

In beweging

kwartaalblad van de Christengemeenschap
Pinksteren 2020

Voeding



In beweging

kwartaalblad van de Christengemeenschap
24e jaargang nr. 3, Pinksteren 2020

Inhoud van dit nummer

Van de redactie 1
Het geheim van de horizon 1
Thema: Voeding 2
Op de groei – opvoeding 12
Onder de zon – jongeren 15
Pinkstertijd 17
Op naar de volgende eeuw 20
Bestuur en instellingen 22
Berichten uit de gemeenten 23
Allerlei 24
Internationaal 25
Boeken 28
Aankondigingen 30
Gestorvenen 31

Redactie

Bastiaan Baan, Jolanda Gevers Leuven,
Robert de Klerk, Thom Kloes,
Marianne de Nooij, Judith Slokker

Redactie

In beweging p/a Judith Slokker
Klokkengieterstraat 4, 1825 AH Alkmaar
tel. +31-72-5610269
e-mail: inbeweging@christengemeenschap.nl
(ook voor inlichtingen over abonnementen)

Financiën en advertenties

Thom Kloes, thkloes@gmail.com
banknr. NL36INGB0009185951,
BIC: INGBNL2A,
t.n.v. In beweging, 3851RC Ermelo

Druk

Drukkerij Modern, Bennekom

Kopijdata

Michaelnummer 1 juni 2020
Adventnummer 1 oktober 2020
Kopij graag aanleveren per e-mail
(inbeweging@christengemeenschap.nl).
De redactie behoudt zich het recht voor
ingezonden kopij in te korten of niet te plaatsen.

*Illustratie vooromslag: 'Vijf personen bij
de maaltijd', Vincent van Gogh (1885),
Van Gogh Museum Amsterdam*

De Christengemeenschap in Nederland en Vlaanderen Adressen en tijden van diensten

M=mensenwijdingsdienst, K=zondagsdienst voor de
kinderen, info: gezien onregelmatigheid navraag nodig.

Alkmaar, Oude Kanaaldijk 9, 1825 AT, +31-6-29343288,
bgg +31-6-14235728, M zo 10 (info), di 9 (info),
do 10, za (info), K zo 9 (info)
Amsterdam, A.J. Ernststraat 869, 1081 HL, +31-20-
6420769, bgg 4414949, M zo 10.30, wo 9, do 10,
za 9 of 11 (info), K zo 10.00 (info)
Antwerpen, H. Consciencelaan 107, B-2640 Mortsel,
+32-3-4406821, M zo 10, wo 10, do 10 in Olen
(info), vr 10, K zo 9.30 (info)
Arnhem, Brugstraat 5, 6811 MB, +31-26-8401741,
M zo 10 (info), do 9.00 (info), K zo 11.00 (info)
Den Haag, Groot Hertoginnelaan 2, 2517 EG,
+31-6-47170136, M zo 10.15, wo 10 (info),
K zo 9.30 (info)
Driebergen, Rijsenburgselaan 2a, 3972 EJ, +31-343-
785 437, M zo 10.30, do 9.30, K zo 10 (info)
Eindhoven, Dorpstraat 122, 5504 HL Veldhoven,
+31-6-40730466, bgg +31-40-2520498,
M zo 9.30 of 10.45 (info), wo 9.30 (info),
vr. 9.30 (info), K zo 10 (info)
Gent, Kasteellaan 54, 9000 Gent (geen postadres),
+32-9-2334768, M za 10 (info), K za 9.30 (info)
Het Gooi, Veldweg 1, 1404 CV Bussum, +31-35-5417957,
bgg 6563160, M zo 10 (info), K zo 11.15 (info)
Groningen, Lauwersstraat 3, 9725 HD, +31-594-659558,
M zo 10.30 (info), do 10 (info), K zo 11.45 (info)
Leeuwarden, Droevendal 9, 8911 KK, +31-594-659558,
M zo 10.30 (info), wo 9.15 (info), K zo 9.45 (info)
Leiden, Vestestraat 49, 2312 SW, +31-71-5727618,
bgg +31-6-52342851, M zo 10.30 (info), do 10
Duitse dienst (info), K zo 10 (info)
Meppel, Catharinastraat 44, 7941 JG, +31-6-30507877,
M zo 10.30 (info), wo 10.30 (info), K zo 9.45 (info)
Middelburg, Lange Noordstraat 62 (geen postadres),
+31-118-583352, bgg +31-6-46616138, M za 10
(info)
Rotterdam, Lumeystaat 33, 3039 ZN, +31-10-2232317,
M zo 10.30, di 9.30, wo 9.30, vr 7.30, K zo 10 (info)
West-Brabant, Minckelersstraat 27 (geen postadres),
Breda, +31-76-5877409, bgg 5021945, M za 9.30
(info)
Zeist, van Tetslaan 4, 3707 VD, +31-6-50204989, M
zo 10.30, wo 9, do 8, vr 10 (info), K zo 9.30
Zutphen, Badhuisweg 27, 7201 GM, +31-575-769065,
M zo 10.30, di 9.15 (info), do 9.15 (info), K zo 10
(info)

Landelijk secretariaat: +31-70-3451506
Groot Hertoginnelaan 4
2517 EG Den Haag
e-mail: secretariaat@christengemeenschap.nl
website: www.christengemeenschap.nl

Het thema van dit Pinksternummer is Voeding. Wat komt er bij je binnen als je het begrip 'voeding' bewust in je opneemt? Bij mij licht eerst en vooral 'geschenk' op. Voeding is iets wat je ontvangt. Voeding – van welke aard dan ook – is een geschenk dat onontbeerlijk is voor groei en ontwikkeling. Zo bezien ben je in je gehele wezen van voeding afhankelijk. Hester Anschütz gooit de knuppel in het hoenderhok van deze coronatijd: "Van deze afhankelijkheid kun je behoorlijk in paniek raken," stelt ze in haar artikel, "Lege schappen maken je bewust." De keerzijde van afhankelijkheid is verbondenheid; afhankelijkheid stimuleert ons bewustzijn van de vele samenhangen waarvan we deel uit maken. Dit komt sterk naar voren in het artikel van Martje Klok 'Eten is religie'.

De stap van voeding naar opvoeding is niet groot. En de stap van geschenk naar dankbaarheid is dat evenmin, zoals blijkt uit 'De kruidenhandelaar' in de rubriek 'Op de groei'. En hoe moet het nu, in deze onzekere tijd, met de komende Helios-kampen van de Christengemeenschap? IJsbrand Terpstra werpt hierop in de jongerenrubriek 'Onder de zon' een helder licht: Geen zekerheid maar wel een lijst van te nemen besluiten.

In het hoofdartikel over de Pinkstertijd dringt Bastiaan Baan binnen in de elementaire wereld van weer en wind. Hoe geven we ons daaraan over? We moeten, zo stelt hij, met alle kracht de angst overwinnen voor wat ons uit de toekomst tegemoet komt: "Pinksteren is ons gegeven om te leren vertrouwen op de altijd aanwezige hulp van de geestelijke wereld." Moge dit Pinksternummer u hiertoe inspireren.

Thom Kloes

Het geheim van de horizon

Iedere avond verdwijnt de zon achter de horizon. De stemmingen, die dit gebeuren met zich meebrengt, zijn groots en teder tegelijk. Een deken van stilte wordt over de wereld gelegd. De hemel kleurt in de meest prachtige schakeringen. Een vogel zingt, ons hart verstilt. Het Laatste Avondmaal was in zekere zin een zonsondergang. Het oude ging ten einde. Zoals de zon verdwijnt achter de horizon, zo kondigt ook Christus in dit heilig uur zijn verdwijnen aan: hij zal zich aan ons zicht onttrekken. Christus, de god van de zon, gaat onder. Hierin ligt smart en weemoed.

Maar ligt in deze ondergang niet ook reeds de opgang besloten? Wanneer de zon bij ons ondergaat begint zij in een ander werelddeel te schijnen. Dit noemt Jezus gerechtigheid: pas door te verdwijnen wordt het eigenlijke verschijnen mogelijk. Zo wordt het geheim van de horizon openbaar. De horizon is een grens, iets waarachter wij niet kunnen kijken. Dat geldt niet alleen voor onze verhouding met de natuur maar ook voor die met de bovennatuur.

Wij zijn gescheiden van de geestelijke wereld door een spirituele einder. Die loopt echter niet aan de verte van ons blikveld maar wel dwars door ons heen. De ondergang van de uiterlijke Christus is zo de opgang van zijn innerlijkheid. In de geest komt onze trooster tot ons. Het Laatste Avondmaal wordt een cultisch ontbijt. In ons gloort het Pinksterfeest. Aan de horizon van onze innigheid begint een nieuwe dag.

Mathijs van Alstein

Thema: Voeding

Voor ons leven op aarde hebben we voedsel nodig, niet alleen voor ons lichaam, maar ook de ziel wil gevoed worden en ons geestelijke leven heeft voeding nodig om vitaal en krachtig te blijven. In dit themagedeelte over Voeding beschrijft journaliste Hester Anschütz haar ervaringen met voedsel toen zojuist de corona-crisis was aangebroken. Diëtiste Martje Geels vertelt, vanuit haar jarenlange leven met de mensenwijdingsdienst, hoezeer onze voeding verbonden is met de niet zintuiglijk waarneembare wereld. Tot slot onderzoekt Marianne de Nooij (geestelijke) hoe 'het land van melk en honing' een land is, waar je zowel op een goede manier geboren kunt worden en opgroeien als ook in harmonie je aardeleven mag afsluiten en sterven.

Lege schappen maken je bewust

door Hester Anschütz (gemeente München)

'Waar beleef je in West Europa nog schaarste?', vroeg ik me enkele weken geleden af, toen ik aan dit artikel begon. Inmiddels heeft de realiteit me ingehaald: deze weken sta ik ineens voor lege schappen in de winkels. 'Be careful what you wish for', echoot het in mijn hoofd – wees voorzichtig met wat je je wenst. Natuurlijk heb ik geen besmettelijk virus gewenst, dat de wereld overspoelt; maar mogelijk was er een zachtjes murmelend stemmetje in mijn hoofd, dat vond dat we onze overdaad aan voedsel wat te vanzelfsprekend nemen. De ervaring van schaarste zou dit kunnen veranderen.

Soms stel ik me voor hoe mijn leven eruit zal zien, als de donkerste toekomstscenario's van wetenschappers waarheid worden. De zeespiegel stijgt met drie meter, Nederland staat onder water en de branding spoelt rond de poorten van mijn Zuid-Duitse woonplaats München, die 500 meter boven zeeniveau ligt. Dan stel ik me voor hoe ik in een huis op het platteland woon, waar ik met familie en vrienden autarkisch kan leven. Met een eigen moestuin, fruitbomen, kippen, schapen, een koe en in het ideale geval een waterput; zodat ik grip houd op mijn voedselvoorziening. Maar hoe ver is deze droom verwijderd van mijn huidige levenssituatie. Ik woon in het

centrum van een miljoenenstad en ik moet een half uur met de auto rijden, voor ik een beetje bos of weiland tussen de huizen kan ontwaren. Voor mijn eten en drinken ben ik volledig van anderen afhankelijk. Tijdens deze weken, waarin ik in de uitzonderlijke omstandigheid terecht ben gekomen, dat ik aan en in mijn eigen appartement gekluisterd ben vanwege het besmettingsgevaar van een virus, word ik me daarvan nog eens extra bewust. Hoe weet ik zeker, dat ik morgen of volgende week nog genoeg te eten in de winkels vind of dat er nog water uit mijn kraan komt?

Overvloed

Van deze afhankelijkheid van andere mensen kun je behoorlijk in paniek raken. Ik heb gemerkt, als ik me op dat gevoel richt – op angst – dat me dat een ellendig gevoel geeft. Ik voel me innerlijk in een kramp schieten en ik wil panisch zoveel mogelijk inslaan en hamsteren. Ik richt me liever op het tegenovergestelde gevoel van angst: liefde en daarbij vertrouwen, al moet je je daartoe soms actief zetten. We zijn tegenwoordig op aarde sterk met elkaar verbonden, op veel verschillende vlakken. Volgens mij gaat het er bij ons verblijf op aarde niet om, je eigen hachje te redden, maar om er gezamenlijk wat van te maken en om te leren samen te leven.



Als ik nadenk over hoeveel mensen mee hebben geholpen om mijn voeding op mijn bord te brengen, dan voel ik het tegenovergestelde van angst, dan word ik warm van binnen en voel me dankbaar. Dankbaarheid is een krachtig middel en helpt om je bewust te worden, dat iets niet vanzelfsprekend is en als je begint te ervaren dat voeding iets bijzonders is, kan het je ertoe aanzetten hier bewuster mee om te gaan; en ook met de aarde, de bron van al ons voedsel.

Daarbij blijkt uit diverse wetenschappelijke studies, dat het voelen van dankbaarheid ook nog eens gezond voor je is (1, 2). Als je elke keer als je iets in je mond stopt, een bedankje de ether instuurt, dan heb je dus te maken met een win-win-situatie: je doet iets voor de aarde en voor jezelf.

Helpende handen

Mijn leraar op de basisschool, Ruud Gersons, maakte op de vrije school een toneelstuk over de reis die een product maakt: van zijn oorsprong tot het eindproduct. Hoeveel handen werken eraan mee, om van een boom tot papier te komen? Een prachtige manier om kinderen hier wakker voor te maken; het beeld is mij in elk geval altijd bijgebleven.

