

**CONTACTBLAD VAN DE GRAALBEWEGING
NEDERLAND**
verschijnt 4 x per jaar

34e jaargang - nr. 4
December 2018



Redactie

AnnA Alberts - Amber Coomans - Margreet van Leeuwen
Elly van Leeuwen-Aarsman - Marthe Link

Vormgeving

Catharien Kosian

Vaste medewerkster rubriek Graalkorrels

Didine Petit

Secretariaat & Redactie & Kopij

Elly van Leeuwen - Aarsman
Bernard Zweersstraat 148
1443 TJ Purmerend
Tel. 0299-43.84.73
E-mail ellyvanleeuwen@hetnet.nl

Administratie (adreswijzigingen & abonnementen)

Secretariaat Graalbeweging
Nieuwegracht 51 3512 LE Utrecht
Tel. 030-233.36.40
E-mail degraal@planet.nl

Abonnement

€ 15, - (meer mag ook) per jaar. Bedrag overmaken op IBAN rekening
NL93 INGB 0000 65 62 97 t.n.v. Stichting De Graal, Utrecht.

ISSN 1878 - 1616 (Intergraal is per 28 mei 2008 geregistreerd als een
periodieke publicatie en voorzien van genoemd ISSN nummer).

**Uiterste datum binnenkomst kopij voor het volgende nummer:
21 maart 2019**

INHOUDSOPGAVE	
JAARTHEMA: DROMEN	
'Ik heb een droom'	4
Dichters zijn dromers	5
GRAALNIEUWS	
In Memoriam Mieneke Hage	7
In Memoriam Carol White	9
VERSLAGEN	
Een gelukke mislukking	10
1001 Vrouwen in de 20 Eeuw – ons bezoek aan de tentoonstelling	12
Alle heiligen	14
Tijd en eeuwigheid	15
Workshop: Gedichten schrijven met Marthe Link	18
Workshop participatief drama	19
Creatieve workshop	20
Verslag van 3 november 2018	20
Een korreltje CSW twee	21
INGEZONDEN	
Lucia Rijker n.a.v. de 2e Graallezing	22
Een persoonlijke impressie	22
Werken met Rinpoche	23
Feest van de heilige Nicolaas	25
RUBRIEKEN	
Graalkorrels	26
Boekenhoekje	27
Voor Joseph en zijn broer	27
Voedselhoekje	28
De redactie van Intergraal wenst iedereen	30
Redactionele Richtlijnen	31

JAARTHEMA: DROMEN

'Ik heb een droom'

Een bewerking van Margreet van Leeuwen

De tekst is opgetekend door Noor Hellman, op basis van een interview met Karin van den Broeke. Gepubliceerd in de bijlage 'Letter & Geest', van Trouw (16-06-'18).

Mij raakte de tekst en tevens leek mij deze inspirerend genoeg om te bewerken en zo met jullie te delen.

Over een droom van Karin van den Broeke (1963), die de ondertitel meekreeg: 'Een spiegel die me helpt'. Karin is preses geweest van de Generale Synode van de Protestantse kerk. Sinds kort is zij de nieuwe voorzitter van het Nederlands Bijbelgenootschap.

Ook in de Bijbel zijn dromen opgetekend. Vaak brengen ze op deze wijze een boodschap over van God. Denk bijvoorbeeld aan de wijze mannen uit het Oosten, op reis gegaan om het te kind te eren, van wie zij de ster hadden gezien (Mattheüs 2, 1-12). Door koning Herodes waren zij ontboden, om hem te informeren over deze ster van de koning van de Joden. Herodes droeg hen op bij hem terug te komen. Graag wilde hij weten waar in Betlehem zij het kind hadden gevonden.

's Nachts kregen de wijze mannen een droom. God waarschuwde hen niet terug te gaan naar Herodes. Zo keerden zij terug langs een andere weg. Denk, wat andere bijbel verhalen betreft over dromen, ook aan de voorspellende dromen die Jozef had. Jozef, die tevens dromen kon uitleggen.

Voor Karin geldt niet dat zij in haar dromen in contact treedt met God. Tegenwoordig heeft zij de ervaring dat deze voor een zekere innerlijke onrust staan. Zoals dat zij wakker zou moet worden, om aan de slag te gaan. Hiervan een voorbeeld: 'Ik kom in de kerk en ontdek dat ik m'n preek niet bij me heb'. Zoiets herken ik wel. Ik droomde eens dat ik vergeten was m'n smartphone uit te doen. Natuurlijk ging die net af in de kerkdienst, waar ik ouderling van dienst was en de dominee zijn preek hield. Sinds deze droom ga ik zonder mobiel naar de kerk.

Karin's droom. Tijdens haar studie las zij van Emmanuel Levinas, 'Het menselijk gelaat'. De grondgedachte van zijn boek: 'wie een ander écht in het gezicht ziet, kan die ander niets slechts toewensen'. 's Nachts droomde zij van een soort laatste oordeel. Sommigen gingen naar de hemel, anderen naar de hel. Karin realiseerde zich dat mensen van haar eigen netwerk allemaal de goede

weg gingen. Was er dan niemand die zij naar de hel zou wensen? Toch wel. Er kwam een beeld in haar op van één persoon. Zij realiseerde zich dat zij deze mens nooit recht in het gezicht had gekeken. Dit beseffend, is zij gaan investeren in deze relatie en is het tussen hen weer goed gekomen.

Misschien herkennen wij iets in deze droom? Soms is het inderdaad een kwestie van zoeken in het contact met een medemens. Een droom kan fungeren zoals een bijbelverhaal dat doet, volgens Karin 'als een spiegel, die zichtbaarheid, barmhartigheid en liefde naar mezelf en de wereld te kijken'. Dat kunnen bijbelverhalen in mensen oproepen. Hierbij kunnen we ook denken aan gelijkenissen, die Jezus vertelde tijdens zijn rondgang op aarde. Met de bedoeling verteld, om in het eigen innerlijk te kunnen kijken, als een spiegel.

Het interview wordt afgesloten met het voorbeeld van het verhaal over Zacheüs, tollenaar en klein van stuk, die in een vijgenboom was geklommen om Jezus aan te zien komen. Door Jezus wordt deze man genoemd bij zijn naam. "Zacheüs, kom snel naar beneden! Want ik kom bij jou logeren". (Bijbel in gewone taal, 2014)

Voor Karin is dit een spiegelverhaal. God kijkt verder dan slechts de oppervlakkige buitenkant en wij worden opgeroepen om dit ook te doen.

