geistesleben, Stuttgart, 2010. Meer info staat op [levenskrachten.nl](http://levenskrachten.nl). Kijk voor oefengroepen en cursussen ook op [stichtingspeelruimte.nl](http://stichtingspeelruimte.nl).



Seminar Levenskrachten waarnemen met Dorian Schmidt op Landgoed Baest





## Boekbespreking

### Koelkast- licht

Rodaan Al Galidi,  
Uitgeverij Jurgen Maas,  
2016, 94 pag, €19,95



Tekst\_Ellen Winkel

Rodaan Al Galidi heeft zichzelf Nederlands geleerd in het asielzoekerscentrum, waar hij negen jaar verbleef nadat hij uit Irak was gevlucht. Daar schreef hij zijn eerste roman Hoe ik talent voor het leven kreeg. In de dichtbundel Koelkastlicht dicht Rodaan onder andere over leven en overleven; beel-

dend, met humor en wrang. Hij voert gesprekken met 'het leven', zoals in het gedicht hiernaast. En ook: *Ik hecht aan je, leven, / zoals de wortel de grond / en jij doorkruist me / zoals de hemel de takken / ... Een belangrijke inspiratiebron voor hem? Het 'gevangen licht' in de kou van de koelkast.*

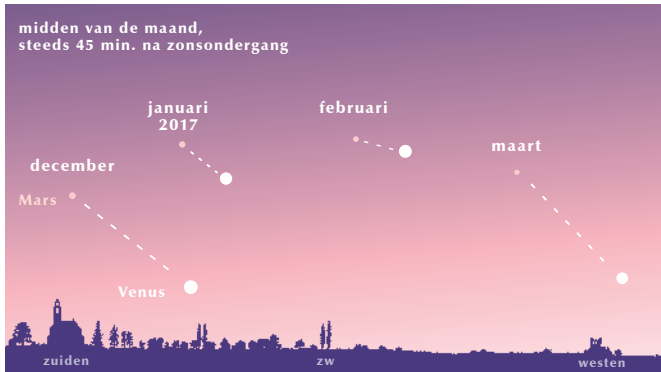
En wat een mooie beelden schetst hij ook in zijn nawoord:

*'Vloeistof verandert door de warmte van het nest in een vogel.'*

*'Een knop opent, wordt een bloem, waarvan de blaadjes vallen door de wind, die ook haar geur, haar kleur en zelfs haar leven meeneemt.' 'Gevangen kleuren worden vlinder.'*

's Ochtends zie ik het leven  
naast mijn bed.  
Ik verwelkom haar.  
Ze zegt: ik ben geen bezoeker.  
Ik denk: in welke tijd praat ik met haar?  
Ik sta op, zij staat op.  
Ik loop, zij loopt.  
Wil ze uitgelaten worden? Ze zegt: ik ben  
geen hond.  
Niet om over mezelf te vertellen ben ik  
bij jou,  
maar om geleefd te worden.  
In de drukte raak ik haar kwijt, maar als ik  
terugkeer,  
zie ik haar  
naast mijn bed.  
Was het prettig voor haar? Dat ze even  
alleen was?  
Ik blader door haar om haar te lezen.  
Ze zegt: ik ben geen woorden.  
Ben je dan de slaap?  
Ik hoor het woord  
'misschien,'  
doe het licht uit,  
laat mijn lichaam bij haar  
en vertrek.

Tekst\_Rodaan Al Galidi. Uit\_Koelkastlicht



## Venus en Mars, **samen** op pad

*Tekst\_Liesbeth Bisterbosch*

De komende maanden verschijnt aan de avondhemel een krachtig glanzend licht. Zo'n opvallend hemellicht kan alleen Venus zijn. Van week tot week verschijnt ze hoger en blijft langer zichtbaar.

Het zwakke lichtpuntje linksboven Venus is Mars. De roodgetinte planeet blijft eveneens in december en januari na zonsondergang steeds langer zichtbaar. Zijn hemelboog wordt van week tot week aanzienlijk hoger en hij gaat noordelijker onder. Zijn gang lijkt op die van Venus. Hij nadert de ondergaande zon langzaam en zal in mei 's avonds in de zonnegloed verdwijnen. Venus nadert Mars, begin februari zorgt ze echter voor

een verrassing: ze loopt steeds sneller weg van Mars.