Deze reis langs vele helpende handen is natuurlijk in meerdere of mindere mate van toepassing op elk product dat je in de winkel koopt, inclusief voedingsmiddelen. Met kinderen is dit een leuke oefening in dankbaarheid tijdens het boodschappen doen. Ga bij

elk product dat je in je winkelwagen legt na, wie er allemaal hebben geholpen bij het ontwikkelen van dit product. Welke reis heeft bijvoorbeeld een ei gemaakt, voor het hier in jouw hand terecht is gekomen? Van de kip die het ei gelegd heeft, dat door iemand geraapt moet zijn en in een doosjes gestopt. Wie heeft de voeding voor de kip gestrooid, hoe is die voeding gegroeid en wie heeft het doosje gemaakt? Vervolgens zijn de eieren in de doosjes naar de winkel vervoerd en op het schap gesteld, waar jij ze hebt gekocht. Wie hebben daar allemaal bij geholpen? Heb je zelf kippen in de tuin, dan kun je je dankbare gevoel direct aan de kip richten of aan de zon en de aarde, die ervoor zorgen dat de kip bestaat en die de voeding voor de kip hebben helpen groeien.

Om dit dankbare gevoel vast te houden, kun je ook voor elke maaltijd even een moment stilte inlassen om hier gezamenlijk aan te denken. Voor dit ritueel zijn er vele spreuken te vinden, de bekende spreuk van Christian Morgenstern beschrijft ons dankbare gevoel letterlijk: "Aarde droeg het in haar schoot, zonlicht bracht het rijp en groot. Zon en aarde, die ons dit schenken, dankbaar willen we aan u denken." De toevoeging, die je vaak hoort, al weet ik niet waar deze oorspronkelijk vandaan komt, past ook goed in het beeld van de vele helpende handen: "Ook de mensen niet vergeten, die bereidden voor ons dit eten." (3)

Old school

Kinderen leren van wat ze om zich heen zien. Dus wil je iets veranderen in het gevoel van dankbaarheid voor voeding, zorg dat je het goede voorbeeld geeft. Hoe ga je om met voeding, gooi je snel iets weg of maak je van de restjes de volgende dag nog iets? Gezamenlijk koken, recepten uitzoeken en zo de ingrediënten gezamenlijk bekijken en onderzoeken, is ook een leuke manier om je bewust van de voeding te worden. Wat je kent, daar ga je sneller van houden en daar zorg je vervolgens beter voor.

Overigens helpt het, als je de ingrediënten van je avondeten nog kunt herkennen in hun natuurlijke vorm, wat met sommige kant-en-klaar producten lastig is; in Nederland heb je zo'n watertandend grote keuze aan dit soort voeding. Tijdens bezoeken aan Nederland moet ik daarom altijd even naar een supermarkt, het liefst zo'n maxi, om met open mond voor de glazen deuren met de kant-en-klaar producten te staan. Het geeft mij altijd een opgelaten gevoel, vermengd met pure verrukking. Wat een ongelooflijke keuzemogelijkheden, ik ben er altijd weer van onder de indruk.

Duitsland is niet minder welvarend dan Nederland, maar deze variatie in kant-en-klaar vind je daar niet. In Duitse supermarkten koop je producten nog meer in de originele, natuurlijke vorm en daar moet je gewoon zelf aan het werk om ze te verwerken. Dus: schillen, in stukjes snijden, bedenken wat je ervan wilt koken. Noem het *old school*, van de oude slag, maar het helpt wel om een wortel nog als wortel te herkennen.



Terug naar de basis

Het allerbeste werkt het natuurlijk, als je zelf een groentetuin hebt. Zoals in mijn droom. Mogelijk verwerkelijk ik hem nog eens. Niet alleen *old school*, maar ook *back to basics*, terug naar de basis. Niet omdat ik onafhankelijk wil zijn van anderen, want dat ben je in deze wereld nergens, maar om beter te kunnen voelen waar ons eten vandaan komt en dat het niet vanzelfsprekend is, dat ik elke dag genoeg te eten heb. Als ik zelf tijd, bloed, zweet en tranen in het zaaien en poten van wortels heb gestopt, heb ik er meer waardering voor dan als ik ze in de winkel koop.

Zou het niet geweldig zijn, als de huidige corona-crisis-situatie een groter bewustzijn brengt voor hoe we met voeding omgaan en dus met de dieren en onze aarde? Ik probeer mijn steentje bij te dragen door elke maaltijd dat bedankje de ether in te sturen, heel bewust.

Maaltijdspreuk

*Het voedsel dat hier op ons wacht
heeft reeds een lange tocht volbracht
door licht en duister, zaad en plant,
uit Godes- en door mensenhand.
Laat ons, nu wij dit alles weten,
met dankbaarheid en vreugde eten.*

Bronnen

- (1) www.vrt.be/vrtnws/nl/2020/02/26/5-re-denen-om-meer-dankbaar-te-zijn/
(2) Robert A. Emmons Michael E. McCullough, 'Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life', in: *Journal of Personality and Social Psychology*

- (2003), Vol. 84, No. 2, 377–389, https://greatergood.berkeley.edu/images/application_uploads/Emmons-CountingBlessings.pdf
(3) Een mooie verzameling tafelspreuken is te vinden in 'Spreuken, gedichten en liedjes voor kinderen' (uitg. Christofoor) en op <https://spreuken.doehoek.nl/overzicht-spreuken-tafelspreuken.html>.

Een priester bij de drogist in coronatijd

Als de nog wat oudere partner van mijn bejaarde vrouw begeleidde ik haar op haar boodschappenrondje. En bij de drogist waren ze deze keer bijzonder zorgvuldig. Het ging er weldadig beheerst en stipt toe. Omdat voor een oud mens alles sowieso te snel gaat, was ik diep onder de indruk. Het raakte me elementair. Alle handelingen verliepen zorgvuldig en vooral beheerst.

In mijn theologenbrein steeg toen het mijns inziens passende Paulinische begrip van de gehoorzaamheid omhoog.

De Griekse grondvorm daarvan luidt huupakoè, letterlijk te vertalen met: in hogere zin luisteren of dieper, wezenlijker luisteren. Dus in je handelingen: peilen waar het gezamenlijk om gaat. Daarvoor moet je echter tegelijk goed bij jezelf en goed bij de situatie zijn. En precies die kwaliteit was daar aanwezig. De betreffende winkel was, vanwege de coronacrisis, een oase van wezenlijk aanwezig zijn voor waar het om ging. En dat in een wereld waarin het steeds jachtiger wordt!

Siegwart Knijpenga
(geestelijke met emeritaat)

Eten is religie

door Martje Klok (diëtiste, gemeente Alkmaar)

Jaren geleden bezocht ik een lezing, waarbij de spreker als eerste het woord gaf aan de elementaarwezens. Zij vroegen de aanwezigen dringend er rekening mee te houden dat alles in de wereld in één grote samenhang aanwezig is. "Bedenk dat de kleinste verandering die je aanbrengt in de natuur of waar dan ook, grote consequenties kan hebben voor het geheel. Mens, word wakker!"

Het was een wonderbaarlijke ervaring die oproep van de elementaarwezens. Daar werd gesproken vanuit een heel andere, etherische wereld. Dat is een wereld, zo stelde ik me

voor, waarin alles met leven en vorm doorrokken is en die één aarde omvattend netwerk vormt waarin de elementaarwezens thuis zijn en zich vrij kunnen bewegen. Een klein duwtje hier veroorzaakt een grote golf daar.

Denken in samenhangen

Hoe benader ik de etherische wereld en wat betekent die wereld voor mijn eten? Wakker worden voor het bestaan van een etherwereld betekent, dat ik niet alleen naar de stofelijke wereld kijk, maar dat ik wil leren om de geestelijke wereld in gedachten erbij te be-

trekken.

Geïnspireerd door de antroposofie weet ik dat iedere stof drager is van een scheppende geest. Vanuit dit inzicht kan ik het volgende denken: sinds Christus zich op Golgotha verbond met de aarde, doordringt zijn kracht alle stoffelijkheid. In onze tijd is Christus ook aanwezig in de etherische wereld. Zowel zijn aanwezigheid in het fysiek-aardse als in het etherisch-kosmische maakt dat de kracht van Christus ook in ons eten werkzaam is.

Verspreid in het werk van Rudolf Steiner heb ik aanwijzingen gevonden die steeds het geestelijke en het stoffelijke samenbrengen: in de mens, zijn eten, vertering en stofwisseling. Zo ontwikkelde ik, door de jaren heen, een voedingswijze die aansluit bij mijn spiritueel, religieus leven.

Ik ondervond dat het voor mij niet vanzelfsprekend was om te denken in termen van het

etherische. Het werd mij duidelijk dat ik opgevoed ben met een wetenschappelijke manier van denken. Dit denken richt zich op de fysieke, meetbare wereld. Ik voelde wel dat zo'n wetenschappelijk beeld van de voeding niet compleet kon zijn.

De werking van voedsel

"Het is een kwestie van de voeding", antwoordde Rudolf Steiner op een vraag waarom het voor mensen zo lastig is zich te verbinden met de antroposofische geesteswetenschap. Rudolf Steiner heeft van allerlei voedingsmiddelen de werking die ze op ons uitoefenen beschreven. Ik kan dankzij die informatie inzicht en zintuig ontwikkelen voor wat goed voor mij is en op die basis keuzes maken. Hij beschrijft bijvoorbeeld de aardappel als belastend voor ons hoofd, waardoor materialistisch denken de overhand kan krijgen. Zuivel-



'Korenveld met cipressen', Vincent van Gogh (1889), Metropolitan Museum of Art New York

producten ziet Rudolf Steiner als milde bemiddelaars tussen kosmos en aarde, terwijl vlees een veel dwingender karakter heeft en ons kluistert aan ons lichaam. Peulvruchten maken het denken mat.

In de groentes kan ik de drieledigheid van de plant leren kennen. De drieledige plant sluit aan bij de drieledigheid van ons lichaam. Zo sporen vruchten de krachten in het onderlichaam aan, blad en stengel spreken het middengebied aan en wortels richten zich op het hoofd. We streven naar een gezonde, evenwichtige keuze door zowel vruchten, blad als wortel te eten.

Granen voeden de hele mens. Graan laat een oerbeeld zien van de mens: een wortelstelsel dat zich stevig met de aarde verbindt, een sterke, buigzame stengel in het middengebied en een volle aar die rijpt onder invloed van de zon en kosmische krachten. Graan laat de mens het meest vrij.

Kennelijk kan ik door mijn voedselkeuze invloed uitoefenen op mijn ontvankelijkheid voor de geestelijke wereld, op de mate waarin ik levend, helend denken kan ontwikkelen: 'denken in samenhangen', waar de elementaarwezens zo dringend om vragen.

Tastend en oefenend let ik op mijn handelen: wassen, snijden, koken, warmte en kruiden toevoegen. Ik zet wakker mijn zintuigen in: zien, ruiken, voelen, proeven en ik ontwikkel eerbied en vreugde in het omgaan met eten. Zo ben ik dagelijks bezig om afzonderlijke producten tot het geheel van een maaltijd te verheffen.

Levens-middel

De mens heeft een hoofd, dat centrum is van zenuwen en zintuigen, een middengebied met hart en longen en een stofwisselings-lematensysteem. Ons hoofd is wakker geworden in de loop van de mensheidsontwikkeling, maar de rest droomt en de vertering en stofwisseling zijn zelfs nog in diepe slaap. Dat wil zeggen: we hebben er geen idee van, wat zich in onze stofwisseling eigenlijk afspeelt. Hoe kan ik met mijn denken dat geheim dan

toch benaderen?

De natuurwetenschap, met name de scheikunde, wist daar wel raad mee en reikte ons antwoorden aan. De voeding werd in laboratoria geanalyseerd in afzonderlijke voedingsstoffen en ook de stofwisseling werd op die manier beschreven: onze maaltijd wordt verteerd tot kleine stofjes, die via de darmwand opgenomen kunnen worden. Het onbruikbare wordt uitgescheiden. Tot op de dag van vandaag werken we met dit model en mensen zijn er door onderwijs en voorlichting heel vertrouwd mee geraakt. In gezelschap kun je het gewoon hebben over eiwitten en vetten, over vitamine B12, vitamine D of cholesterol. Niemand kijkt daar raar van op.

"Nee", zegt Rudolf Steiner, "dit beeld van voeding en stofwisseling is veel te beperkt en brengt mensen op een dwaalspoor. Het opnemen van voedingsstoffen is maar bijzaak!" Denken in deeltjes vraagt om aanvulling met begrippen die aansluiten bij het levende geheel, bij 'levens-middelen' en bij een meer holistisch beeld van de mens.

Iedere mens heeft een eigen ether- of levenslichaam. Ook de levensmiddelen zijn te begrijpen als resultaat van etherische vormprocessen. Ons etherlichaam weert het vreemd etherische van de opgenomen voeding af, er ontstaat strijd en afbraak. En juist aan die strijd, aan het inzetten van kracht, ontwikkelen wij levenskracht en vitaliteit.