Dichters zijn dromers

Marthe Link

En dat zijn niet altijd mooie dromen, getuige de sombere constatering van onze dichter J.C. Bloem, die schreef aan het eind van een somber najaarsgedicht :

'Altijd November, altijd regen,
altijd dit kille hart, altijd!'

Maar Bloem schreef ook de onsterfelijke regel: 'Domweg gelukkig in de Dapperstraat'. Dus met die somberheid viel het ook wel weer mee.

Deze novembermaand geeft tot nu toe geen reden voor een kil hart, integendeel. Ik maakte een lange wandeling door een loofbos en genoot van de kleurenpracht, nog verinnigd door een laagstaande zon. Goud, roodkoper, zilverig en alle schakeringen daar tussen. En als vanzelf mompelde ik de regels van de dichteres Jacqueline E. van der Waals:

“Waar gouden de portalen zijn
hoe zullen daar de zalen zijn.”

Regels die ik van mijn moeder leerde en nooit vergeten ben. Later las ik het hele gedicht van Jacqueline v.d. Waals; ze is een beetje een vergeten dichter, ze leefde rond de eeuwwisseling 1800-1900 en is jong gestorven. Soms voel ik de behoefte iets van haar opnieuw te lezen, maar hier citeer ik uit mijn hoofd. Haar poëzie is lyrisch, ze wordt gerekend tot één van de mystici onder de dichters. Dat geldt ook voor het gedicht, waaruit ik citeerde, het is een lang gedicht en ze besluit met een bijna herhaling van die eerdere regels:

‘O, als van goud de gangen zijn,
hoe groot moet mijn verlangen zijn
de zalen in te gaan.’

Wist ze toen al van de fatale diagnose maagkanker? En vertrouw ik zelf die hemelse schoonheid, later, na mijn dood?

Hoewel ze tegenwoordig een vergeten dichteres is, vind ik haar lyriek nog steeds mooi: vloeiend en heel poëtisch. Het zijn vaak lange en trage verzen, veelal gebaseerd op de natuur. Kort nadat ze wist, dat ze niet lang meer te leven had, schreef ze een lang gedicht, waarin de Dood haar, namens zijn Zender moet zeggen dat hij haar spoedig zal komen halen en hij betreurt dat, maar de dichteres antwoordt, dat wie van Godswege komt, bij haar welkom is. Aan het eind van dit bezoek begeleidt ze de Dood naar het tuinhek en teruglopend naar haar huis, schrijft ze:

‘Ik sprak niet “Goede Dood, ik sprak niet Boze’,
maar het dennenbosje geurde, en de rozen...
en ik had het leven nooit zo liefgehad.’



Als deze ‘Intergraal’ in de bus valt, is het Advent en daarom besluit ik met een Advent-gedicht van Ivo de Wijs:
Bethlehem, de ‘Stad van Vrede’ is nog steeds niet in zicht; en al kennen wij het verhaal en weten we van de aankomst en de geboorte van het Kind, verwijl met de dichter nog even bij die lange weg naar die Vrede-stad :

Onderweg

*Een man en vrouw gaan langs de wegen
de lucht is koud, de wind zit tegen,
geen Dickens-sfeer, geen welbehagen
en af en toe hoor je haar vragen
met zachte stem:*

*Is het nog ver naar Bethlehem?
Ja, 't is nog ver naar Bethlehem.*

*Opnieuw een jaar van vluchtelingen
die schamel langs de wegen gingen
opnieuw een jaar van oorlogsrampen
van hongersnoden en van kampen
en Requiem*

*Is het nog ver naar Bethlehem?
Ja, 't is nog ver naar Bethlehem.*

*Van de verloren Hof van Eden
naar de onmogelijke vrede
zo trekt de mens over de wegen
en soms komt hij die ezel tegen
met haar en hem*

Is het nog ver naar Bethlehem?

Ja

Ja

't Is nog heel ver naar Bethlehem.



Ik wens iedereen een hoopvolle Advent en een fijne Kerst.

GRAALNIEUWS

In Memoriam Mieneke Hage

Christa Anbeek

Namens de Nederlandse Graalbeweging mag ik hier kort iets zeggen

Mieneke Hage, geboren op 16 oktober 1949 en overleden vorige week vrijdag 14 september 2018. Zij was: bescheiden, praktisch, een doorpakker, intelligent. Had een grote liefde voor de Engelse taal, liefde voor boeken, liefde voor



cijfers. Ze was solidair, humoristisch en had ook iets mysterieus, vooral als het om haarzelf ging. Je kende haar nooit helemaal en zij hield er niet van als de aandacht te veel naar haar eigen persoon uitging.

Juist daardoor was zij een venster. Door naar haar te kijken kreeg je zicht op iets anders, iets dat voorbij haar wees, iets groter dan zichzelf.

Inzet voor vrouwen wereldwijd – over grenzen van culturen en religies heen zorgen dat vrouwen en kinderen tot hun recht kunnen komen.

Ook inzet voor vrouwen dichtbij, bij ons in De Graal. Verbinding creëren, zorgen dat de sfeer prettig en licht is, moeilijke complexe cijfers voor iedereen toegankelijk maken, en ervoor

zorgen dat die cijfers tot in detail kloppen.

Ook hier in de Lokhorstkerk zorgde zij voor verbinding. Steevast als ik hier moest zijn voor een lezing of viering was zij er ook – en voelde ik mij trotse Graalvrouw en remonstrants hoogleraar tegelijk. Zij was overigens de eerste vrijzinnige protestant die toetrad tot de Graal en effende zo de weg voor anderen.

Het heengaan van Mieneke is voor de Graal een groot verlies. Steeds brozer en kwetsbaarder wordt de kleine Nederlandse kring. Toch geven wij ons hopen, geloven en liefhebben niet op – het gaat niet om onszelf, maar om waarvoor wij staan. Mieneke heeft als een venster ons steeds belangrijke vergezichten laten zien. Vergezichten die voor ons verbonden zijn met geloof in de Oneindige. Door haar te gedenken, houden wij onze blik scherp. Dank je wel Mieneke!