De eigenschappen van Mars belichten de karakteristieke eigenschappen van de brandnetel en de functie van het brandnetelpreparaat (zie berichten hiernaast). Wanneer Mars zich in de nabijheid van de zon bevindt, lijkt zijn beweging veel op die van Venus en de zon. Net als Venus beweegt hij mee met de stijgende gang van de zon, gaat hij steeds noordelijker onder. Mars zal pas in september aan de ochtendhemel verschijnen, zo lang blijft hij in de buurt van de zon. Het ene jaar lijkt zijn gang veel op die van Venus, het andere jaar (2018) verhoudt hij zich totaal anders tot de zon dan Venus. Mars en Venus kun-

nen zich ook polair gedragen.

Door de bewegingen van de planeten aan de hemel te volgen, ervaren we dat elke planeet zijn eigen verhouding tot het dagen het jaarritme van de zon heeft. Zijn bewegingsstijl is een variant van de zonnebeweging. Van alle planeten is Mars de minst eenzijdige, de meest dynamische. Mars kan het meest variëren.

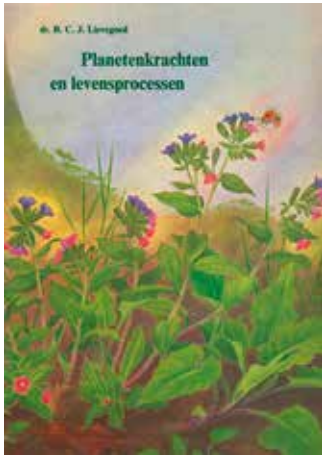
👁️ Liesbeth Bisterbosch, **Sterren en planeten in 2017**, maansikkel & oorsprong van de sterrennamen. Zeer geschikt voor beginnende waarnemers, zie [www.liesbethbisterbosch.org](http://www.liesbethbisterbosch.org).

# Planetenkrachten en levensprocessen

*Tekst\_Ellen Winkel*

'Ons biologisch-dynamische streven is erop gericht een bodem te bereiken die zo ver is, dat hij plant wil worden', schreef Bernard Lievegoed (1905-1992) in *Planetenkrachten en levensprocessen*. Dit boekje, in 1950 in het Duits geschreven, is in 1975 in het Nederlands uitgegeven door de BD-Vereniging. Lievegoed, antroposofisch arts, zat in het oprichtingsbestuur van de BD-Vereniging in 1937.

Lievegoed schildert de krachtenwerking van de planeten, en van de planten en organen die bij het maken van preparaten worden gebruikt. Ik vind het fascinerend om innerlijk mee te bewegen met zijn karakteriseringen, zonder alles precies te begrijpen. Want het is moeilijke kost. Ik schets in het kort wat hij schrijft over de polariteit van Venus en Mars en de ermee verbonden preparaten (aansluitend bij 'Venus en Mars samen op pad', zie hiernaast). Mars is drager van schepende, doelgerichte beweging.



Overall waar in groeipunten de plant de ruimte in stoot, werkt Mars. Elk ontspruiten en uitgroeien in het voorjaar is een veroveren van de ruimte door Mars-krachten. Ook bij eiwitopbouw vormt Mars de drijvende kracht. Mars is verbonden met het brandnetelpreparaat. Globaal kan men zeggen dat de brandnetel de hele ijzerhouding in de natuur reguleert. Het brandnetelpreparaat bevordert dat de bodem niet toelaat (een actief proces dus) dat ergens iets op onjuiste wijze stikstof afgeeft of verkeerd omzet. Dit leidt tot een gezond proces van eiwitvorming in de plant, wat ten goede komt aan de voedingswaarde.

Tegenover Mars staat Venus. Het vermogen van Venus is om



ruimte te scheppen, opdat iets anders zich kan openbaren. Het duizendbladpreparaat heeft de typische voedende, behoedende Venus-werking die plaats vrij maakt opdat iets anders werken kan. Duizendblad is een Venusplant (vroeger werd zij 'venuswenkbrauw' genoemd) en de blaas is een Venus-orgaan. Bij een groeiende plant wordt de naar buiten gerichte Marskracht in het groeipunt omhuld en opgevuld door de voedende kracht van Venus. Door beide samen groeit de spruit.