Dat is een belangrijk kenmerk van ons etherlichaam: daar zijn krachten aanwezig die we moeten aanspreken en die sterker worden, als we die krachten maar mobiliseren. Het is zelfs zo, dat krachten die we niet gebruiken, zich tegen ons kunnen keren en ziektes veroorzaken.

Rudolf Steiner sprak al over landbouwproducten die "niets anders zijn dan maagvulling" en dat we "in de toekomst zullen verhongeren aan een volle tafel". Hier word ik geplaatst voor belangrijke keuzes, waarbij ik weer denk aan de oproep van de elementaarwezens: "Mens, kijk naar de natuurlijke samenhang in je omgeving en wees je bewust wat je daar

mee doet!"

Ik kan producten kiezen die van de etherwereld vervreemd zijn, kunstmatig en snel opgekweekt, overal en in alle seizoenen beschikbaar. Ik kan ook gaan voor seizoensgebonden, streekgebonden levensmiddelen, die tijd en gelegenheid kregen op een goede bodem tot wasdom en rijping te komen. Er zijn onderzoeksmethodes ontwikkeld, zoals bijvoorbeeld de kristallisaties, die laten zien hoe de kwaliteit van de etherkrachten van de diverse producten is.

Door het nulpunt gaan

Tijdens de Pinksterdagen van 1924 heeft Rudolf Steiner de Landbouwcursus gehouden. Hij gaf aanwijzingen hoe planten op verschillende manieren ondersteund kunnen worden, mede door middel van speciale landbouwpreparaten. Deze worden gemaakt uit dierlijke en plantaardige materialen, die op een speciale manier aardse en kosmische krachten met elkaar in verbinding brengen.

De preparaten helpen de plant etherisch krachtig te worden en hun diepste wezen tot uitdrukking te brengen. Dergelijke planten zijn doordrongen met aardse en kosmische krachten. Zij sporen ons etherlichaam flink aan kracht te mobiliseren en deze kracht om te zetten in vitaliteit, vormkracht en geestkracht.

In onze spijsvertering wordt de voeding etherisch totaal afgebroken, niets van het oorspronkelijke product is terug te vinden. De voeding gaat door een nulpunt, wordt door de dood gevoerd en herleeft, komt tot opstanding in ons lichaam en in onze ziel.



Toebereiding van het koehoornpreparaat in de biologisch-dynamisch landbouw

Het soort eten en de etherische kwaliteit van het eten bepalen in hoeverre onze krachten aangespoord worden. De vertering is een intens proces en zorgt ervoor dat we nooit zo overweldigd worden, dat we ons eten zijn: al eten wij ons hele leven kip, wij zullen nooit kippen worden!

Twee stromen

Na de vertering stijgen krachten en stoffen, die helemaal ontdaan zijn van hun eigenheid op, via hart en longen naar het hoofd en worden steeds ijler. Een indrukwekkende gedachte dat alle mensen op aarde voortdurend bezig zijn met het vergeestelijken van aardematerie.

Er is nog een tweede voedingsbron die ons tegemoet stroomt van boven naar beneden: mensen nemen via hun zintuigen kosmische voeding en kosmische krachten op. Aardse voeding wordt geopend en verbindt zich met kosmische krachten. Kosmische voeding verbindt zich met aardse krachten. Vanuit beide stromen houden we onze lichamelijke stand.

Als ik het stofwisselingsproces zo in woorden klee, herken ik iets van de transsubstantiatie en communie. De mens is dan het altaar,

waarop de twee stromen samen komen: enerzijds wordt het aards-stoffelijke geopend, anderzijds verdicht het kosmisch-geestelijke zich. Met beide stromen is Christus verbonden.

Mensen kunnen nog niet wakker zijn in hun vertering en stofwisseling, dat zou een veel te heftige, helderziende ervaring zijn. Wel kan ik denkend de Christusgeest en de Christuskracht naderen en vermoeden dat 'eten religie is'. De elementaarwezens zeggen: "Mens,

word wakker! Kies wetend je eten!" Kies eten dat niet ten dode voert, maar tot leven van je ziel en van je vormkrachten.

Literatuur

- Rudolf Steiner, 'Menswaardige Voeding', Vrij Geestesleven Zeist.
- Rudolf Steiner, 'Vruchtbare Landbouw op biologisch-dynamische Grondslag', Vrij Geestesleven Zeist.

Het land van melk en honing

door Marianne de Nooij (geestelijke in de gemeente Amsterdam)

Door alle tijden heen heeft de mens verlangd naar het land van melk en honing, een land waar het goed is, waar er genoeg is voor iedereen. Wat maakt toch dat deze beide basale voedingsmiddelen, honing en melk, zo'n krachtig beeld zijn geworden voor een gezond en menswaardig bestaan?

De eerste keer dat 'het land van melk en honing' voorkomt in het Oude Testament is in Exodus 3:8. Het Joodse volk zal worden bevrijd uit de slavernij in Egypte en Mozes hoort bij een brandende doornstruik in de woestijn God spreken: "Ik heb de ellende van mijn volk in Egypte gezien. Ik daal af om mijn volk te bevrijden uit de macht van Egypte, om het weg te leiden uit dit land naar een land dat goed en ruim is, een land van melk en honing."

Na de doortocht van het

Joodse volk door de woestijn stuurt Mozes twaalf verspieters op pad, uit elke stam één,



'Voedende Madonna', onbekende meester (16e eeuw), Musée de Avoiro Portugal

om poolhoogte te gaan nemen in het beloofde land. Als ze terugkeren van hun ontdekkingsstocht, dan zeggen ze tegen Mozes (Numeri 13:27): "Wij zijn in dat land gekomen waarheen u ons gestuurd hebt en werkelijk, het vloeit over van melk en honing."

Melk

Melk is de oudste voeding van de mensheid: de moedermelk en de melk van zoogdieren. Rudolf Steiner (1) geeft aan dat melkvoeding de mens tot een echte aardebürger maakt, zonder daarbij de verbondenheid met zijn hemelse herkomst te verliezen. Melk voedt de neiging tot liefde voor de aarde, voor alles wat met het leven op aarde is verbonden. In de eerste helft van ons leven is de melk een hulp op onze incarnatieweg naar de aarde toe en bouwt het fysieke lichaam op als behuizing voor ziel en geest. Om niet te vervreemden van het aardse en teveel te gaan 'zweven', is het ook voor een volwassene zinvol om van tijd tot tijd melkproducten tot zich te nemen.

Honing

In het hoogste, naar de zon toe uitgegroeide deel van de plant, de bloem, wordt nectar gevormd. De plant heeft haar suikers naar de hoogte toe zo gelouterd dat zij een toekomstige ontwikkeling kunnen dienen: de bij neemt de nectar en schenkt de bevruchting. De bijen gaan van bloem tot bloem om deze nauwelijks meer aards te noemen substantie te verzamelen. De haalbij zuigt de nectar op met haar tong en vliegt van de ene naar de andere bloem tot de honingmaag vol is. De haalbij draagt de nectar over in de mond van de huisbij, die het met een minimale hoeveelheid bijengif opbergt in een cel van bijenwas. De huisbij ventileert met haar vleugels de nectar, zodat het water verdampt van 80 naar 20% waardoor de honing 'eeuwig' houdbaar wordt.

In de oude mysteriën kende men de inwijdingsgraad van de 'bijen': dan heeft een mens het vermogen verworven, om wat je waarneemt in de vergankelijke aardewereld om te

zetten in onvergankelijke kennis, als voedsel voor de ziel. Zo was de bij in menige cultuur een beeld voor geestelijke rijping en inwijding. In het oude Egypte werd de Farao afgebeeld als bijenkoning en heetten honingdruppels de tranen van de zonnegod Ra te zijn. Bij de Grieken werden de priesteressen van Artemis de *melissai* genoemd, de honingbijen. Bij de Germanen gold de honingmede als drank voor de goden. In onze tijd formuleert Rainer Maria Rilke het zo: "Wij zijn als bijen van het onzichtbare. Hartstochtelijk vergaren wij de honing van het zichtbare, om hem op te tasten in de grote gouden korf van het onzichtbare."

De bijen zijn echte zonnedieren die ons als mensen voorleven, hoe in een verre toekomst een samenleving van liefde en verbondenheid eruit zou kunnen zien; zij leven ons het Nieuwe Jeruzalem voor zoals Johannes dat in de laatste twee hoofdstukken van zijn Openbaringsboek beschrijft. Veertig gram bijenwas kan in een raat wel een kilo honing dragen. Doet de bijenwas hier als beeld niet denken aan 'de straten in het Nieuwe Jeruzalem die van goud zijn, doorzichtig als glas'? Rudolf Steiner (2) geeft aan dat de groepsziel van de bijen een hoog ontwikkeld wezen is, in een ontwikkelingsfase die hij *Buddhi* of 'levensgeest' noemt, een toestand die de mens pas in een verre toekomst zal kunnen bereiken.

Zoals de melk een mens helpt te incarneren op aarde, zo helpt de honing een mens om zich weer losser te maken van de aarde en van het lichaam, om weer op weg te gaan naar de geestelijke wereld. Honing helpt de mens om te excarneren en op zo'n manier oud te worden, dat daarin de vruchten van de ouderdom kunnen rijpen.

Johannes de Doper

Over Johannes de Doper wordt in het Nieuwe Testament verteld, dat hij zich in de woestijn voedde met honing van wilde bijen. Hij is dan nog maar net dertig jaar oud, maar zijn belangrijkste levensopgave heeft hij vervuld: de doop van Jezus in de Jordaan. Bij deze doop nam het hoogste zonnewezen, de Christus,



*Gouden plaquette met Griekse bijengodin
(Rhodos, 7e eeuw v. Chr.)*

zijn intrek in de mens Jezus van Nazareth, om zo drie jaren als mens op aarde te kunnen leven en uiteindelijk op Golgotha de doodskrachten van de aarde te overwinnen.

Johannes voedt zich niet met melk, hij voedt zich met honing, die hem helpt zich weer los te maken van zijn aardse opdracht en zich voor te bereiden op de nieuwe hemelse opdracht die voor hem ligt. Niet lang daarna wordt hij gevangen genomen door Herodes en uiteindelijk onthoofd.

Rudolf Steiner (3) beschrijft hoe de geest van Johannes de Doper dan werkzaam wordt in de wonderbare spijziging, zoals beschreven in Markus 6: de leerlingen van Jezus voeden vijfduizend mensen met vijf broden en twee vissen en er is genoeg te eten voor iedereen. Vanuit de geestelijke wereld wordt Johannes dan de beschermer van de kring van twaalf leerlingen. En wel heel in het bijzonder wordt hij de beschermer en helper van die ene leerling, Lazarus Johannes, die later het Openbaringsboek en het evangelie van Johannes zal gaan schrijven.

Land van melk en honing

In heel wat opzichten ervaart menigeen zijn leven in de huidige tijd als een leven in slaverij,

een leven in onvrijheid: onvrijheid door uiterlijke beperkingen, maar veelal ook door innerlijke afhankelijkheden en verslavingen. De tocht door de woestijn om je te ontworstelen aan die slavernij is niet zelden een eenzame gang. In het verhaal van de *exodus*, de uittocht uit Egypte, bereikt niet ieder individueel het beloofde land, zelfs Mozes niet. Maar ieder draagt er aan bij dat het volk uiteindelijk als volk de tocht kan volbrengen. Zo draagt ook ieder, die zich in onze tijd in zijn eigen leven ontworstelt aan uiterlijke of innerlijke slavernij, bij aan de voortgaande ontwikkeling van het geheel.

Zo mogen we op weg zijn naar het beloofde land van melk en honing, waar de mensziel ten diepste naar verlangt: een land waar een nieuw geborene zich op een gezonde manier met de aarde kan gaan verbinden. Waar zoveel 'melk' is dat je veel van de aarde gaat houden. Vanuit die liefdekracht ga je de verantwoordelijkheid voelen om goed voor de aarde te zorgen, zodat ook toekomstige mensenzien geboren kunnen worden en een aardse incarnatie mogen doormaken.

Het is ook een land waar je op een gezonde manier oud mag worden. Niet in de zin dat je nooit ziek zult zijn of dat je krachten niet zullen gaan afnemen. Maar gezond in de zin dat er zo'n overvloed aan 'honing' is, dat de ziektes die je doormaakt betekenis voor je krijgen als ontwikkelingsweg en je de moed hebt om je leven daadwerkelijk te voltooien, ook al is dat niet op ieder moment even gemakkelijk. Dat is de gezonde excarnatiweg, de 'honing'-weg, waarin je je aardse opgaven afrondt en loslaat, en je voorbereidt op de taak die straks in de geestelijke wereld op je ligt te wachten.

(1) Rudolf Hauschka, 'Voeding - Schets van een voedingsleer op antroposofische grondslag'. Uitg. Vrij Geestesleven.

(2) Ingrid Michaelis, 'Bienen-Sonnen-Freude'. Die Christengemeinschaft 2009, 364-370.

(3) Rudolf Steiner, *Het evangelie naar Markus*. Uitg. Vrij Geestesleven, GA 139.

In de serie 'Op de groei' komen uiteenlopende aspecten van de religieuze opvoeding – van voor de geboorte tot na de puberteit – aan de orde. De naam van de serie duidt zowel op de groei van het kind, als op de groei die de opvoeder zelf gaandeweg doormaakt. De toegezegde bijdrage over de waarde die het tuinieren heeft voor kinderen, is door omstandigheden komen te vervallen. In plaats daarvan vindt u ditmaal een verhaal over kruiden – wat zou een themanummer over Voeding zijn zonder toevoeging van kruiden! Een verhaal met een onmiskenbare geur van Pinksteren, om (voor) te lezen in de Pinkstertijd.