Ik lees in herinnering aan haar het gedicht NAAR U van Ida Gerhardt

Naar U

*Dit is de eerste schuchtere groei,
een zich ontplooien naar het licht.
Eéns is van liefde en geduld
de tijd vervuld,
dan staat mijn stille tuin in bloei.*

*Elk aandachtig bloemgezicht
is toegericht
naar u.*

Naschrift Redactie Intergraal

Wie de teksten bij de uitvaart van Mieneke: van haar broer Aad, ds. Sonja van der Meulen of Maria Carlos Ramos na wil lezen kan die bij Elly van Leeuwen opvragen.

In Memoriam Carol White

Didine Petit, namens de Nederlands Graalbeweging

Beste Graalvrouwen, vrienden en vriendinnen van Carol,

Zoals eerder door Hilde Debacker aangekondigd, geven we jullie nu meer nieuws na het overlijden van Carol White. Zij is Graallid geworden in de Verenigde Staten van Amerika, maar heeft ook sinds 1982 meerdere jaren geleefd en gewerkt op de Tiltenberg in Nederland. Samen met Mimi Maréchal ontwikkelde zij er creatieve programma's o.a. over Feministische Spiritualiteit en de Graalmythe. Na haar pensioen is ze verhuisd naar Dublin in Ierland om haar 'roots' te zoeken, de Keltische spiritualiteit uit te diepen en nieuwe spiritualiteitgroepen voor vrouwen te begeleiden. Zij nam ook deel aan



de planning van de Europese Graalbijeenkomsten van 2010 en 2015. Geleidelijk aan kreeg ze echter ernstige gezondheidsproblemen, waardoor ze moeilijk kon reizen en zo moest ze haar bijdragen aan de Europese Graal beperken tot het optimaliseren van onze Engelstalige teksten. Carol bleef de behandeling van haar ziekten met veel moed aanpakken, ook al ervoer ze meer en meer comfortverlies. Drie dagen vóór haar overlijden kon ze overgebracht worden naar een 'hospice', waar ze uitstekende palliatieve zorgen kreeg en waar ze op 2 oktober 2018 met goede pijnbestrijding en enige sedatie vredig overleden is op 79-jarige leeftijd.

Mary Gene Devlin, een goede vriendin uit de Verenigd Staten, die de laatste weken bij Carol in Dublin verbleef, heeft gemeld dat Carol uitdrukkelijk gevraagd had om geen formele uitvaartplechtigheid voor haar te organiseren. Zij

wordt gecremeerd en de helft van haar as zal verspreid worden in de Oceaan bij Ierland en de andere helft in de Oceaan bij de Verenigde Staten. Op 20 oktober 2018 zal in Dublin een eenvoudige herdenking plaats hebben met muziek en gedichten in de woonkamer van een van haar vriendinnen voor haar zus Kathleen, haar broer Tom, Mary Gene en Carol's lokale spiritualiteitsgroep. Carol hield veel van bloemen en de Nederlandse Graal zal dus bloemen sturen voor deze herdenking.

Op 6 oktober hebben we tijdens het eerder geplande jaarlijks bezinningsweekend van de Nederlandse Graal ook een informele herdenking van Carol kunnen houden. Hier kwam tot uiting dat ze heel authentiek leefde. Ze had een clownsopleiding gevolgd en kon hiermee schaterlach en tranen uitlokken. Carol was eerlijk op een assertieve manier. Ze had aandacht voor anderen en ging zorgvuldig met hen om. Ze was in staat om de juiste vragen op het juiste moment te stellen. Carol moedigde ons aan om onze dromen waar te maken en introduceerde weer het vieren van onze 'commitments' in de Graal. Zij inspireerde ons met de Graalmythe. Ze kon geven en dankbaar ontvangen, wat ook een kenmerk is van dit verhaal!

We blijven Carol dankbaar voor wat ze voor ons betekend heeft en leven mee met haar familie, de Graal in de Verenigde Staten en al haar vrienden en vriendinnen in verschillende landen.

VERSLAGEN

Een gelukte mislukking

Ine van Emmerik

Op een zonnige oktoberdag ontmoeten Gezien en ik elkaar in Amsterdam op het Spui, vlakbij de Oude Lutherse kerk. Zoetjesaan kwam daar een vrolijke stroom van mensen in hun beste goed op gang. Ook Gezien en ik hadden ons best gedaan. De aanleiding? Het boek 1001 vrouwen van de 20e eeuw zou worden gepresenteerd, aan de koning worden aangeboden maar liefst. Grappig wat zo'n koning teweeg brengt, iedereen springt een beetje in de houding en tegelijkertijd hangt er wat feestelijks in de lucht.

Gezien en ik keken terug. Het was ruim drie jaar geleden dat Els in het Graalhuis een lezing gaf over haar project. De dikke pil met 1001 vrouwen uit de Nederlandse geschiedenis was al even uit, we waren eerder naar de tentoonstelling geweest en nu was ze bezig met een nieuw project: nog zo'n bundel

met 1001 vrouwen, maar dan alleen van de 20e eeuw. Dus ze was niet alleen op zoek naar vrouwelijke schrijvers en vrouwen om over te schrijven, maar natuurlijk ook naar sponsors. Ze was aangenaam verrast toen wij haar aan het eind van de lezing een concrete donatie konden doen. “Jullie steun gaf me zo’n oppepper”, zei ze vrolijk tegen mij toen wij haar na de presentatie feliciteerden. Dit alles leidde ertoe dat er twee Graalvrouwen in het boek zijn opgenomen: Lydwine van Kersbergen en Mimi Maréchal.