🔗 **Planetenkrachten en levenskrachten** is niet meer te krijgen, maar wel als pdf te lezen op [bdvereniging.nl](http://bdvereniging.nl).

## BD-landbouw als helende impuls

Tekst\_Ellen Winkel

Joop van Dam (1932-2016) heeft zich als antroposofisch arts verdiept in de genezende aspecten van de BD-landbouw. In 2013 beschrijft hij zijn inzichten op het gebied van preparaten en bedrijfsindividualiteit in het boekje *Biologisch-dynamische landbouw als helende impuls*. Net als Lievegoed (zie hiernaast) kijkt Van Dam naar polaire kwaliteiten om de compostpreparaten beter te begrijpen. Wat ik daarbij interessant vind: waar Lievegoed het duizendblad tegenover het brandnetelpreparaat plaatst, zet Van Dam duizendblad tegenover eikenschors en brandnetel naast valeriaan. De artsen laten je verschillende karakteristieken van de preparaten meebelevan. Het duizendblad wordt bewaard in een hertenblaas. Bij de fijn gevormde duizendbladplant, het sterk op de omgeving gerichte hert en de sensibele blaas herkent Van Dam 'kieselkwaliteiten'. Daartegenover staan de 'kalk-kwaliteiten' van eikenschors en schedel.

In de vijfde voordracht van de Landbouw cursus staan de compostpreparaten in een bepaalde volgorde: blaas (duizendblad), darm (kamille), brandnetel zonder dierlijke omhulling, schedel (eikenschors) en buikvlies (paardenbloem). Het brandnetelpreparaat staat tussen twee preparaten boven en twee beneden. Brandnetel vormt volgens Van Dam het midden, net zoals in de mens de ritmische organen tussen boven en beneden bemiddelen. Volgens Steiner, schrijft Van Dam, is brandnetel een plant die eigenlijk om het hart van de mens heen zou moeten groeien. Je vindt hem op plaatsen waar iets uit harmonie en orde gevallen is. De brandnetel vormt een harmoniserend midden. Het valeriaanpreparaat, dat over de composthoop wordt gesprekend, vormt een warme, beschermende mantel.

🔗 **Biologisch-dynamische landbouw als helende impuls** is te bestellen via de boekhandel. Prijs: €12

## Biologisch-dynamische preparaten

Hoe kun je de verschillende spuit- en compostpreparaten maken en toepassen? Dat hebben Jola Meijer en Albert de Vries helder beschreven in *Biologisch-dynamische preparaten – maken en toepassen*. Meer dan honderd kleine foto's illustreren de tekst. Hoewel er ook enige uitleg is over de achtergronden, ligt de nadruk van dit boekje op het praktische werk. Bijvoorbeeld bij het kamillepreparaat: 'Het is handig om de darm voor het vullen in stukken van maximaal een halve meter te snijden. (...) De



gedroogde bloemen worden met thee van kamillebloemen een beetje vochtig gemaakt, net zoals verse bloemen zijn. Als de bloemen te nat worden gemaakt, verteert het preparaat teveel in de grond.'

📖 **Biologisch-dynamische preparaten – maken en toepassen** is te bestellen via [bdvereniging.nl](http://bdvereniging.nl). Prijs: €4,95

## Barstensvol leven

*Tekst\_Ellen Winkel*

Je neemt een gangbare en een biodynamische komkommer, snijdt ze in schijfjes en legt ze weer aan elkaar in de oorspronkelijke vorm. Dan leg je ze, gewikkeld in folie, in een klimaatkast. Wat zie je na 16 dagen? De biodynamische komkommer is weer aan elkaar gegroeid en de gangbare komkommer is aan het rotten.