De kruidenhandelaar

*door Sibylle Alexander**

De oude Gideon, die een kruidenkraam had, hield van de dagen dat er markt was in Glasgow. Hij kende alle marktkooplui en bewonderde het linnen van de Ieren, het Harris Tweed van de Hebriden, het zilverwerk uit Sterling en hij had plezier aan de vele dialecten. 'Het lijkt hier Babylon wel', dacht hij dan.

Bij het scheiden van de markt kocht hij vaak twee appels, een voor zichzelf en een voor Paul, een weesjongen met een gebruide huid en donkere krullen, die bestellingen bezorgde voor de appelkoopvrouw. Paul hield de tas vast, terwijl Gideon bezig was zijn kraam af te sluiten. Een wolk van fijne geuren kwam hen tegemoet: lavendel, rozemarijn, tijm en talloze soorten thee. Paul vroeg of Gideon nog een klusje voor hem had. Hij poetste graag de instrumenten in Gideons kraam glimmend op, waste het glaswerk af of wreef met de vijzel zaden of bladeren fijn; totdat de appelkoopvrouw hem weer riep om een volgende bestelling te gaan bezorgen.

Naast de kraam van de Griekse kruidenhandelaar verkocht een bakker zijn brood. Hij was lang en mager en zo bleek als het witmeel voor zijn broden. Zijn ogen keken wantrouwig de wereld in en hij was jaloers op de frisse moed waarmee zijn buurman 's och-

tends de kruidenkraam opende, nadat hijzelf al heel wat uren brood had staan bakken. Aan het eind van de dag ging de bakker altijd snel naar huis. Maar Gideon trok zich, nadat de zaak gesloten was, altijd terug in de kleine ruimte achter de kraam. Dat maakte de bakker nieuwsgierig. Wat zat die vreemde Griek daar dan te doen?

De volgende dag ging de bakker naar de kleine ruimte achter zijn kraam en boorde een gat in de wand, waardoor hij in de achterkamer van de kruidenkraam kon kijken. Die avond ging hij na sluitingstijd niet meteen naar huis en hij zag hoe Gideon het kamertje binnen kwam, zich in de stoel liet vallen en de ogen sloot. Wat voor de duivel had dat te betekenen? Zat die Griekse nepheilige daar soms te bidden? Hij wilde net zijn kijkgat verlaten, toen hij zag dat Gideon zijn hand uitstreekte naar een wandkast, een leren buidel tevoorschijn haalde en klinkende munten in zijn schoot liet regenen. De bakker telde wel eenentwintig goudstukken: een vermogen! Welk recht had die buitenlander op zoveel rijkdom? Gideon was diep in gedachten verzonken, terwijl hij ieder stuk tussen zijn gebruide handen opwreef. Zonder te weten dat hij werd gadegeslagen, droomde hij van zijn vaderland en van de dag dat hij genoeg gespaard zou hebben om de reis naar Griekenland te kunnen maken.



hem de oude Gideon, die het ergste vreesde. Zou hem hier in Glasgow wel recht worden gedaan?

De rechter hoorde de aanklacht van de bakker rustig aan. Die was al twee keer eerder veroordeeld geweest, omdat zijn broden te weinig gewicht hadden. Toen richtte hij zich tot Gideon, die vertelde over het jarenlange harde werken in de kruidenkraam, om te sparen voor de reis naar zijn vaderland. "Komt allen vanmiddag weer terug; de klager en de aangeklaagde, alsmede ook het goud moeten hier in de rechtbank blijven."

De volgende dag stond de bakker voor zijn kraam, toen Gideon voorbij kwam. "Kijk daar", riep de bakker. "Die dief! Die schurk heeft mijn goud gestolen!" Al snel verzamelde zich een hele menigte om hem heen en een agent liep naar hem toe. "Die buitenlander heeft mijn goud gestolen. Ga zijn kraam maar binnen en kijk in de achterkamer in de wandkast, waar hij mijn goud in een bruine leren buidel verstopt heeft!"

Gideon trok bleek weg. De agent nam de sleutel en kwam na korte tijd terug met de leren buidel. "Naar de het gerechtshof!", riep hij. "Jullie moeten allebei voor de rechter verschijnen." Joelend trok de menigte achter de bakker aan, die trots voorop liep, met naast

De rechter wenkte een agent, fluisterde iets in zijn oor en gaf hem een sleutel voordat hij naar het park ging, waar hij op een verscholen bankje ging zitten om na te denken. Een groep jongens liep naar het veldje en een van de jongens riep: "Zoek allemaal een paar kiezelstenen, we hebben er eenentwintig nodig." Het was Paul. De rechter kende die weesjongen wel. "Ik moet ook nog drie lege blikken hebben." Die waren ook snel thuis opgehaald.

"Luister, jij bent de bakker, jij gaat hier staan, rechtop en trots. En jij gaat ernaast staan, jij bent Gideon, helemaal gebukt onder schuld. Peter is de bewaker en Daniel de gerechtsdienaar en ik ben de rechter. Nou gaan we het zo doen alsof we twee flessen hebben, een met

koud water en een met heet water. We doen het koude water in het eerste blik." Langzaam liet Paul zeven kiezelstenen in het blik vallen. "Kijk, er komt geen meel van dit geld af. En nou half koud, half warm water in het tweede blik voor de volgende zeven stenen." De bakker wilde vluchten, maar de bewaker was goed op zijn hoede. "Ruiken jullie al wat?" – "Ja!" riepen ze allemaal. Het hete water was voor het derde blik, zeven kiezelstenen rolden het blik in en, behalve de bakker, sprongen alle jongens juichend in een vreugdedans om het blik heen.

De rechter, die dit alles vanaf zijn verscholen bank had gadegeslagen, had genoeg gezien en keerde snel naar het gerechtshof terug. Daar liet hij drie schoongewassen schalen neerzetten met daarbij een kruik met koud water en een kruik met heet water. De publieke tribune was tot op de laatste plaats bezet, toen de rechter zeven gouden munten in het koude water van de eerste schaal liet glijden. Er gebeurde niets. In de tweede schaal werden koud en warm gemengd. De zeven volgende munten verdwenen in het water en iedereen begon zachtjes te snuffelen. Een milde geur verspreidde zich. Zodra de rechter echter de laatste zeven munten in de schaal met het hete water had laten glijden, vulde de gehele ruimte zich met de heerlijkste kruidengeuren.

De agent trad naar voren en deed luid melding van het resultaat. "Genade!", riep de bakker. "Hij moet zijn straf krijgen!", riep het volk vanaf de publieke tribune. De rechter nam het woord. "Ik verklaar je schuldig aan een drievoudige diefstal: ten eerste wilde je het spaargeld van een lang en werkzaam leven wegnemen, ten tweede wilde je de goede naam van je buurman besmeuren, ten derde wilde je de eer van de stad Glasgow roven waar vreemdelingen steeds met respect worden behandeld. Deze bakker heeft een gat geboord in de tussenwand, zoals de agent heeft vastgesteld, en kon zo zien waar de leren buidel was opgeborgen."

Het werd stil en iedereen keek vol minachting naar de dief. "Paul, kom jij eens bij mij", zei de rechter. "Welke straf raad jij aan voor de bakker?" De jongen lachte slim en meende dat de bakker zijn hele leven lang elke ochtend aan de eerste drie vreemdelingen die in zijn kraam kwamen een gratis brood zou moeten weggeven. De bakker haalde opgelucht adem, welke vreemdeling zou nou ooit zijn kraam weten te vinden.

Maar hij had niet gerekend met de kinderen van Glasgow. Zodra er een groot schip in de haven van Glasgow aanlegde, dan werden de Chinese, Arabische, Russische of Afrikaanse zeelui meegetroond naar de bakker. De kinderen verheugden zich telkens weer opnieuw, als zij zagen hoe de hongerige matrozen dag in dag uit een lekker warm versgebakken brood meekregen.

Door de jaren heen veranderde de bakker: hij leerde wat dankbaarheid is. Want al die dankbare gezichten spraken allemaal dezelfde taal. Zo leerde hij de dankbaarheid kennen in de meest uiteenlopende talen van de wereld. En hij kreeg plezier in de lof die hem toekwam voor zijn brood.

Paul verruilde zijn werk bij de appelkoopvrouw voor het werk in de kraam van Gideon en hij werd zijn leerling. Als ze samen over de markt liepen, hoorden ze de stemmen van de leren, de Welshmen, de Schotten en van de vele vreemdelingen. "Net als in Babylon", zei Gideon dan. En uiteindelijk, toen ze genoeg bijeen hadden gespaard, voeren ze samen naar Griekenland als vader en zoon.

** Dit verhaal verscheen eerder in 'Die Christengemeinschaft' juni 2000, p 370-371.*

Vertaling: redactie

Onder de zon – Jongerenrubriek

Geen zekerheid maar wel besluiten

door IJsbrand Terpstra (penningmeester Bestuur van de Kampen)

Op het moment dat u dit leest, heeft het kampbestuur van Helios waarschijnlijk al een aantal lastige beslissingen genomen. Het coronavirus heeft ook ons aan de vergadertafel gezet met de vraag: hoe gaan we onze kampen aankomende zomer organiseren? Over dat besluit valt tot vlak voor de kampen niks te zeggen, aangezien we steeds leven van moment naar moment. Maar over de manier van besluiten kan dat gelukkig wel. Daar hebben we ons dus maar op gefocust.

Zodra begin maart duidelijk werd dat er overheidsmaatregelen getroffen zouden worden om de verspreiding van het coronavirus onder controle te houden, gingen de eerste gesprekken in onze kamporganisatie van start. We gelastten fysieke bijeenkomsten af voor zover dat nodig was om aan de maatregelen te voldoen en overlegden met alle kampen wat er op korte termijn nodig was. De zekerheid waar al snel om werd gevraagd – gaan onze kampen door? – kon op geen enkele manier worden gegeven, hoe begrijpelijk de vraag er naar ook is.

De noodzaak van fysiek contact

Dat betekent niet dat we ons hebben beperkt tot de korte termijn. Als zekerheid over de uitkomst van de situatie niet gegeven kon worden, dan kon dat toch zeker wel over het proces. Dat hebben we geprobeerd. In onze eerste extra bestuursvergadering stelden we een lijst op met belangrijke momenten in de voorbereiding van de kampzomer: stafweekenden, pedagogische vergaderingen, technische werkweekend en, met stip bovenaan, het Hemelvaartsweekend. We hebben vastgelegd op welk moment we zouden besluiten of zo'n bijeenkomst doorgang kon vinden en,



zo niet, wat dan het alternatief zou zijn. Die lijst lopen we nog steeds af, zonder te weten wat de inhoud van de besluiten later op de lijst zal zijn.

Dat hebben we ook uitgelegd in een email aan onze stafleden. Het belangrijkste uitgangspunt daarbij was (en is nog steeds) dat onze kampen deze zomer doorgang zullen vinden. Als het vanaf juli namelijk weer mogelijk is om fysiek met elkaar samen te zijn, dan zijn onze kampen meer dan ooit van toegevoegde waarde. Na maanden van binnen zitten, online onderwijs en afstandscontact, kunnen we dan nog beter doen waar we ons altijd al op hebben gefocust: de noodzaak van fysieke verbinding en daadwerkelijk contact. De behoefte daarnaar zal deze zomer zowel bij onze deelnemers als de stafleden veel groter zijn dan we van afgelopen jaren kennen. Het is echter niet evident dat de kampen zomaar plaats kunnen vinden, ook als dat van overheidswege weer zou zijn toegestaan. Onze kampvoorbereidingen leunen traditioneel sterk op fysiek samenzijn, het opbouwen van een sterke stafgroep en het instuderen van liederen die voor de staf soms echt een uitdaging zijn. Dat is op dit moment allemaal onmogelijk. Onderdeel van ons aanvalsplan is dan ook een continu gesprek met elk kamp: welke hoeveelheid fysiek contact is minimaal nodig om een kamp te kunnen leiden? Zie je het zitten als je staf bijvoorbeeld pas in juni

voor het eerst bij elkaar kan komen? Op dat soort vragen formuleert elke coördinator nu een antwoord, waarbij per kamp uiteindelijk een andere conclusie zou kunnen worden getrokken.

We gaan ervoor

In de tussentijd zitten we overigens niet stil. Dat kan ook niet, omdat de kampen aankomende zomer überhaupt alleen maar door kunnen gaan als we ons zoveel als mogelijk blijven voorbereiden. Waar cynisme en demotivatie in zo'n geval op de loer kunnen liggen, gebeurt bij Helios nu echter precies het tegenovergestelde. Verschillende staven hebben al digitaal vergaderd en ook onze Algemene Vergadering (met daarin vertegenwoordigers van alle kampen en taakgroepen) ging op 4 april 'gewoon' door. Niet in een van de kerkgebouwen waar we normaal onderdak vinden, maar in een digitale omgeving. Er was een inloop, ruimte om bij te praten en we bespraken drie thema's: de toenemende zorgvraag van deelnemers, het financieel jaarverslag over 2019 en de mogelijkheden voor samenkomsten en kampvoorbereidingen zolang dat fysiek niet gaat.