Het was een formele bijeenkomst, daar in de Oude Lutherse Kerk. De hele zaal stond op toen de koning, vergezeld door burgermeester Femke Halsema, binnen kwam. Maar er hing ook die sfeer die er altijd was tijdens de fundraising-bijeenkomsten in de Rode Hoed, van zelfbewuste vrolijkheid en inspiratie, waar dochters en moeders en grootmoeders zich thuis kunnen voelen. Er waren mooie toespraken, van de voorzitter van de Tweede Kamer Kadijah Arib en van Els Kloek zelf. Els Kloek vertelde hoe dit gelukt project het resultaat was van een mislukking. Ze werkte aan een boek met de geschiedenis van de Middeleeuwen tot nu toe, gewoon een geschiedenishandboek maar dan met vrouwen op de voorgrond. Ze wilde de rol van vrouwen in de geschiedenis recht doen. Maar dat was te hoog gegrepen, ze liep er in vast. En toen ontstond op internet het Digitaal Vrouwenlexicon van Nederland en daaruit weer de twee dikke boeken. “Laat je dus niet uit het veld slaan door een mislukking, je weet niet wat er uit voort kan komen”, zei ze. Ze eindigde haar verhaal glunderend: “Ik sta hier naast mijn schoenen van trots.” Het was haar van harte gegund, want ze bracht niet alleen mooie boeken tot stand, ze deed dat in een vrolijke en productieve samenwerking met talloze andere vrouwen die haar steunden. Ze herkenden elkaar in het streven om verhalen van vrouwen zichtbaar te maken, want die zijn de moeite van het kennen en herinneren waard.



Dat zegt ze Els ook letterlijk in een interview: “Ik laat zien hoeveel vrouwen de moeite van het kennen en herinneren waard zijn; niet meer en niet minder”. (VK 10-10-2018). In die verhalen wordt de voor- en de achterkant van de geschiedenis verteld. Het maakt 1001 vrouwen een waarlijk feministisch project. Wat is feminisme? Els Kloek: “dat vrouwen zichzelf moeten kunnen zijn,

zelf hun weg moeten kunnen kiezen en zichzelf moeten kunnen ontplooiën. Het wordt allemaal zo vóórgezegd: als jij geen goeie positie hebt bereikt, dan is het je eigen schuld. Maatschappelijk gezien is mannelijk gedrag nog altijd dominant.” Het doet me denken aan wat Tine Halkes mij ooit heeft ingeprent: feminisme is cultuurkritiek. Met andere woorden: neem niet voor zoete koek aan wat de overheersende meningen zijn, vorm je eigen standpunt. En weet dat je veel geestverwanten hebt.

1001 Vrouwen in de 20 Eeuw – ons bezoek aan de tentoonstelling

Chris de Leeuw

Vol verwachting zaten we zaterdag 15 november in Museumcafé Mokum in Amsterdam met een achttal vrouwen te wachten op Els Kloek, de samensteller van het boek, die ons een rondleiding ging geven. Het café was vol rumoer en dus gingen we na een voorstellingsrondje vlug naar de tentoonstelling. De enthousiaste uitleg van Els over het ontstaan en over de opzet van boek en tentoonstelling gaf een inzicht van àl het werk dat er aan vooraf gegaan was – dat was boeiend en hadden we nooit zomaar kunnen ontdekken als ‘bezoeker’. Natuurlijk waren we ook nieuwsgierig naar de portretten van onze twee Graalvrouwen: Lydwine van Kersbergen en Mimi Maréchal.

Els ging uit van het geboortjaar en kwam zo tot 5 periodes, die zij een specifiek kenmerk gaf:

- Geboren voor 1870: de tijd van de pioniersters, vrouwen die demonstreerden voor rechten voor de vrouw, bijv. kiesrecht voor vrouwen, of Aletta Jacobs die vond dat vrouwen ook mochten studeren en zo de eerste student werd. Op de muur stond een hartenkreet van Corlien Zwaardemaker: “Och, was ik maar een jongen, dan kon ik ook studeren als mijn broer en dominee worden!”
- Geboren tussen 1870 en 1889: vrouwen aan het werk, op zoek naar een nieuw beroep dat vroeger alleen voor mannen open stond, duidelijke strepen op de grond gaven aan wanneer een vrouw ‘de eerste’ vrouw in een bepaald beroep was en er waren heel veel strepen, bijv. Suze Groeneweg die het eerste vrouwelijke lid van de Tweede Kamer werd en Maria Montessori die met haar nieuwe onderwijsmethode tot nieuwe scholen inspireerde.
- Geboren tussen 1890 en 1909: vrouwen op zoek naar nieuwe vormen, nieuwe vrijheden: daar vonden we Lydwine van Kersbergen tussen, die zoveel in haar Graalleven gepioneerd heeft en zoveel vrouwen geïnspireerd om een eigen weg te gaan. Margaret Kropholler de 1e vrouwelijke architect. En Jikke Gaastra de 1e vrouwelijke deelneemster aan de Elfstedentocht!

- Geboren tussen 1910 en 1929: de tijd van oorlog en wederopbouw waarin verzetsstrijdsters, slachtoffers van de oorlog en vrouwen die veel aan wederopbouw deden. De zusjes Gorter actief in het verzet, opgepakt en begin 1945 vermoord. Ook Marga Klompé staat in deze zaal, de 1e vrouwelijke Minister in Nederland, Minister van Maatschappelijk Werk die de Algemene Bijstandwet tot stand bracht. Ook namen die de ouderen onder ons zich zullen herinneren, als Hetty Blok, Majoor Bosshardt, Fanny Blankers-Koen.
- Geboren na 1930: de tijd van ‘alles moet anders’ – een veelheid van andere leefwijzen en ideeën. Ria Beckers 1e vrouwelijke lijsttrekker (PPR) en na de verkiezingen de 1e vrouwelijke fractievoorzitter in de Tweede Kamer. Mimi Maréchal die in Japan gefascineerd raakte door het Zenboeddhisme en op de Tiltenberg zich ontwikkelde als een belangrijke pleitbezorgster van zen-meditatie. Groot staat ook op de muur ‘Baas in eigen buik’, die slogan zullen velen van ons zich nog wel herinneren.

200 van de 1001 vrouwen staan op de tentoonstelling afgebeeld met een groot portret, waarboven in het kort iets staat over haar verdienste. Els Kloek heeft overal in het land gezocht naar voorwerpen van deze vrouwen – die staan in de talrijke vitrines in de zalen. Bij Lydwine vinden we een grote Graal-vlag, een foto van een van de Graalspelen in het Stadion en de tekst ‘Geloofd in vrouwelijk talent en de katholieke wereldbeker’. Van Mimi ligt er haar zen-kussen en haar boek ‘Eenvoudige wijsheid’. Er is zóveel meer boeiends en interessants te zien!