Dit experiment brengt prachtig in beeld wat Petra Essink en Paul Doesburg in *Barstensvol leven – een pleidooi voor vitale voeding* over willen brengen:



## Waarnemen & waargenomen worden

*Tekst\_Gineke de Graaf*

Een moment afgelopen zomer, in de auto op de snelweg. Ik ontwaar in de berm gele bloemen, véél gele bloemen. Prachtig wat een uitstraling, wat een éigenheid! Ik geniet er een moment van en denk: wat zijn dat voor bloemen? Koolzaad? Nee, wat dan? Nog eens goed kijken ... o ja het zijn teunisbloemen! En dan keer ik mijn hoofd af. Tegelijkertijd besef ik dat ik de

magie van het moment zelf verbreek op het moment dat ik het begrip 'teunisbloemen' op het plaatje plak. En dat ik dat vaker doe: naar iets kijken, het herkennen (dénken dat ik het kén), de naam er op plakken en naar het volgende met mijn aandacht. Het heeft iets vluchtigs. Ik ga letterlijk én figuurlijk aan iets voorbij.

Wolter Bos beschrijft in zijn boekje *Waarnemen – wat een*

*vreugde!* dat wij, moderne mensen, weliswaar vrij zijn geworden door ons wakkere denken, maar dat wij daarmee de verbondenheid met onze omgeving ook zijn kwijtgeraakt. En dat de sleutel tot een nieuwe verbinding de waarneming is. Wanneer we daarmee opnieuw de ziel en de geest in de wereld om ons heen ontdekken, kun-

nen er nieuwe ontmoetingen tot stand komen. Waaraan zowel de waarnemer als waargenomene kunnen groeien.

Een inhoudsrijk boekje, door zijn compactheid in één a twee uurtjes te lezen. Ik deed het keer op keer; las het meestal in alle rust en met veel aandacht op een zondagmorgen. Het werkte als een meditatie; ik voelde me elke keer gevoed – door de herkenning van



vitaliteit van voeding zou een 'nieuwe tak van sport' moet zijn in het voedingsonderzoek, naast al het onderzoek naar gezonde of ongezonde inhoudsstoffen. Want in hoeverre heeft de veerkracht of het zelfherstellend vermogen dat de BD-komkommer laat zien, invloed op de veerkracht of

voorbeelden van ontmoetingen met een bezielde omgeving, én door het filosofische, beschouwende, beschrijven ervan. Als moderne mens ben ik niet tevreden met de ervaring alléén - ik wil het ook begrijpen.

Aanbevolen voor elke BD-er!

☞ **Waarnemen - wat een vreugde!** door Wolter Bos, 2016, Uitgeverij Pentagon, Prijs: € 10

vitaliteit van de mens die deze komkommer eet?

Achttien boeiende interviews - met boeren, bodemkundigen, koks, voedingskundigen, onderzoekers en artsen - belichten deze vraag ieder op hun eigen manier. Zo ontstaat een levendig beeld van het begrip vitaliteit. Vitale voeding is veerkrachtige voeding, concluderen de auteurs, en dat wil zeggen: *voeding die in staat is geweest haar eigenheid te ontwikkelen en in stand te houden*. Essink en Doesburg komen tot een nieuwe versie van het voedingsadvies 'eet gevarieerd': eet voeding die een uitdrukking is van een breed scala aan voedingsprocessen. Bij wortels hebben processen van opname de overhand, bij bladgewassen de ademhalingsprocessen, bij stengelgewassen de transport- en verbindingprocessen en bij bloemen, vruchten en zaden de rijpings- en voortplantingsprocessen.

☞ **Barstensvol leven** is mede mogelijk gemaakt door steun van onder andere de BD-Vereniging. Het is te bestellen via de boekhandel. Prijs: € 24,50

## Mastercursus biodynamisch moestuinieren

Alma Huisken verzorgt drie Masterclasses voor moestuiniers die verdieping en verbreding zoeken. Alma: "Het mooie van de biodynamisch teelt vind ik de extra band die je met alle levende wezens om je heen krijgt, van graankorrel tot boom. Dat betekent voor velen - en voor mij ook - vrijwel automatisch dat de zorg, die je aan je tuin en levende have biedt, sterk toeneemt en daarmee het plezier en de voldoening bij je werk. De dynamiek van deze teelt zit mede in de enorme kracht van de kosmos, die een grote plaats wordt toebedeeld. Dat onzichtbare is niet altijd gemakkelijk te duiden, maar soms juist wel: kijk alleen

maar eens naar de werking van de volle maan op ons en op de zee, maar ook op onze dieren en gewassen. En die maan is dan nog maar een stippeltje in het universum!" Centraal in de cursusdag staan: de zorg voor levenskracht in je gewassen, de verbinding kosmos-aardemens-dier-plant, de speciale preparaten voor compost en aarde en de zaaikalender.