Toen de laatste deelnemer aan de vergadering bijna drie uur na de start van het online samenzijn het licht uitdeed, overheersten enthousiasme en goede hoop in mijn humeur. Doordat we elkaar als kern van de organisatie al goed kennen en veel fysiek bij elkaar zijn geweest, blijkt digitaal vergaderen vooralsnog een goed alternatief. Dat ervaren ook de coördinatoren, die voor het betrekken van nieuwe stafleden (wat online lastig gaat) ideeën hebben voor extra buddy's en coaches vanuit de ervaren staf. Stuk voor stuk hebben we naast een inhoudelijk goede vergadering, ook veel plezier gehad en is nog maar eens bevestigd: we gaan ervoor!

Niemand die het weet

De volgende stap op de besluitenlijst van het bestuur is het informeren van de deelnemers en ouders, dat voor eind april op de planning staat. Wat we dan communiceren, valt nog niet te zeggen. Maar dat we gaan communiceren wel. En dat brengt de nodige rust met zich mee, zodat voor emoties en impulsieve reacties geen plek hoeft te zijn op de vergadertafel. Maar als ik mijn laptop na een lange dag thuiswerken, digitaal vergaderen en telefonische kampafspraken dichtklap, dan kijken

die emoties toch wel eens om de hoek. Want zou ik dit jaar – voor het eerst sinds mijn kleutertijd – niet op kamp kunnen? En hoe moet dat nou met de voorbereidingen voor 'mijn' jeugdkamp? Niemand die het weet. En dat is precies de onzekerheid waar ik als bestuurslid prima mee om kan gaan door lijstjes te maken en besluiten te plannen, maar



Screenshot van een van de digitale 'ruimtes' in de Algemene Vergadering van Helios op 4 april 2020



Tenten op het groene gras

die voor mij als staflid de komende tijd nog tot de nodige twijfels zal leiden. Laten we, stafleden en deelnemers onder elkaar, op die momenten dan maar denken aan de groene grasvelden, de witte tenten en het blauwe

water. Onder de gouden zon kunnen we daar komende zomer doen waar we goed in zijn: samenkomen, verbinden en de twijfels die we hadden met elkaar delen.

Pinkstertijd

Waar komt de wind vandaan?

door Bastiaan Baan (geestelijke in de gemeente Zeist)

Voor onze meteorologen is de vraag waar de wind vandaan komt eenvoudig te beantwoorden. Zij zijn – tot op zekere hoogte – in staat om te voorspellen wat weer en wind in de komende dagen zullen doen. En toch, niets is zo wispelturig als weer en wind. Dat beamen niet alleen onze weervoorspellers.

Spreekwoorden en gezegden laten in alle toonaarden de onbestendigheid van de wind klinken: als de wind uit de andere hoek waait, zit er niets anders op dan de huik naar de wind te hangen. Maar het wordt pas grillig en on-

voorspelbaar, als iemand met alle winden meewaait...

Waar komt de wind vandaan bij het eerste Pinksterfeest? Is het wel wind of bedoelt de tekst van Handelingen 2 iets anders? "En plotseling klonk er uit de hemel een geluid (Grieks: *echos*) als het waaïen van een machtige wind en vulde het hele huis waar zij gezeten waren." Inderdaad, de tekstschrijver Lukas gebruikt het woord 'wind' (Grieks: *pnoë*), maar relateert door te schrijven: "als het waaïen van een machtige wind". Met die beschrijving zijn we terug geplaatst in een tijd,

waar wind nog een heel andere betekenis had dan voor ons.

De taal van de Geest

Voor veel oude talen had 'wind' twee betekenissen die wij als moderne westerlingen nauwelijks kunnen verenigen. Het Hebreeuwse woord *ruach* betekent zowel 'wind' als 'geest', evenals het Griekse woord *pneuma*, waar het genoemde woord *pnoë* van is afgeleid. Hoe verder we teruggaan in de Oudheid, des te meer herkende men in de natuurverschijnselen de werking van de geest. Meer dan honderd keer gebruikt de Bijbel het woord 'wind' in deze dubbele betekenis. Zelfs de doorgewinterde materialist zal moeten constateren, dat in de Oudheid de wind blijkbaar uit een andere hoek woei. Tot in sommige gezegden is iets van deze dubbele betekenis van weer en wind behouden: "De mensen maken de almanak, God maakt het weer."

Terug naar de raadselachtige gebeurtenissen van het eerste Pinksterfeest. Hebben de mensen in die tijd méér gehoord dan slechts het waaien van een machtige wind? Wanneer je het verhaal verder leest, krijg je de indruk: in een tijd, waarin de oude helderziendheid tanende is, hoort iedereen iets anders. Terwijl de één in de wind de taal van de Heilige Geest hoort, hoort de ander niets dan wind en *glossolie* – en vraagt zich af: heeft deze discipel te veel wijn gedronken?

Een soortgelijke verwarring speelt zich af, wanneer Christus kort voor het Laatste Avondmaal de Vader aanroept en een stem uit de hemel antwoordt: "Ik heb Hem geopenbaard en ik zal Hem wederom openbaren." Degenen die de taal van de geest niet meer verstaan, horen niets dan een donderslag. Anderen, die nog een rest van de oude helderhorendheid bezitten, zeggen: "Een engel heeft tot Hem gesproken" (Johannes 12: 29-30). Alleen Christus (en Johannes, die deze gebeurtenis opschrijft) hoort, wat de stem uit de hemel spreekt en wie het is, die spreekt.

Elementenwezens

In de eeuwen die volgen op het begin van de jaartelling gaat dit vermogen geheel en al verloren. Geen wonder, dat we in onze tijd niets dan wind horen, wanneer de wind waait – en dat het verhaal van Pinksteren voor de meeste tijdgenoten als een onbegrijpelijk mirakel klinkt. In de antroposofie vinden we aanduidingen van wat de oude en de nieuwe helderziendheid herkent in weer en wind. Het is buitengewoon interessant om deze beschrijvingen te vergelijken met wat natuurtalenten op het gebied van deze nieuwe helderziendheid te vertellen hebben.

Rudolf Steiner beschrijft in detail, hoe in weer en wind de wereld van de elementenwezens werkzaam is, gedirigeerd door de hemelse hiërarchieën. Echter, in de extremen van weer en wind komen elementenwezens aan bod, die door de tegenstandermachten worden geleid. Zo worden vernietigende stormen door sylfen (luchtwezens) bewerkstelligd, daartoe gedwongen door demonische machten.

In een voordracht van 10 september 1923 in Dornach (1) beschrijft Steiner hoe in de oude cultuur van de druïden met deze natuurkrachten gewerkt werd, zodanig dat vernietigende krachten in de natuur 'tot de orde' geroepen konden worden. Talloze overleveringen beschrijven de magische werking die de druïden konden uitoefenen op weer en wind. Niet alleen zijn zij in staat om stormen te ontketenen (beeldend beschreven in 'De Storm' van William Shakespeare!), maar ook om de storm tot zwijgen te brengen. Het zijn dezelfde krachten, waarmee Christus tijdens de storm op het meer van Galilea de wind en het water toespreekt: "en zij gehoorzaamden Hem" (Mattheüs 8:26).

Altijd aanwezige hulp

De schrijfster Selma Lagerlöf, die een zesde zintuig voor elementaire krachten in de natuur had, beschrijft in haar roman *Jeruzalem*, hoe in een hevige storm de onderwereld ontketend wordt: "Uit de verte [...] klonk een



'Christus stilt de storm', Karl Thylmann (1915)

krachtige toon. Het was als een windstoot, maar het zou ook de roep van een hoorn kunnen zijn. Af en toe hoor je een langgerekte toon, daarna lawaai, wild getrappel en snuiven. Met een geweldig geraas kwam het van de berg naar beneden geraasd. [...] En toen het net boven hen was, bogen zij hun hoofden en trokken hun schouders in. 'Hij verplettert ons', dachten zij. Maar wat zij voelden, was niet zozeer angst voor de dood, maar de huiver dat dit de hellevorst was, die met zijn hele leger door de nacht joeg. En wat hen het meest ontzette was dat ze midden in het helse lawaai angstgeschreeuw en klaagroepen hoorden. Het floot en siste, het brulde en joelde, het knarste en hilde. [...] Het was alsof wilde rossen over de hut sprongen, die met hun hoeven op de nok van het dak sloegen, alsof huilende spoken uit alle hoeken voorbij stoven, alsof vleermuizen en nachtuilen met zware vleugels tegen de schoorsteen sloegen."

Wellicht dat de natuur, die in onze tijd haar destructieve krachten ontketent in weer en wind, in water en vuur, ons vroeg of laat wakker maakt voor de geestelijke wereld, die krachtiger dan ooit aan de poorten van ons bewustzijn rammelt. Al is de demonie van ontketende natuurkrachten in onze tijd met handen te grijpen, daarboven staat Hij, die kan zeggen: "Over de vorst van deze wereld is reeds beslist." Pinksteren is ons gegeven om te leren vertrouwen op de altijd aanwezige hulp van de geestelijke wereld.

"Wij moeten met wortel en al uit de ziel uitroeien de angst en de afschuw voor wat ons uit de toekomst tegemoet komt. De mens moet gelatenheid met betrekking tot alle gevoelens over de toekomst ontwikkelen. Met absolute gelijkmoedigheid moeten we alles wat op ons afkomt tegemoet zien en slechts denken: wat op ons afkomt, komt ons tegemoet door de leidende wijze machten van de wereld. We hebben tot taak ieder ogenblik het juiste te doen en al het andere aan de toekomst over te laten. Dat is wat we in deze tijd moeten leren: leven uit zuiver vertrouwen in de altijd aanwezige hulp van de geestelijke wereld. Waarlijk, anders gaat het niet, als we de moed niet willen verliezen."

Rudolf Steiner (2)

- (1) R. Steiner, 'Die Sonneninitiation des Druidenpriesters und seine Mondenwesenerkenntnis', GA 228, voordracht 10 September 1923 Dornach.
- (2) R. Steiner, 'Erkenntnis und Unsterblichkeit', GA 40, Voordracht 27 november 1910 Bremen.

Op naar de volgende eeuw

Op weg naar de honderdste geboortedag van de wereldwijde Christengemeenschap nodigt de redactie alle Nederlandse en Vlaamse gemeenten uit, om in de periode tot 16 september 2022 een korte bijdrage te schrijven over de stichtingsimpuls van de eigen gemeente en op welke wijze die impuls al dan niet in deze tijd nog werkzaam is. Ditmaal de gemeente Eindhoven.

Vanzelfsprekende trouw

door Marie-Hélène van Tol (geestelijke in de gemeente Eindhoven)

'Een warme en hechte gemeenschap', dat is het antwoord, wanneer je de mensen uit de gemeente Eindhoven vraagt hoe zij hun ge-

meente beleven. Er is veel aandacht voor elkaar, veel zorg dat het de ander goed gaat, bereidheid om te helpen. In de coronacrisis



De Michaëlkerk van de gemeente Eindhoven aan de Dorpstraat in Veldhoven

toont zich dit doordat er een grote zorgvuldigheid is in het naleven van de regels. Niet alleen omdat het van hogerhand wordt gevraagd, maar vooral vanwege de aandacht voor elkaar en om niemand anders te besmetten.

Nu ik dit stukje schrijf, zijn we al enkele weken aan het oefenen om anders met de mensenwijdingsdienst om te gaan. Hoe kun je offeren door deel te nemen? Dit is een vraag die ons beweegt. In de gemeente is het bewustzijn aanwezig, dat je aan de mensenwijdingsdienst deelneemt voor de aarde, voor de elementenwezens, voor een goede ontwikkeling. In deze wonderlijke tijd, waarbij het ineens niet meer vanzelfsprekend is dat je aan de dienst kunt deelnemen, verdiept zich dit. Ieder die komt weet: ik *mag* komen, het is een gunst om deel te mogen nemen. En omdat je de communie niet meer individueel kunt ontvangen, wordt ook nog sterker beleefd: dat, wat ik anders voor me zelf ontvang, schenk ik nu opdat het elders werkzaam kan worden. Hierin verdiept zich, wat in de gemeente al sterk aanwezig is: het bewustzijn van zorg voor elkaar.

De verzorging van het gebouw gaat ondertussen met grote trouw door: wekelijks komt op vrijdag na de mensenwijdingsdienst een aantal mensen bij elkaar om het gebouw weer klaar te maken voor een nieuwe week. Alles wordt voorbereid voor de komende activiteiten. Dat alles met de grootste vanzelfsprekendheid. Zo doen wij dat hier, wat er ook gebeurt!

De basisimpuls ontstond in de jaren '50 bij enkele medewerkers op het Natlab (natuurkundig laboratorium) van Philips. Zij wilden antroposofie in het zuiden van het land brengen en nodigden daartoe sprekers uit. Een van die sprekers was de priester Gerrit Ger-

retsen. Deze sprak niet in antroposofische termen over 'geestelijke wezens', maar over engelen. Dat raakte een van de aanwezigen, een jonge man. Engelen, die waren hem vanuit zijn religieuze achtergrond vertrouwd. Deze taal kon hij begrijpen en dat sprak hem aan. Toen hij kort daarop de mensenwijdingsdienst leerde kennen, ging hij met veel energie en vertrouwen aan de slag om in de eigen kennissenkring de financiën daarvoor bijeen te krijgen.