Na afloop vroeg Gezien ons op een van haar meegebrachte kaarten iets te schrijven aan een van de vrouwen. Iemand bedankte Aletta Jacobs voor haar keuze tot artsenstudie, Mimi voor het vestigen van Zenboeddhisme, de zusjes



Foto: Carla Poel

Gorter voor het benoemen van wat er is, en een ander wenste dat voor dezelfde zusjes hun dromen in het Oranje Hotel waarheid geworden zouden zijn, Ria Beckers werd bewonderd om haar integriteit. In Nederland hebben wij zoveel te danken aan de 1001 vrouwen!

De levensverhalen van de 1001 vrouwen staan niet alleen in het boek, volledig zijn zij te lezen op www.1001-vrouwen.nl/vrouwenlexicon, vrouwenlexicon nog een keer aanklikken, dan van A-Z en zo is iedere vrouw gemakkelijk te vinden. Waarschuwing: als je eenmaal begint.....

Dank je Els voor het boek en voor de rondleiding.



Alle heiligen

Gezien van der Leest

1 november - Allerheiligen – is een feestdag voor de Graalbeweging, want het is de stichtingsdag zevenennegentig jaar geleden.

Op de website van de KRO lees ik; ‘Op 1 november vereert de Katholieke Kerk van het Westen in één viering alle bekende en onbekende heiligen, of ze nu heilig verklaard zijn of niet’. Die onbekende heiligen, heilig verklaard of niet, die intrigeren mij. De heiligen worden niet altijd door iedereen herkend blijkbaar maar dan toch wel op Allerheiligen erkend. Er zijn meer heiligen dan je denkt. En waarom zou je er zelf niet een kunnen worden?

Misschien was dat ook de aansporing voor de jonge vrouwen in 1921 die zich aangetrokken voelden tot wat later de Graalbeweging werd: Word heilig! Gedraag je als een heilige... Wees een inspirerend voorbeeld voor anderen.

Vandaag de dag zouden we heiligen waarschijnlijk eerder helden noemen en ook bij de helden heb je bekende en onbekende helden. Mensen die even held worden omdat ze bijvoorbeeld een mens redden uit een brandend huis of mensen die ons direct in gedachten springen zoals Nelson Mandela, Oscar Romero of Martin Luther King. Even bekend en dan weer onbekend of blijvend bekend en soms heilig verklaard zoals Romero. Naar aanleiding van een nieuwe film over het leven van Nelson Mandela (2016) gaan veel recensies in kranten over de vraag ‘Was Mandela een heilige of niet?’ Zelf vond hij zichzelf een gewoon mens.

Maar juist die gewone mensen kunnen dus op Allerheiligen ook geëerd worden: bekend of onbekend, heilig verklaard of niet.

Mijmerend hierover loop ik door de tentoonstelling 1001 vrouwen in de 20e eeuw in het Amsterdam Museum. Natuurlijk! Er zijn ook vrouwen hei-

lig of heldin! Het leuke aan de tentoonstelling (en aan het boek wat er aan ten grondslag ligt) is dat het ook hier niet alleen gaat om de grote, bekende namen. Ja, natuurlijk Aletta Jacobs, Hannie Schaft en Annie M.G. Schmidt maar ooit gehoord over Neeltje Lokerse of Rosa Vecht? Zijn het heiligen of heldinnen? Als we ze zien als inspirerende voorbeelden voor ons vandaag eigenlijk wel. In de tentoonstelling worden veel vrouwen met hun dromen en ambities zichtbaar. We kunnen zien dat nog niet zolang geleden veel voor vrouwen niet vanzelfsprekend was. Dankzij al die vrouwen leiden we nu een ander leven, hebben we veel meer kansen en mogelijkheden.

In de tentoonstelling zijn ook twee Graalvrouwen te vinden: Lydwine van Kersbergen en Mimi Maréchal. Inspirerende voorbeelden voor ons en nu ook voor iedereen die de tentoonstelling bezoekt of in het boek leest. We kunnen uit de groep Graalvrouwen die onze voormoeders zijn natuurlijk ook andere vrouwen namen noemen, toch is het mooi dat deze twee vrouwen onze vlaggendraagsters zijn geworden; elk belangrijk op eigen terrein en eigen wijze. En nu spookt maar steeds een regel uit een liedje door mijn hoofd: 'we could be heroes, just for one day'. Een aanmoediging voor vandaag om een voorbeeld te zijn voor anderen, heilig of heldin, bekend, onbekend op 1 november en waarom niet op elke dag?

Tijd en eeuwigheid

Elly van Leeuwen & Anna Alberts

Tijdens het Graalweekend in Schoorl van 5-7 oktober bezonnen we ons op de kloktijd en de innerlijk beleefde tijd. Het weekend werd door Fieke Klaver begeleid.

Met mooie teksten verdiepten we ons persoonlijk in Chronos (lineaire tijd) en Kairos (verticale tijd) waarna we dit in een kleine groep bespraken.

De ochtenden konden we beginnen in de kapel met stilte en sacred dans onder leiding van Hilde Debacker.

Als symbool voor 'tijd en eeuwigheid' kregen we allemaal een 'tijd-doojsje' met daarin enkele kaartjes, o.a. om tijdens het weekend iets op te schrijven wat ons raakte.

Anna bracht 'muziek' in het geheel door de werking van het octaaf in te brengen. Zij illustreerde dat door ieder 7 gekleurde kaartjes te geven voor in dit doosje. Elk daarvan vertegenwoordigde een klank van het octaaf. Daarbij een overzicht van de verschillende kwaliteiten en de tijdsduur van iedere klank van het octaaf (8 of 4 uur).

Aan het begin formuleerde ieder haar hartenwens voor het weekend. Wie

Het weekend in Schoorl



Creatie van een workshop
Foto: Didine Petit



Samenkomst in Schoorl
Foto: Didine Petit



CSW: De meisjes genieten van het water



Uitreiking Graalbeker

daar ruimte voor had, schreef iets over elke klank op het bijbehorende kaartje, maar aangezien het programma al erg gevuld was, kon je dit ook achterwege laten. Het octaaf behield toch zijn werking.

In de eind-viering zondagmiddag heeft ieder zijn oogst van het octaaf (het weekend) benoemd. Dit was een prachtige schakering van wat elk beleefd of ontdekt had tijdens het weekend.