*Illustratie\_Alma Huisken*

☞ De Masterclass vindt plaats op 5 febr in Molenrij (Gr), 12 febr in Haarlem en 19 febr in Baarn. Meer info, ook over allerlei andere tuincursussen, zie [degroenteluwte.nl](http://degroenteluwte.nl)





Vereniging voor  
Biologisch-Dynamische  
Landbouw en Voeding

© 2017 Vereniging voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding  
Wisentweg 12, 8251 PC Dronten  
bdvereniging.nl info@bdvereniging.nl  
0850 609044

Dit is een thema-uitgave van  
Dynamisch Perspectief, het  
ledenblad van de Vereniging voor  
Biologisch-Dynamische Landbouw  
en Voeding

Redactie\_Ellen Winkel  
(hoofdredacteur), Luc Ambagts,  
Andries Palmboom, Wim Goris,  
Gineke de Graaf, Petra Derksen,  
Derk Klein Bramel (gastredacteur)

Coverfoto\_Kalle Heesen,  
Hoornmestpreparaat maken  
op Gaos

Vormgeving\_Gerda Peters,  
Fingerprint

Druk\_Veldhuis Media

De uitgever heeft er naar gestreefd  
de rechten op foto's en illustraties  
naar behoren te regelen. Mocht  
u desondanks menen rechten te  
kunnen doen gelden, dan verzoeken  
we u contact op te nemen.

Uit deze uitgave mag uitsluitend  
iets verveelvoudigd worden,  
opgeslagen worden in een  
geautomatiseerd gegevensbestand  
en/of openbaar gemaakt worden  
- op welke wijze dan ook -  
na voorafgaande schriftelijke  
toestemming van de uitgever

# Weet je **deel** van

Biologisch  
Dynamische  
Landbouw



produceert vitale voeding met respect voor alles wat leeft. Gecertificeerde producten zijn herkenbaar aan het Demeter-logo.

De Vereniging voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding (BD-Vereniging) ondersteunt boeren en boerinnen bij de ontwikke-

ling van hun bedrijf. Dat kan dankzij de vele burgers die ook bijdragen aan een omslag in de landbouw.

Boeren ontmoeten elkaar in gespreksgroepen waar ze met elkaar de vraagstukken op het bedrijf bespreken. Boeren en burgers ontmoeten elkaar bij bedrijfsbezoeken, conferenties of studiedagen.

Met elkaar bouwen we aan een vitale LandbouwCultuur. Die leidt tot meer bodemvruchtbaarheid, een gezondere leefomgeving en een fraaier landschap.

## Leven

*Tekst\_Luc Ambagts*

Mijn zoon is drie jaar als hij een keer blij juichend naar mij toeloopt. "Kijk, een engel, een engel", roept hij enthousiast. Hij wijst naar het boek in zijn hand. Op de voorkant een jugendstil-achtig meisje. Ik kan me niet herinneren wel eens met hem over engelen gesproken te hebben. Alleen als ik hem 's avonds te slapen leg: "... je engel houdt de wacht." Ik ben er – tot mijn verrassing – direct van overtuigd dat hij niet dat geciseleerde meisjessportret bedoelt, maar de goud-oranje kleuren die daarachter in een statige vorm getekend zijn, zacht en onna-drukkelijk. Ik bevestig zijn enthousiasme. "Ja, mooi he." In feite vertelt hij mij hoe een engel er 'echt' uitziet.

Misschien hebben we als kind allemaal de etherwereld kunnen waarnemen. Nu is er de magie van Harry Potter, de bizarre vermogens bij Miss Peregrine's kinderen, de toverachtige werelden en monsters in veel computergames. Worden we daar geconfronteerd met een ongestild verlangen naar beelden van het levende? Dat uit zich dan in macabere fantasie en illusionaire vormen.

Houdt daar eens een bloem naast. Stel je voor hoe die eerst in de knop zit, nu als bloem verschijnt en zo meteen verwelkt en vergaat.

Zie je daar het leven? Vertel dat juichend aan de mensen waarmee je je verbonden weet.