Van het begin af waren het daadkrachtige mensen uit verschillende standen en klassen, die een ideaal in de wereld wilden brengen. Zij hadden niet een leider, maar werkten gezamenlijk aan het ideaal van de Christengemeenschap in de regio Eindhoven.

Kijken we naar de gemeente nu, met haar vraag naar de toekomst, dan zie je opnieuw, of nog steeds, deze kracht. In deze spannende tijd komen nieuwe mensen binnen, wordt er opnieuw met bereidheid gekeken naar wat er zou kunnen gebeuren. Ook naar waar men zelf misschien tekort schiet. Zoals eerder in de geschiedenis moeilijke tijden werden doorstaan, zo wordt nu gezocht naar hoe het verder kan. Een grote inzet om te doen wat gevraagd wordt, een sterk verlangen, dat het *dóór* mag gaan. En ook de realistische blik, dat het misschien anders zal worden dan het tot nu toe is gegaan. Wat heeft de nieuwe generatie nodig?

stafel

k dit schrijf (begin april) is
l leeg en dat zal ook nog
en. Onze maartvergade-
april zijn we van plan een
ng te houden. We heb-
steld in hoeverre we ver-
zinnvol vinden. We heb-
en te doen voor korte,
fgehandeld moeten wor-
de orde zijn die zorgvul-
ing vergen, zullen we die,
kunnen lijden, verschui-
nt dat we weer rond de
aanschuiven. Gesprek-
je elkaar in de ogen kunt
ertussen.

t dat we nu dus uitstellen
termijnbeleid, dat we zul-
woord op en met inacht-
ort van de tijdelijke ad-

viescommissie landelijke financiën. We zijn erg
blij met dit gedegen rapport, maar van het be-
stuur wordt nu gevraagd om dit te verwerken
in voorstellen voor beleidskeuzes. Deze keuzes
zullen we aan de landelijke raad voorleggen.
De oorspronkelijke planning was om dit nog in
de eerste helft van dit jaar te doen, maar het
wordt dus later.

Een ander punt dat ons bezighoudt en dat ur-
gent is, is de samenstelling van het bestuur. We
zijn dringend op zoek naar nieuwe bestuursle-
den. Ondergetekende neemt aan het eind van
dit jaar afscheid en er is nog geen vervanger
gevonden. Tevens willen we graag een extra
bestuurslid om de taken beter te kunnen ver-
delen. Suggesties voor kandidaten zijn zeer
welkom, bijvoorbeeld via een telefoontje naar
onze voorzitter Wilma Roem, 0317-769077.

Ellis Booi (secretaris)

2021. In al onze gemeenten wordt eraan ge-
werkt dat de verbinding van de gemeenschap
met de stroom van de mensenwijdingsdienst
niet verloren gaat én dat leden en belangstel-
lenden niet in een isolement raken. Op de lan-
delijke website kunt u –onder 'Nieuws' –een
overzicht vinden van alle overdenkingen bij het
evangelie die verschillende gemeenten landelijk
ter beschikking stellen. Ook is daar een paas-
groet te lezen van de internationale leiding.

Op dit moment is het nog onzeker of de *inter-
nationale synode* in Berlijn (half juni) plaats kan
vinden en ook hoe het de komende zomer met
de geplande *Helios-kampen* zal gaan. De hui-
dige situatie doet een enorm beroep op ieders
vertrouwenskracht en vraagt om een concen-
tratie op het wezenlijke. In velen leeft de hoop
dat deze crisis goede vruchten zal voortbrengen
voor de toekomst van de aarde en de mens-
heid.

Ernst Terpstra

Vernieuwing

De vergadering van 22 februari 2020 van de Landelijke Raad werd gehouden in de Lukaskerk te Alkmaar. In het inhoudelijk gedeelte werd gesproken over 'Vernieuwing binnen de Christengemeenschap' en het omgaan met de buitenwereld. De focus lag daarbij op het organiseren van de vernieuwing.

In de middag werd gesproken over het rapport van de Tijdelijke Adviescommissie Landelijke Financiën (TALF). Daarover zal in de volgende vergadering verder worden gepraat. Het werkplan van het Landelijk Bestuur voor het jaar 2020 werd van kanttekeningen voor-

zien en het jaarverslag van de Landelijke Raad werd kort besproken. Besloten werd om ook voor het volgende jaar een jaarverslag in dezelfde vorm te maken.

Het Landelijk Bestuur deelde mee dat momenteel een nieuwe aspirant bestuurslid hospiteert en dat men samen met de synode bezig is jubileumvieringen ter gelegenheid van het honderdjarig bestaan van de Christengemeenschap te initiëren. Ook aan de gemeenten wordt gevraagd hiervoor plannen te ontwikkelen.

Karin de Leeuw, landelijk secretariaat

Berichten uit de gemeenten

Week van het gebed voor eenheid van de christenen

door Marie-Hélène van Tol (geestelijke in de gemeente Eindhoven)

In de jaarlijkse Week van Gebed bidden christenen samen voor eenheid van christenen, voor de wijk en de wereld. Deze gebedsbeweging van eenheid begon al ruim 150 jaar geleden en wordt wereldwijd gehouden. Naar schatting doen zo'n 200.000 mensen jaarlijks mee met het initiatief.

Ervaringen in Eindhoven

Dit jaar was het van 19 tot 26 januari. De centrale Bijbeltekst voor de gebedsweek kwam in 2020 uit het laatste deel van het boek Handelingen, hoofdstuk 27: 'Zij waren buitengewoon vriendelijk voor ons'. Hierin wordt verteld hoe Paulus en zijn reisgenoten schipbreuk lijden op Malta en daar met buitengewone vriendelijkheid opgevangen worden door mensen, die Christus nog niet kenden. Deze gebeurtenis markeert het moment waarop het evangelie het eiland bereikt. Op 10 februari wordt dit nog altijd door de christenen op

Malta herdacht en gevierd. Zij hebben dit jaar het materiaal voor de gebedsweek voorbereid.

In acht verschillende kerken in Eindhoven waren deze week vieringen te bezoeken. Wij waren bij de Pinkstergemeente en de Koptische kerk te gast. Anderen uit onze gemeente ook bij 'Pitstop', een jongerencentrum dat samenwerkt met Youth for Christ. Samen met de Lutherse predikant, Susanne Freytag, heb ik de laatste viering op zondag 26 januari voorbereid. Dit vond plaats in de kerk waar de Lutherse gemeente kerkt. Een mooi kerkje dicht bij het station in Eindhoven.

Na een openingsgroet door mijn collega zongen we samen een gebed 'Heer, open mijn lippen'. De Lutherse gemeente zingt graag en zo was de viering ook gevuld met samenzang. We gingen na het tweede loflied in groepjes uiteen. Thema was daar 'leren ontvangen'. We zochten zoveel mogelijk mensen op die we nog niet kenden. Wat een openheid was



Week van Gebed voor de eenheid
19 t/m 26 januari 2020

"Zij waren
buitengewoon
vriendelijk voor ons"
naar Handelingen 28 vers 2

daar! Op de vraag om te vertellen over iets wat je ontvangen hebt, een groot geschenk in je leven, werden levenservaringen gedeeld in het grootste vertrouwen. Hierna gingen we weer terug naar de kerkruimte, waar de dienst werd voortgezet. In de levendigheid van het gesprek en de sterk sociaal-praktische insteek, werd iets van het eigene van de Lutherse gemeenschap beleefbaar.

Hierna kwam een deel dat door ons als Christengemeenschap werd vormgegeven. Jeroen Benschop, op dit moment student aan de deeltijd priesteropleiding in Hamburg, las het evangelie (Mattheus 10). Daarna mocht ik een inleiding houden over het thema 'ontvangen en geven'. Hoe mooi klonk daarna de heldere stem van de twaalfjarige uit onze gemeente die het Onze Vader van Arvo Pärt zong! In de stille aandacht die in dit deel van de viering ontstond, herkenden mensen iets van wat wij als Christengemeenschap konden brengen.

We hebben veel geleerd deze week. We hebben mensen ontmoet uit onze omgeving, die met de grootste eenvoud en vanzelfsprekendheid spreken over de nabijheid van God in het dagelijks leven. We hebben gehoord, dat de religieuze gemeenschappen van levensbelang zijn voor mensen. Een sterking in hun nood. En in de uitwisseling ga je ook je eigen dierbare elementen weer in een nieuw perspectief zien.

Wij zijn als mensheid in een proces van groeien naar een dieper, hoger menszijn. In deze zoektocht is het nodig dat we open naar elkaar kijken en elkaar ontmoeten. 'Houd niet van mij om wie ik ben, houd van degene in mij die ik wil worden!' Geldt dat niet evenzeer voor gemeenschappen als voor individuen? Dit woord van Christian Morgenstern klinkt nog in mij na, nu deze week voorbij is.

Allerlei

Waarom een korendag?

door Roelianne Kiers (gemeente Rotterdam)

Zaterdag 15 febr. jl. waren er ruim dertig mensen die onze diverse kerken vertegenwoordigden bijeen in de Rafaëlkerk in Zeist voor de Landelijke Korendag. We zijn heel praktisch bezig geweest. We hebben gezongen in de

grote kring, in subgroepen en tijdens de dienst. Naar aanleiding van deze zang wisselden we van gedachten over onze opgaven ten aanzien van muziek en cultus.

Wij mensen zijn 'klankharmonieën' en als

klankwezen worden we aangesproken; tijdens het zingen realiseren we dat met de nodige voorzichtigheid. Als je het zingen vergelijkt met instrumentale muziek, dan is de mens het instrument. Daaruit begrijp ik ook dat het begint met het stemmen en afstemmen: dat is het 'in de grondverf zetten' van de koorzang. In subgroepen hebben we geoefend: werbeckzang, intervallen oefenen, improvisatie, werken aan een koorstuk. Behalve de muziek die speciaal voor de cultus is gecomponeerd, o.a. door Ine Blom onlangs nog, is het mogelijk bijvoorbeeld een Taizé-lied te zingen dat warmte en verbondenheid kan geven. In de dagafsluiting aan het altaar werd een psalm van David verwoord, de oorspronkelijke inhoud van het cultische zingen zou je kunnen zeggen.

Met zelfgekozen opgaven en geïnspireerd reisden we terug naar de eigen kerken. Er zijn internationale muziekdagen gepland, net over de grens in Duitsland: Schloss Hamborn, van 31 juli t/m 4 augustus, waarin op zondag de mensenwijdingsdienst in het Nederlands gehouden zal worden door een van onze priesters. In een volgende bijeenkomst zouden gemeentekoren een ingestudeerd lied ten gehore kunnen brengen. Nodig vooral je eigen koor uit om je daar te presenteren. Gemeenten die dat willen kunnen gebruikmaken van een klein orgeltje; dit wordt momenteel in Eindhoven bespeeld en kan in andere gemeenten ook beproefd worden. Je kunt dit aanvragen bij de Landelijke Muziekgroep. Dat het goed in de dienst past werd als volgt verwoord: "Zodra het orgeltje begint te spelen wordt het ...stiller!"

Internationaal

Over de grenzen

Engeland Temple Lodge Club is een stille oase in het centrum van Londen. In dit voormalige huis van de kunstenaar Sir Frank Brangwyn is op de plaats van het atelier de kapel van de Christengemeenschap gebouwd, met daarnaast een vegetarisch restaurant. Het huis biedt accommodatie aan B&B gasten, die vanuit de hele wereld genieten van de gastvrijheid en de rust, de afwezigheid van televisies in de kamers, de stille tuin en van de bibliotheek met een rijke voorraad boeken. De prijzen van de kamers variëren van £64 (eenpersoonkamer) tot £102 (tweepersoonkamer) per nacht. Informatie en boeking via Temple Lodge Club, 51 Queen Caroline Street, Hammersmith, London W6 9QL, United Kingdom. Tel. 0044 20 8748 8388, e-mail info@templelodgeclub.com, website www.templelodgeclub.com. Ook de gemeente van de Christengemeen-

schap in Buckfastleigh (Cornwall, bij het Dartmoor National Park) biedt drie eenpersoons en een tweepersoons kamer aan voor overnachting, met een keuken waar je zelf maaltijden kunt bereiden. Prijzen vanaf £25 per persoon per nacht. Informatie en boeking via Sabine Haus, tel 0044 1364 64 42 72, e-mail sabine.hauslakeman@gmail.com, The Christian Community, 23 Chapel Street, Buckfastleigh, TQ11 0AQ United Kingdom.

Litouwen In de zomer van 2001 werd voor het eerst in Vilnius de mensenwijdingsdienst gevierd. Regelmatig werd de gestaag wordende gemeente door priesters uit andere landen bezocht. In 2017 werden de eerste sacramenten vertaald in het Litouws en werd een Litouwse, die haar opleiding aan het priesterseminarie had voltooid, tot priester gewijd. Na een inwerktijd in een Duitse ge-

meente werd zij in 2019 naar Vilnius uitgezonden om daar de stichting van de Christengemeenschap in dit land te gaan voorbereiden. Het stichtingsfeest zal dit jaar gaan plaatsvinden van 16 t/m 18 oktober. Zo'n gloednieuwe gemeente verheugt zich altijd zeer wanneer gasten uit het buitenland ingaan op de uitnodiging om aan deze feestelijkheden deel te nemen, zodat de gemeente zich ook echt gezien kan voelen. U bent dus hartelijk uitgenodigd! Kijk op www.krikscioniubendruomene.lt (wie wat minder in z'n Litouws zit kan links op het Duitse vlaggetje klikken). Wie zich aanmeldt voor 1 juli kan gebruik maken van een gereduceerd hoteltarief. Wie niet in de gelegenheid is af te reizen naar Vilnius, maar de nieuwe gemeente toch wil gelukwensen, kan een bijdrage overmaken via de gezamenlijke kas (zie onder) o.v.v. 'Gründung Litauen'.