Wie iets meer wil weten over de werking (of de 'wet') van het octaaf, dit is te vinden in het boekje 'Leef'; Acht opwekkende aanwijzingen van Jan de Dreu.

Zaterdag middag waren er boeiende workshops, waarover hierna verslaggeving door een van de deelnemster.

Het was weer goed om ons zo met elkaar in een thema te verdiepen. Dank aan Fieke Klaver, AnnA Alberts en Hilde Debacker die dit programma vorm gaven.

Workshop: Gedichten schrijven met Marthe Link

Elly van Leeuwen

Gedichten schrijven, zomaar doen? Ik was benieuwd hoe dat zou gaan. Verder dan sinterklaas rijmen en teksten maken op bekende muziek ben ik nooit gekomen.

Nu dus maar zien wat Marthe ons voorschotelt.

Met een korte uitleg werden we meteen aan het werk gezet. Schrijf iets op uit je woonkamer, een kleur en iets wat je het laatst geleerd hebt. Daarmee maakte ik het volgende vers:

Een kandelaar voor het raam
prachtig tegen de blauwe lucht
een auto komt er aan
en de schoonheid is gevluht.

Ieder had zo haar eigen gedicht gemaakt. Het was leuk om te doen. Dit vond ik niet moeilijk, maar Marthe wilde ons natuurlijk meer leren.

Ze leerde ons 'spelen' om aan de hand van associaties: klank en beeld een tekst te maken. Ze gaf ons een soort schema, schip, waarmee we aan de slag gingen. Dit vond ik echt moeilijk en zal er dus thuis mee moeten oefenen om een echt gedicht te kunnen maken.

Als afsluiting kregen we de opdracht om vier woorden op te schrijven. Deze woorden gingen naar je buurvrouw die er dan een gedicht van maakte. Mariem maakte voor mij het volgende gedicht:

Ellebel ~ Ellebel
Speel je nu weer verstoppertje?
Kom nu maar uit je huis.
Chips, ik kan je niet vinden.

Er waren prachtige teksten bij. De tijd vloog voorbij en ik had nog wel even door willen gaan.
Marthe bedankt voor deze inspirerende workshop.

Workshop participatief drama

Mineke van Sloten

De graalretraite in Schoorl in oktober van dit jaar had als thema 'tijd' en we hebben op twee manieren naar tijd gekeken: de kloktijd (Chronos) en de beleefde tijd (Kairos).

Daarnaast waren er op zaterdagmiddag enkele workshops waar we uit konden kiezen.

Mijn keuze viel op participatief drama, met Elly König. Ik heb geen ervaring met toneelspelen en vond het een heel leuke kennismaking.

We begonnen met opwarm oefeningen. We stonden in twee rijen tegenover elkaar met de rug naar het midden van de zaal. Elly gaf een opdracht en op een teken draaiden we ons allemaal tegelijk om en voerden samen uit. Bij voorbeeld: speel dat je heel verbaasd bent, dat je kwaad bent, dat je een peuter bent, een giechelend schoolmeisje of een oude van dagen.

Daarna gingen we in een kring zitten en wie een verhaal wist waarin tijd een rol speelde vertelde dat. Na een theepauze hebben we die verhalen een voor een nog eens gehoord en vervolgens gespeeld. Behalve mensen/dieren die in het verhaal voorkwamen moesten we ook belangrijke objecten (klok) uitbeelden. Het leuke was dat het groepje dat zich had aangeboden om te spelen van te voren geen rolverdeling maakte. Je keek elkaar aan en begon. Zo kon het zijn dat één persoon in het verhaal door meerdere spelers werd weergegeven, wat tot een soort versterking van die rol leidde. Je kon ook tijdens het spelen van rol wisselen. Het was heel verrassend en de creativiteit was verbazingwekkend.

Na de bespreking van een spel deden we het nog een keer en dan was het weer anders.

Creatieve workshop

Gezien van der Leest

We begonnen deze workshop met het mediteren op het labyrint als onze levensweg. Lopend door het labyrint voelden we intuïtief waar we ons op dit pad bevonden. Dichtbij de kern of juist staande aan het begin. Daarna konden we met pastelkrijt in kleuren uitbeelden wat er in ons leefde.

Het leuke aan het krijt was dat het ook mengde met andere kleuren waardoor er verrassende beelden ontstonden. Voor mij was 'verrassing' echt het sleutelwoord; de tijd was zomaar voorbij en zo bezig zijn met kleur zonder te weten wat er uitkomt was bijzonder ontspannend.

Verslag van 3 november 2018

Marthe Link

Zaterdag 3 november kwamen in het Graalhuis veel Graalvrouwen samen voor een wederzijdse begroeting bij koffie en gebak.

In een korte en sobere viering her-innerden we ons hen, die ons ontvallen zijn. Bij het ontsteken van kaarslicht werden de namen genoemd en in een kort persoonlijk woord werden ze even weer present gesteld. Wel uit ons midden weggenomen, maar we her-inneren ons de namen.

Na een smakelijke en royale lunch gingen we te voet naar de Lutherse Kerk voor het bijwonen van de 2e Graallezing en het overhandigen van de Graal-Wisselbeker aan de spreekster, dit jaar was dat Lucia Rijker, voor velen een bekende naam en de kerk was dan ook geheel gevuld met belangstellenden.

Lucia is geboren op 6 december 1967 en bekend als veelvuldig kampioene kick boksen, t.v. persoonlijkheid, filmster en actief in het lezingencircuit. Een wijze vrouw, die in het boeddhisme een diepe verbinding heeft gevonden tussen geest, lichaam en ziel.

Hilde Debacker leidde haar in en toen bleek, dat mw. Rijker geen lezing op papier had, maar in een interview haar ontwikkeling en verworven levenswijsheid wilde delen met de toehoorders.

Hilde speelde daar soepel op in en stelde korte vragen over haar inspiratiebronnen, haar innerlijke kracht en verworven levenswijsheid.

Lucia bleek een geboren vertelster, die nu haar bestemming heeft gevonden in het boeddhisme als spirituele en inspirerende stroming, waardoor ze zich op velerlei terreinen heeft kunnen ontplooiën.

