

ALV en nascholing 11 oktober 2025



Maike opent de vergadering met een symbolisch beeld van **Ridder Joris en de draak in de kunst**, passend bij de tijd van Michaël. Het thema van deze periode – het overwinnen van grote of kleine innerlijke uitdagingen – vormt een mooie aanleiding voor bezinning. Wat wil je achter je laten? Waar is het tijd voor iets nieuws? De winter nodigt uit tot inkeer. De ALV vindt plaats in een sfeervolle ruimte van de **Stadsboerderij Almere**, waar op de achtergrond gezellige marktgeluiden klinken. De agenda wordt doorgenomen; er zijn weinig opmerkingen of aanvullingen.



Afscheid van Jeanette

We nemen op een mooie manier afscheid van Jeanette, ze was jarenlang de stille kracht in het bestuur. Ze stond bekend om haar zorgvuldige overwegingen en de gewoonte om “een nachtje te slapen” over moeilijke vraagstukken. Als dank ontving zij een praktische en symbolische herinnering: een “Microplane rasp en een bijenwas kaars” voor het komende winterseizoen. Wij zijn blij dat Simone Pieterse het bestuur wil komen versterken.

Afscheid Marieke

Marieke heeft 2 jaar een positieve bijdrage geleverd in de nascholingscommissie en wil het stokje overdragen. Manon Roovers is bereid om het over te nemen. Heel fijn. Marieke krijgt wat eetbare tuinplanten van Kraaybeek waarmee ze haar nieuwe hobby meer vorm kan geven.

Deel 2 – De IK-kracht van de vereniging

Onder leiding van Susanne werkten we verder aan het thema van de IK-kracht, als vervolg op het lustrum. We bespreken het wapenschild van de vereniging, opgebouwd uit vier kernonderdelen.



Alle aanwezigen hebben actief samengewerkt om in woorden én gevoel uit te drukken wat onze vereniging uniek maakt. Begrippen als voedingsbodem, natuurvoeding, levenskracht en holistisch denken vormen een rode draad van de gesprekken. Er wordt nagedacht over een passende lijfspreuk, die nog open staat voor invulling.

Lunch

De kok van de stadsboerderij – tevens ecooloog – verzorgde een voedzame, seizoensgebonden lunch bereid met aandacht en liefde bereid.

Lezing van René Groenen “Wat ons Voedt”



De middag werd vervolgd met een inspirerend verhaal door René, voormalig biologisch-dynamisch boer op de Beukenhof in Breda – een van de eerste zorgboerderijen in Nederland. Sinds zijn veertigste houdt René zich intensief bezig met groenterassen en zaden. Samen met meerdere gezinnen richtte hij een gemengd landbouwbedrijf op, met melkvee en een groenteabonnementen systeem. Hij verwees onder andere naar filosoof Paul Kingsnorth en diens ideeën uit zijn boek *against the machine*. De moderne mens is vervreemd geraakt van de natuur. Werkelijke duurzaamheid vraagt om het opnieuw ervaren van de aarde als een levend bezielde wezen.

René pleitte, net als Steiner, voor het groeien van échte voeding: niet simpelweg “maagvulling”, maar voedsel dat het lichaam als zodanig herkent en daadwerkelijk voedt.

Met poëtische beelden illustreerde hij dit:

- De **brandnetel** helpt wanorde om te zetten in orde.
- Bij een **dahlia** is de vreugde al zichtbaar – maar is die vreugde van de bloem of van jou?

Over levenskrachten

René sprak over levenskrachten, die lastig onder woorden te brengen zijn. Ze zijn dienend, altijd aanwezig, maar niet tastbaar. Het zijn de etherkrachten die als voertuig dienen voor uiting van het wezenlijke. Om levenskrachten waar te nemen – bijvoorbeeld in een wortel – is innerlijke stilte nodig. René moedigde ons aan tot een meditatieve benadering:

Neem een stukje wortel in de hand of mond en wees stil. In deze stilte kun je met je zielenruimte de levenskracht ervaren. De uitdaging ligt in het vasthouden van die innerlijke rust, onder alle omstandigheden.

We sloten deze ervaring af, door staand in een kring, gezamenlijk de levenskrachten te ervaren van:

- Water met bergkristal en rozenkwarts
- Wortel, sla en pompoen

De ruimte vulde zich voelbaar met een meditatieve energie.