Aankondiging van het stichtingsfeest in Litouwen

Oekraïne Een groep Oekraïense jongeren raakte afgelopen jaar bij de internationale Pinksterconferentie in Witten geïnspireerd door een zelf geschreven theaterstuk dat daar werd opgevoerd. Zij besloten zelf een theaterstuk te maken, dat ze willen opvoeren tijdens de jubileumconferentie in 2022 in Dortmund. Thema is de schepping van de wereld, een echte uitdaging dus. Jongeren, euritmisten, een bekend acteusechtbaar en een koor uit Kiev hebben zich bij het initiatief aangesloten. Inmiddels zijn ze een heel eind met het creëren en voorbereiden. Ze zouden graag financiële ondersteuning hebben voor de reiskosten van deelnemers en acteurs, stof voor kostuums en dergelijken. Meer informatie via Tetiana Nechytailo (geestelijke in Kiev), tetyana_nech@ukr.net, tel. 00380-93-1468542.

Rusland/Oekraïne Er is op meerdere vlakken samenwerking tussen Rusland en Oekraïne. Geestelijken uit beide landen houden samen synode en bezoeken elkaars gemeenten. Naar aanleiding van een uitwisseling met de seminarieleider van het pro-seminarie in Odessa is in Moskou het verlangen ontstaan om daar een pro-seminarie op te zetten. En net als eerder al het geval was, namen er afgelopen zomer elf Russische jongeren deel aan een Oekraïens zomerkamp. Enkelen van hen hadden er een reis van twee dagen voor over om drie dagen in Odessa te kunnen zijn. Gelukkig verliep het passeren van de grens deze keer soepel. Waar het bij eerdere conferenties één à twee dagen duurde voor de beide nationaliteiten tot één groep versmolten, was dit afgelopen jaar meteen vanaf het begin zo. Er was tevens een jongerenconferentie in Moskou, waar ook de Oekraïense jongeren welkom waren.

Wie vanuit Nederland een kleine of grotere steen wil bijdragen aan een gemeente of initiatief in het buitenland, kan dat doen via rekening NL43 INGB 0000 3499 01 ten name van De Christengemeenschap Gezamenlijke Kas te Den Haag onder vermelding van gemeente en/of initiatief en land.

Enkele corona-berichten uit de wereld

(stand half april)



Rusland Verschillende mensen uit de Moskouse gemeente zijn naar de filiaalgemeente in Monino gevlucht, een dorpsgemeenschap 450 km ten noordwesten van Moskou, omdat daar minder beperkingen gelden. Men is bang, niet voor het virus maar voor de harde maatregelen die de regering telkens weer bedenkt.

Zuid-Amerika Sinds eind maart hebben alle kerken hun deuren moeten sluiten, waardoor er alleen nog diensten zonder gemeente en zonder ministranten gehouden kunnen worden. De priester in Lima (Peru) bericht, dat er – kort voor het begin van een dienst – via WhatsApp een herinneringsbericht wordt gestuurd aan de leden en belangstellenden die zich daarvoor hebben opgegeven. Het is een kort filmpje waarin de vier klokken van de kerk te horen zijn, begeleid door beelden van het gebouw en de weelderige tuin eromheen.

Duitsland Anders dan in Nederland zijn religieuze bijeenkomsten in Duitsland niet beschermd door de Grondwet in het kader van de godsdienstvrijheid. Na aanvang van de coronacrisis werden alle bijeenkomsten verboden. Zo kon het gebeuren dat begin april in het Roergebied, na een melding uit de buurt van de kerk, de politie na een mensenwijd-

dingsdienst de kerk binnenkwam met de boodschap aan de aanwezigen om het pand te verlaten.

Oekraïne De beperkingen in het openbare leven zijn als elders, maar kerkdiensten zijn nog toegestaan. Eind maart werd ook de communie nog uitgedeeld. De priester in Odessa geeft aan dat er niet meer dan tien personen mogen deelnemen.

Verenigd Koninkrijk De diensten worden gehouden achter gesloten deuren, zonder gemeente. Thuis stellen de leden zich in op de dienst, geholpen door het materiaal dat de priesters hen toesturen. Uit een bericht vanuit Edinburgh: "Ik nam vanochtend, in de geest en niet lichamelijk, deel aan de dienst. Dat was een interessante ervaring. Ik 'zag' hoe de mensenwijdingsdienst werd voltrokken. Ik merkte ook dat er veel gaten zaten in zoals ik me de dienst herinner. Dus ik neem me voor om met wat meer bewuste aandacht deel te nemen als ik weer naar de dienst kan komen."

Georgië Iedereen ouder dan 60 jaar moet thuis blijven. De kerken waren eind maart nog open. Winkeltjes zijn gesloten, straatverkoop is verboden en bussen rijden niet meer, waardoor mensen dicht opeengepakt in de metro staan. Men is minder bang voor corona dan voor armoede en honger. De belangrijkste inkomstenbron, het toerisme, ligt nu helemaal stil en er is geen enkele ondersteuning vanuit de overheid.

Verenigde Staten De bewindsdrager van de regio Noord Amerika, Craig Wiggins, plaatst sinds het begin van de coronacrisis op zijn facebook pagina met enige regelmaat een korte toespraak, die met name ook gericht is op mensen die de Christengemeenschap nog niet zo goed kennen, en die ook vanuit Nederland door menigeen graag wordt beluisterd. Zoek bij www.youtube.com op 'Christian contemplations'.

De geheime relatie tussen mens en natuur

De bijen en de mensen

**Janneke Rosenbrand (tekst en tekeningen)
naar een oorspronkelijk verhaal van Bert
Voorhoeve**

Uitgeverij Aan de tijd, 32 p, €17,50

*door Jolanda Gevers Leuven
(gemeente Zeist)*

Wat het eerste opvalt aan dit boek zijn de sterke, sprekende kleuren van de illustraties die zacht uitvloeien achter de tekst op de tegenoverliggende bladzijde. 'Ver van hier, lang geleden, was er een tuin waar bomen en bloemen bloeiden...', zo begint het verhaal. Je waant je in het paradijs en de sfeer is die van een prille lentemorgen als de lucht nog koel is, maar de opkomende zon zet de bloesemende bomen in een zacht licht. In de tuin zijn bijen en het Hoogste Licht straalt boven alles uit.

Dan komen er mensen en dieren in de tuin. De bomen dragen fruit en de bijen zorgen voor honing waar de mensen zich ook mee kunnen voeden. De illustratie geeft in warme kleuren het stralend zonlicht weer waarmee alles in het paradijs doorlicht wordt. Maar het blijft niet zo, de mensen moeten de tuin verlaten. Een engel met een vlammend zwaard houdt de wacht; de kleuren zijn donker en koel. De achtergebleven bijen missen de mensen en krijgen van het Hoogste Licht toestemming om ook naar de aarde te gaan. Wat volgt is de aanvankelijke samenleving van bijen en mensen waaruit heel speciale gewoonten ontstaan, zoals het zingen voor de bijen als dank voor alles wat zij voor ons doen. Maar door de voortschrijdende ontwikkeling en veranderende interesses komen de mensen steeds verder van de natuur af te staan; zij begrijpen de taal van de bijen niet



meer en vergeten voor hen te zingen en hen te bedanken – met alle gevolgen van dien.

In een droom wordt Jessica, het dochtertje van een imker, door een zwerm bijen uitgenodigd om mee te gaan naar een oude schuur waar zij hoort hoe een klein mannetje een lied voor de bijen zingt. De volgende ochtend gaat zij met haar vader naar de schuur en vindt daar een kistje dat gevuld is met bloemzaden. Ook schiet haar de melodie te binnen die zij 's nachts had gehoord, een lied dat de bijen heel zachtjes zoemend beantwoorden. De zaden worden gezaaid en na het uitkomen van de bloemen begint de tuin steeds meer te lijken op die ene tuin van lang geleden.

In dit verhaal, dat in vogelvlucht en in korte zinnen voor jonge kinderen de gang van de mensheid – van het verblijf in het paradijs tot nu – beschrijft, wordt over het belang van oog te hebben voor de noden van de natuur verteld. Maar niet alleen de natuur, ook de natuurwezens en het Hoogste Licht, zoals de godheid hier genoemd wordt, moeten weer een plaatsje in ons blikveld krijgen. Uit het nawoord voor volwassenen: 'Het lied uit Jessica's droom kan ons wakker maken voor de geheime relatie tussen mensen en natuur.'

Het bijenlied van Bert Voorhoeve is door Janneke Rosenbrand, die zich kort voor haar

overlijden intensief met dit verhaal bezighield, op muziek gezet en is te beluisteren via <https://www.uitgeverijaandetijd.nl/boeken/de-bijen-en-de-mensen>. Dit boek is een aanrader voor ouders en grootouders om kinderen cadeau te doen en voor te lezen.

Binnen groeien in Christus

The origins of the creed of the Christian Community - Its history and significance today

Peter Selg

Uitgeverij Floris Books 2019, 80p.

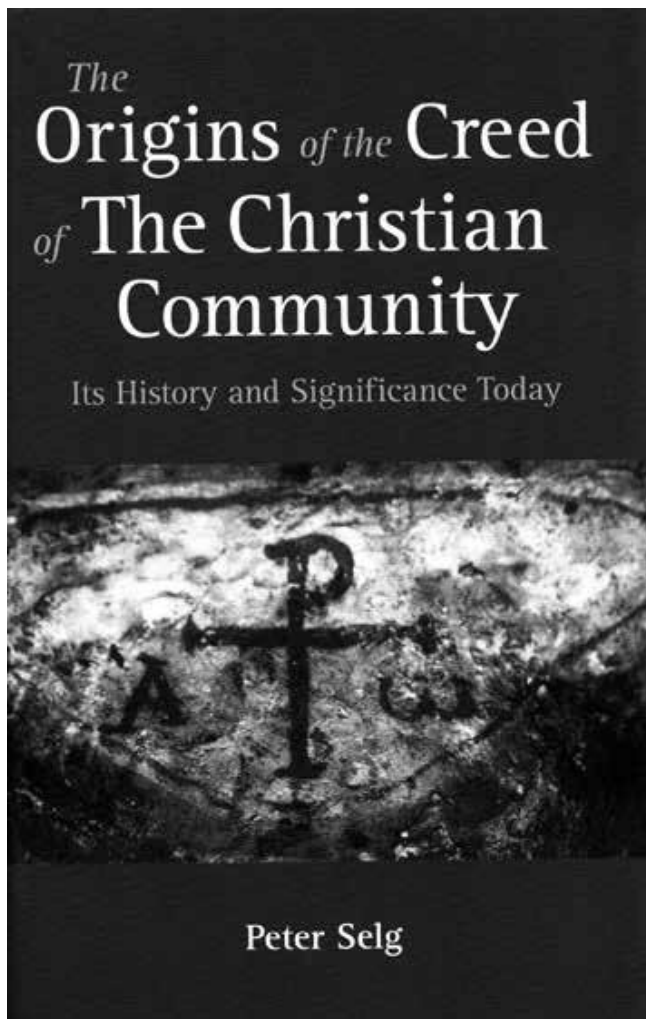
9,99 Engelse pond

door Judith Slokker (gemeente Alkmaar)

Honderd jaar nadat Rudolf Steiner een voordracht hield met de ongewone titel 'Antro-

posofie hindert niemands religieuze belijdenis', hield Peter Selg een voordracht over Rudolf Steiner en het credo van de mensenwijdingsdienst. Die lezing is uitgegeven in het Duits. Voor wie echter liever Engels leest, heeft Floris Books nu een Engelse vertaling uitgegeven. Bij deze vertaling zijn voor het overzicht hoofdstuktitels toegevoegd. Hierdoor is Selg in al zijn subtiliteit en zorgvuldigheid beter te volgen en kan de lezing ook in delen gelezen worden.

Selg beschrijft hoe Steiner antroposofie in eerste instantie verstond als iets dat voeding geeft aan religie in het algemeen, maar dat hij ook zag hoe het kerkelijke leven aan verval onderhevig was. In tweede instantie werd voor Steiner duidelijk dat de geestelijke wereld een vernieuwde vorm van de christelijke rituelen wilde en ondersteunde. Voor degenen die met vragen over het religieuze naar hem toe kwamen, sprak hij in oktober



1921 voor het eerst het credo, zoals wij dat kennen uit de mensenwijdingsdienst.

Selg staat stil bij deze voordracht. Hij vertelt dat Steiner zocht naar woorden die de geestelijk onaantastbare inhoud konden overbrengen; en dat dat moeilijk was, omdat onze huidige woorden niet meer levend verbonden zijn met hun inhoud. Dit credo vraagt van de toehoorder om dit levende proces zelf tot stand te brengen in het luisteren. Steiner was verrassend terughoudend over de woorden zoals hij die gaf. Wel drukte hij de priesters in spé op het hart zich te verdiepen in de achtergrond van het credo.