Ze maakte kennis met het boeddhisme via het 'chanten', een meditatief herhalen van een tekst om zo innerlijke rust te vinden en tot zelfacceptatie te komen zonder te oordelen en nog steeds vindt ze in dit 'chanten' innerlijke harmonie. Ze vertelde over haar bewustwording, zelfacceptatie, loslaten van oude pijn en wrok.

In de veelheid van haar activiteiten als boks-en geestelijk coach, t.v. en film-werk, heeft ze zich ontwikkeld tot een wijze en krachtige vrouw.

Lucia speelde soepel in op vragen uit het publiek, kon zich kwetsbaar opstellen en liet ieder in haar/zijn eigen waarde.

Op een vraag uit de zaal of het chanten vergelijkbaar is met brevieren en het bidden of het recitatief herhalen van heilige teksten als psalmen, het Onze Vader of het Maria-gebed, antwoordde ze, na enig nadenken, bevestigend. Waarmee een brug geslagen werd tussen diverse religieuze stromingen en daarin vonden we elkaar in onze, vaak verschillende, inspiratie bronnen voor een leven in compassie en liefde en wijsheid en in een diepe verbondenheid, die grenzen overstijgt.

Na de vele inspirerende woorden van de spreker werd haar door Hilde de Graal-Wisselbeker overhandigd en was een gemeend dankwoord en een hartelijk en instemmend applaus haar welverdiende loon.

Waarna we ter afsluiting van deze lange en waardevolle dag nog wat konden napraten onder het genieten van een glas wijn of fris en een hartig hapje.

Onze dank voor de soepele en deskundige leiding van Hilde Debacker.

Een korreltje CSW twee

Ine van Emmerik



In de vorige Intergraal vertelde ik hoe de door het Welzijnsfonds toegekende gelden uiteindelijk bij Sulafa Diab en haar stichting terecht zijn gekomen. Ik beloofde nog een paar foto's. Nou, die zijn er ondertussen een heleboel, want zowel een jongens- als een meisjesschool zijn ondertussen van watertanks voorzien. Daarop staan de goede gevers, de stichting van Sulafa en 'vrouwen uit Nederland' vermeld, precies zoals afgesproken. Sulafa vertelde me dat de directrice van de meisjesschool van de openstelling van de

watervoorziening een soort feestje had gemaakt, om het onderwijsbureau er op attent te maken wat er verder allemaal nog nodig is. Slim. Het heeft even wat moeite gekost om de communicatie op gang te brengen, maar nu is het een fijn project om een bijdrage aan te leveren. Het geldt dat is gestuurd werd snel nuttig gemaakt en de verantwoording viel snel en volledig in onze bus.

CSW staat voor de Commission on the Status of Women, de jaarlijkse vergadering van de VN in New York waar de Graalbeweging ook altijd aanwezig is.

INGEZONDEN

Lucia Rijker n.a.v. de 2e Graallezing Een persoonlijke impressie

Mayke de Vries



Lucia Rijker is voor mij –en ik zal niet de enige zijn-, een idool. De betekenis van idool behelst voor mij zowel ‘ver-af’ als ‘dichtbij’. Wanneer een lied je raakt, muziek, lijkt deze wel speciaal bedoeld voor jou. De artiest, de uitvoerder, wordt mens en vriend. En komt in je persoonlijke invloedssfeer.

De muziek die Lucia maakt, had en heeft voor mij te maken met communicatie, uitwisseling, zelfinzicht, eigen verantwoordelijkheid en werkelijke aandacht.

In de uitzendingen van dream-school gaat zij bij de confrontatie met de weerbarstigste jonge mens immer bij zichzelf te rade. Daarnaast is zij mooi en geeft het vrouw-zijn inhoud op een manier die inspireert. Liefde is een golf, een golfbeweging, deze heb ik tijdens haar aanwezigheid door de zaal zien gaan, in de kerk, het aandachtig publiek rakend en omvattend.

Wat mij betreft heeft Lucia met deze lezing het begrip congruentie met haar boodschap belichaamd. Zoals ze alles wat ze zegt heeft doorleefd. Als bokser was zij eigenlijk niet te verslaan. En toen zij dan uiteindelijk de tegenstander had gevonden waarmee zij het gevecht zou kunnen aangaan, dat haar levenswerk zou bekronen, kreeg zij tijdens het trainen hiervoor te maken met een fatale blessure. Was het fataal, was het ‘faith’? Deze periode viel samen met een aantal gevoelige verliezen op het persoonlijk vlak. Er werd een appel op haar

gedaan om zichzelf te hervinden en haar leven opnieuw vorm te geven. Hierin, evenals in het omgaan met verlies en boosheid, heeft het boeddhisme voor haar een cruciale rol gespeeld. Zij kwam hierbij ook in aanraking met mensen, die er belangeloos voor haar waren. Om het boeddhisme te integreren en daarbij in de grondhouding te komen, beoefent zij het chanten. 'Nam myoho renge kyo'. Het woord renge betekent lotusbloem. De bloem die prachtig bloeit maar voedsel krijgt uit zijn in de modder groeiende wortels.

Zij leerde en leert nog, waarbij zij iedere keer een ander niveau betreedt. Zo kwam zij tot het inzicht dat zij, om werkelijk de stap 'van bokser tot boeddhist' te maken, los moest laten, om ook dat boeddhisme weer in te vullen als een vechter en met onderscheid. Lucia laat zo zien dat ze iedere keer opnieuw tot verdieping komt. Hoe er sprake is en blijft van een verschuiving van perspectief en begrenzing. 'This is not heaven at all, Jonathan' *

Toen ik de kerk verliet was zij nog volop in gesprek met de aanwezigen. Een gesprek dat, naar ik me kan voorstellen, bij een aantal van ons nog voortduurt als een innerlijke dialoog. Wat mij betreft verdient het aanbeveling om ook vanuit de Graal de dialoog met Lucia voort te zetten en een plaats te blijven bieden voor deze lotusbloem en waar zij voor staat.

*Jonathan Livingston Seagull, Richard Bach.

Werken met Rinpoche

Ino Jongejan

Tijdens de herdenking van de overledenen in het Graalhuis op 3 november heb ik een kaarsje aangestoken voor Elisa Kriek. Het was mooi om haar op deze manier in het licht te kunnen zetten. Ik zei toen dat ze goed gepast had in het gezelschap. Sommige van de aanwezigen hebben mij na afloop nog aangesproken om iets meer over haar en haar werk te horen. Graag vertel ik er nog iets over.