# een groter geheel

## Lid worden

Alle leden ontvangen het blad *Dynamisch Perspectief* (6x per jaar). De BD-Vereniging kent twee soorten lidmaatschap: Beroepslidmaatschap en Basislidmaatschap

## Nog geen lid?

Meld je direct aan via de website [bdvereniging.nl](http://bdvereniging.nl). Voor ieder nieuw lid ligt de DVD *Dansen met gehoornde dames* als welkomstgeschenk klaar.

## Beroepslidmaatschap

Het beroepslidmaatschap is voor iedereen die vanuit zijn vak als winkelier, diëtist, onderzoeker, voorlichter, boer of tuinder aan de ontwikkeling van de landbouw bij wil dragen. Naast de voordelen van het basislidmaatschap kun je gebruik maken van:

- Gratis deelname aan het programma van BD-Beroepsontwikkeling
- Gratis deelname aan de winterconferentie
- Ondersteuning bij het werken met de preparaten
- Contact met meer dan driehonderd collega's

## Basislidmaatschap

Met het basislidmaatschap ondersteun je de BD-Vereniging en daarmee de ontwikkeling van de biologisch-dynamische landbouw. Met het ledenblad *Dynamisch Perspectief* ontvang je uitnodigingen voor:

- de winterconferentie
- de algemene ledenvergadering
- alle andere ledenbijeenkomsten

Je ontvangt korting bij activiteiten en je krijgt publicaties voordelig toegezonden. Met je lidmaatschap ondersteun je ruim honderd biologisch-dynamische bedrijven in Nederland en België.

## Uitwisselen

Met coachings-activiteiten, intervisie-, themagroepen en bedrijfsbezoeken bevordert het project BD-beroepsontwikkeling de gesprekscultuur binnen de BD-Vereniging. Ervaringen uitwisselen maakt de vruchten die jij in jouw werk hebt ontdekt voor anderen beschikbaar. Daarmee doorbreek je het isolement waar iemand zich als individuele professional in kan bevinden.

De basis bij deze gesprekscultuur is het je in de ander verplaatsen en van daaruit vragen stellen. Dan wordt het gesprek een bron van ontdekkingen, voor jezelf en voor de ander. Samen ontwikkel je bewustzijn voor wat iemand intuïtief in de praktijk doet. Daardoor vergroot je jouw vakmanschap en dat van de ander. Naast gespreksgroepen voor boeren en tuinders – van ervaren bedrijfsleider tot startende medewerker – zijn er ook groepen mogelijk voor andere beroepen.

Neem voor meer informatie en de mogelijkheid tot deelname contact op met Joke

Bloksma: 0513 437401, [jokebloksma@bdvereniging.nl](mailto:jokebloksma@bdvereniging.nl), of Antoine de Paepe (Vlaanderen): (0032) (0)474 431541, [antoine@kollebloem.be](mailto:antoine@kollebloem.be)

## Meedoen

Het ledenblad *Dynamisch Perspectief*, de gespreksgroepen van BD-Beroepsontwikkeling, de aandacht voor grondgebonden landbouw in de fosfaat-discussie, het zou er allemaal niet zijn zonder de inzet van zeker 60 actieve leden van de BD-Vereniging.

Deze week heeft Wilma een begin gemaakt met het opnieuw ordenen van de bibliotheek. Suzanne helpt met het verzenden van bestellingen. Christine meldt zich om een dagdeel de stand op de Biobeurs te bemannen. Ellen zoekt mee naar een fotoredacteur. Pieter biedt aan om een vertaling van een Duits artikel te maken. Piet vertegenwoordigt de BD-Vereniging op een bijeenkomst over natuurinclusieve landbouw. Er is voor iedereen iets te doen.

Op de website staan regelmatig vacatures voor vrijwilligerswerk voor de vereniging. Beginnen je handen te jeuken en zou je ook iets op- of aan willen pakken? Neem dan contact op met Luc Ambagts via [luc@bdvereniging.nl](mailto:luc@bdvereniging.nl).

De BD-Vereniging is een **initiatief-organisatie**. Als je zelf iets wil organiseren is in de meeste gevallen medewerking van de vereniging vanzelfsprekend.