Verschillende priesters hebben zich verdiept in de wordingsgeschiedenis van het credo. Zij brachten het in verband met de belijdenis van Petrus in Mattheus 16:16-17. Ze ontdekten dat het credo oorspronkelijk een voorbereiding was op de volwassen doop. Het kreeg al vroeg een wat dogmatisch karakter in afgrenzing van het gnosticisme.

Keltische invloeden voegden er delen aan toe. Het kreeg een stabiele vorm met ritme en resonantie, terwijl het in het oosten meer stromend bleef, wat een vrijere ontwikkeling mogelijk maakte. Pas vanaf de elfde eeuw ging het deel uitmaken van de mis.

Maar meer nog dan dat dit boekje wetenswaardige feiten presenteert, neemt het de lezer mee in de diepte van de religieuze beleving. Zoals die was bij de oer-christenen, die het credo beleefden als een 'zegel van het hart' (Ambrosius), een beleving zoals die mogelijk is door het nieuwe credo. Steiner beschouwde het credo als essentie van kosmische wijsheid, kosmisch voelen en willen. Wie hierin tastend-voelend-begrijpend binnen groeit, groeit binnen in Christus. Dit laatste is voor de toekomst nodig om gemeenschappen van het 'ik' te kunnen vormen. Gemeenschappen waarin de kern van ons mensenwezen behouden kan blijven.

Aankondigingen

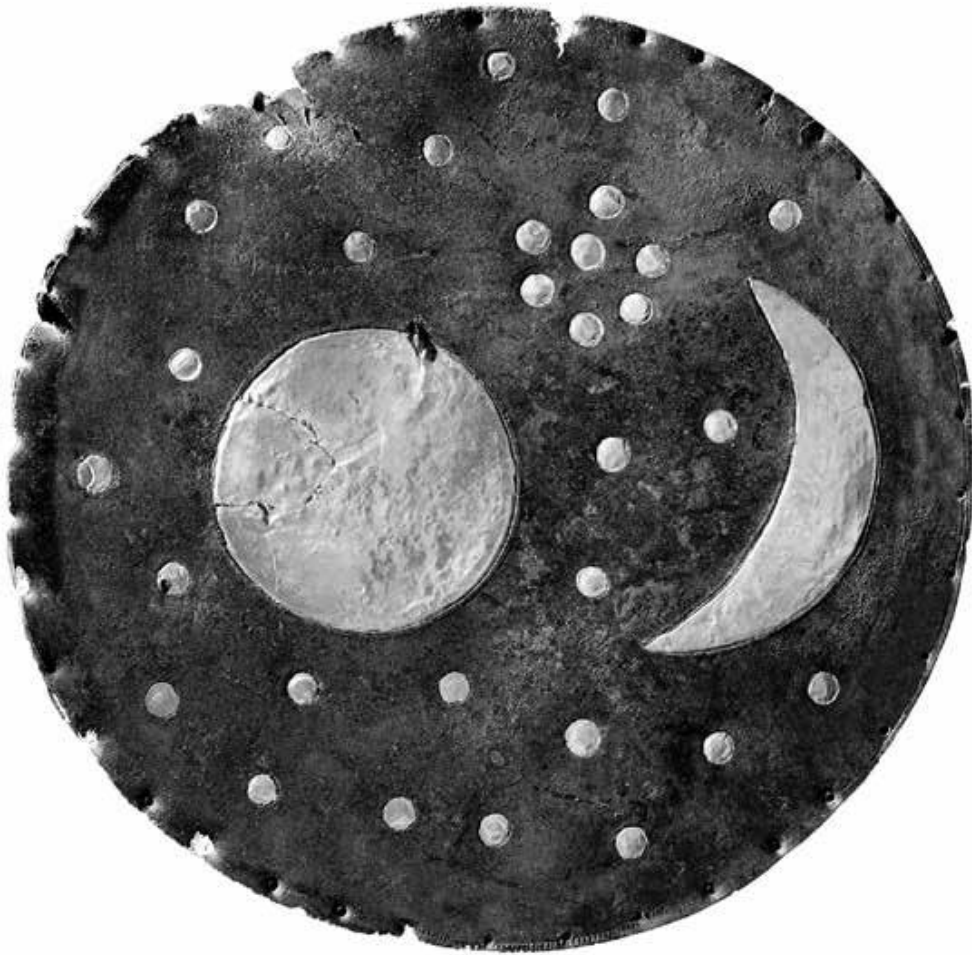
Sociaal werk in Zuid Amerika

Voor wie het gemist heeft: op zaterdag 13 juni is er een voorgenomen bezoek gepland van Andreas Loos, priester in de gemeente Cali, Colombia. Natuurlijk onder het voorbehoud waartoe deze onzekere tijden ons dwingen, wil het Latijns Amerika Hulpfonds toch iedereen in de Christengemeenschap uitnodigen voor een ochtend met Andreas Loos, op zaterdag 13 juni a.s. in de Rafaëlkerk, Van Tetslaan 4, 3707 VD Zeist. Om 10.00 uur mensenwijdingsdienst in het Spaans, daarna koffie en gesprek over zijn sociale werk, uniek in de Christengemeenschap. Hij schrijft erover in *Die Christengemeinschaft*, maar wij hebben de mogelijkheid hem live te bevragen! Als hij komt, en als ú komt. Te zijner tijd staat er de actuele informatie op de website van de Christenge-

meenschap Zeist: www.zeist.christengemeenschap.nl en klik dan op 'berichten'. Tot ziens in betere tijden! Namens het LAHF, Renée de Monchy.

Zomercursus 'Mens-kosmos'

Hoe verhoudt de mens zich tot het grotere geheel? Vanaf het oerbegin richtte de mens zich naar de hemel, naar de sterrenwereld die in de loop van het zonnejaar aan ons voorbijtrekt. In deze hemelse ordening bewegen de planeten, elk met een eigen gang. Venus toont zich steeds volledig anders dan Jupiter. Hoe verhoudt de mens zich tot deze alomvattende hemelse ordening en hoe verhoudt deze ordening zich tot de mens en zijn organen? Met Liesbeth Bisterbosch (sterrenkundige), José Vlaar (euritmiste), Marion van Bree (arts) en Ardan Heerkens (priester) gaan



we samen de weg die inzicht geeft op deze vraag.

De zomercursus gaat van start op woensdag 8 juli om 20.00 uur en is vervolgens van donderdag 9 tot zaterdag 11 juli van 10.00 tot 16.00 uur. Op donderdag 9 juli is er voorafgaand aan de cursus een mensenwijdingsdienst om 10.00 uur. Plaats: Andrieskerk, A.J. Ernststraat 869, 1081 HL Amsterdam. Lunchpakket zelf meebrengen, voor koffie en thee wordt gezorgd. Optioneel: samen op de parkeerplaats van Artis kijken naar het planetenpaar Jupiter en Saturnus en de sterren (9 en 10 juli vanaf 22.00 uur). Aanmelden voor 1 juli bij Ardan Heerkens, tel. 020 3417631, e-mail ardan.heerkens@gmail.com. Kosten: vrijwillige bijdrage.

Landelijke ontmoetingsdag

De landelijke ontmoetingsdag voor leden en belangstellenden vindt dit jaar plaats op zaterdag 10 oktober in de Andrieskerk, A.J. Ernststraat 869 in Amsterdam. Als de pandemie voorbij is en alle beperkingen om in elkaars nabijheid te verkeren weer zijn opgeheven zal het een vreugde zijn om elkaar te ontmoeten en samen te luisteren, te praten, te zingen. Om een bekend vrijeschoollied te parafraseren zullen we dan weer uit vele richtingen komen en ons voelen opgenomen in liefdevol verbonden zijn. Zet de datum alvast in uw agenda, zoals gebruikelijk maken we het programma eind augustus bekend via affiches, flyers en de website.

Ellis Booi, secretaris landelijk bestuur

Gestorvenen

De gestorvenen, zoals zij vermeld staan in de gemeenteberichten, worden genoemd onder die gemeente(n) waar de uitvaart en de dienst voor de overledene hebben plaatsgevonden.

Amsterdam

Maria (Rietie) van de Rijt

* 8 november 1939 - † 4 februari 2020

Rudolf Simon Willem Roggekamp

* 10 februari 1934 - † 20 februari 2020

Den Haag

Johannes Kelderman

* 11 februari 1924 - † 20 december 2019

Leiden

Helena Petra Jacoba Maria van Loon

* 14 december 1956 - † 5 januari 2020

Rotterdam

Henk de Bruijn

* 18 november 1937 - † 13 december 2019

Rotterdam

Maria Carlier

* 2 februari 1943 - † 17 januari 2020

Zeist

Odo Marius van der Duijs

* 21 november 1932 - † 23 januari 2020

Cornelis Maria Beumer

* 2 januari 1934 - † 5 maart 2020

Wouter Joannes de Gans

* 5 maart 1946 - † 10 maart 2020

Albertus Simon Smit

* 1 augustus 1949 - † 11 maart 2020

Zutphen

Ellen Brüll-Clotscher

* 6 juni 1927 - † 16 februari 2020

Vooruitblik Michaëlnummer (verschijnt 15 augustus)

Thema: Vrijheid. Over vrijheid als je te maken hebt met een handicap, vrijheid in de gevangenis en in gemeenschapsvorming. In de rubriek 'Op de groei' een bijdrage over 'Nee zeggen' in de kleuterfase. Voorts een artikel voor de Michaëltijd over de vrije kracht in het hart van de mens.

Pentagondodecaëder als urn



leverbaar in: - koper

- cellulose karton

eco

- hout

eco

- witte klei (biscuit gebrand)

eco

inhoud : 0,1 - 0,9 - 3,0 - 5,5 en 7,0 liter

informatie : **Peik Pietersma** 06 107 38 449

info@penta-urn.nl

www.penta-urn.nl

alleen levering aan particulieren

Over de epistels in de Mensenwijdingsdienst



In de mensenwijdingsdienst van de Christengemeenschap worden gedurende de negen feesttijden en de tussenliggende trinitarische tijden bijzondere gebeden uitgesproken: epistels genoemd. Dit boek geeft aanknopingspunten om tot een dieper begrip van deze gebeden te komen. Het helpt daarbij om het lezen af te wisselen met het bijwonen van de dienst. Cultusteksten moeten immers gehoord en in levendige uitvoering beleefd worden. Bij het beleven van de cultus behoort de stemming en alles wat in het voltrekken gebeurt: de ruimte met het beeld en het altaar, de kleuren en gewaden, ook de wierook, de ministranten enz.

Auteur: Hans-Werner Schroeder
Prijs: € 14,00 (excl. verzendkosten)

Water en land

Zeven bijbelse motieven met gekleurde sculpturen in rondhout



Water en de omgang ermee is in ons laaggelegen land aan de zee onverminderd een onderwerp van vitaal belang. In het religieuze leven ontplooit het water zijn geestelijke waarden. Liturgisch gezien heeft het letterlijk een omvattende betekenis: het wordt het eerst gebruikt bij de doop en het laatst bij een uitvaart. Siegwart Knijpenga is de waarden van water en land in de bijbel nagegaan, te beginnen bij het scheppingsverhaal. Hij heeft zeven kernmotieven met eigen woorden opnieuw beschreven en op zijn werkbank in houtsnijwerk vorm en kleur gegeven.

Siegwart Knijpenga

Prijs: € 7,00 (excl. verzendkosten)

***Beide boeken zijn te bestellen bij Uitgeverij Aan de Tijd
(www.uitgeverijaandetijd.nl)***

Voorneveld uitvaartzorg

Kantoor: Laan van Beek en Royen 14 3701 AH Zeist
Telefoon: 030 - 69 14 620 (dag en nacht)
Internet: www.vorneveld-uitvaartzorg.nl
Regio: Utrecht - Hilversum - Amersfoort - Heuvelrug



4 generaties in uitvaartzorg sinds 1902

Immanuel Baan Uitvaartbegeleiding



met liefdevolle aandacht

t: 033 369 0021

m: 06 1288 3557

Met liefdevolle aandacht begeleid ik de naasten rond het overlijden van hun dierbare.

Wilt u zich oriënteren op uw eigen uitvaart of die van uw naaste? In een eerste kennismaking kunnen we uw wensen bespreken en kan ik de verschillende mogelijkheden aan u voorleggen.

Ik ben werkzaam in de regio midden Nederland.

Bij een overlijden kunt u mij 24 uur per dag bellen.

www.immanuelbaan.nl



Antroposofie - Christologie
Pedagogie - Kinderboeken
Natuurzuivere onderkleding
in wol, zijde en katoen
Houten speelgoed

Verzending wereldwijd

De Zaailing, Ruysdaelstraat 21-23, 1071 WZ
Amsterdam T 020-6793817 F 020-6756697
zaailingamsterdam@gmail.com www.zaailing.nl



Antroposofie, opvoeding,
gezondheid, religie, esoterie en
nog veel meer
Duurzaam speelgoed en
verantwoorde handwerkmaterialen
Rijke kaartencollectie:
meer dan 5000 kaarten

de Boekerij
Nieuwstad 55
7201 NL Zutphen
0575 - 515212

sinds 1982
www.deboekerijzutphen.nl