Elisa en ik kennen elkaar vanuit onze middelbare schooltijd, we woonden toen allebei in Voorschoten en gingen daar naar de MMS. Na ons eindexamen zijn we elkaar uit het oog verloren. Pas jaren later en we allebei al een heel leven achter de rug hadden, ontmoette ik haar weer. Zij was het boeddhistische pad gaan volgen. Dat heeft haar over de hele wereld gebracht en tijdens een van haar retraites leerde ze een Tibetaanse leraar, een Rinpoche, kennen. Door de tussenkomst van Elisa heeft deze Tibetaanse lama regelmatig Nederland bezocht om hier op tal van plaatsen lezingen en boeddhistisch onderricht te

geven. Elisa bleek te beschikken over een groot organisatietalent, mede hierdoor verliepen deze jaarlijkse bezoeken altijd succesvol.

Voor geïnteresseerden werden er ook boeddhistische reizen georganiseerd. Ik heb zelf het voorrecht gehad om deel te nemen aan twee reizen naar Tibet en een naar noordelijk India. Tijdens deze reizen bezochten we plaatsen die belangrijk zijn in het boeddhisme en verzorgde Rinpoche een lesprogramma. Daarnaast vervulde hij en passant de rol van reisleader en gids, een combinatie die hem moeiteloos afging. Elisa maakte deel uit van het reisgezelschap, ik zag haar me name in Tibet helemaal opbloeien. Als een spons zoog ze alles op wat ze zag en hoorde, ze genoot van het land en de mensen en voegde zich moeiteloos in de manier waarop zij zo vanzelfsprekend hun leven en hun



levensbeschouwing laten samenvallen. Tijdens onze gesprekken toen en in de jaren erna ontdekte ik hoeveel kennis ze over het Tibetaans boeddhisme had opgebouwd, maar ook en nog veel belangrijker, wat je met deze inzichten kunt doen. Ik vermoed dat op dit punt overeenkomsten bestaan met datgene waar de Graalbeweging voor staat: het vorm geven aan de praktische betrokkenheid bij anderen.

Naast het geven van boeddhistische teachings ontwikkelde Rinpoche talrijke initiatieven die tot doel hadden de bevolking van zijn lokale gemeenschap te ondersteunen. In Tibet werden er gedurende de afgelopen tien jaar programma's gestart die tot doel hadden de leefomstandigheden van de Tibetanen te verbeteren. Een aantal jaren geleden is er in zijn geboortestreek, de afgelegen regio Sershul, een school opgericht. Aanvankelijk kregen 20 kinderen les in een nomadentent en gaandeweg groeide dit uit tot een lagere school en een middelbare school met honderden leerlingen. Speciale aandacht gaat daarbij uit naar het onderwijs van meisjes om ook hen de mogelijkheid te geven zichzelf te ontwikkelen.

Voor de financiering van deze projecten was in Nederland een stichting in het leven geroepen en Elisa bleek naast haar andere talenten eveneens te beschikken over een unieke gave als fondsenwerver. De expertise die hiervoor nodig is heeft ze zichzelf eigen gemaakt. Ze deed het op een professionele manier, blijkbaar moeiteloos stelde ze beleidsplannen, jaarverslagen en rapportages op. Intussen verstuurde ze ook nog nieuwsbrieven en leerde ze zichzelf hoe je een website kon bouwen en onderhouden. Altijd was ze borrelend van ideeën in de weer.

Elisa durfde groot te dromen: een betere toekomst voor kansarme Tibetaanse

kinderen en jongeren door goed onderwijs, scholing en gezondheidszorg. Dat was haar belangrijkste drijfveer en telkens als er een nieuw projectdoel met bijbehorende begroting werd vastgesteld, ging ze voortvarend aan de slag om het mogelijk te maken. Alle activiteiten die ze ontplooide droegen bij aan de realisering van haar droom. Toen ze een paar jaar geleden ziek werd was dat voor haar geen reden om te stoppen met haar werkzaamheden, integendeel, ze ging onvermoeibaar door met datgene dat in haar ogen gewoon gedaan moest worden. In de zomer van 2017 is Elisa nog in Tibet geweest, ze heeft daar met eigen ogen kunnen zien wat daar tot stand is gebracht mede door haar inspanningen.

Elisa is in mei van dit jaar overleden. De stichting, waarvan zij een van de oprichters is, bestaat nog steeds. Elisa was de spin in het web en in die zin is zij onvervangbaar. Het bestuur onderzoekt nog op welke manier de lege plek die zij heeft achtergelaten het beste kan worden opgevuld. Een overweging die hierbij meespeelt is dat de situatie ter plekke in Tibet zelf betrokken wordt bij dit besluitvormingsproces.

Meer informatie over de stichting Rigdzin is te vinden op <https://www.stichtingrigdzin.nl/>.

Alle programma's en projecten die de stichting Vistaproject in Tibet heeft gerealiseerd kunt u nalezen op <https://www.vistaproject.nl/>.

Feest van de heilige Nicolaas

De Russische Nikóla verschilt zowel wat zijn uiterlijk als wat zijn wezen betreft in sterke mate van de Sint Nicolaas, die hier te lande bekend is. Nikóla is géén bisschop in vol ornaat, met een mijter op zijn hoofd en een kromstaf in zijn hand, gezeten op een schimmel, gevolgd door zijn zwarte knecht Pieter. Nikóla rijdt niet over daken - een beeld, dat Russische kinderen zeer onwaarschijnlijk zou voorkomen - om door de schoorsteen geschenken te werpen.



Nee, Nikóla is een oude man, gekleed als een gewone Russische boer, die door het onmetelijke Rusland zwerft. Met een rugzak over zijn schouders en een stevige stok in zijn hand, zoals het een echte zwerver of landloper betaamt, trekt hij door het land; hij overnacht bij arme mensen; hij brengt hulp, waar zijn hulp nodig is, maar hij doet het onopvallend. Hij is door en door menselijk, een vriendelijke oude man, die het leven met al zijn moeilijkheden en lasten goed kent, die ook de zwakheden der mensen kent en van de mens geen onmogelijke dingen verlangt.

'De drie bruiloftsgaven. Verhalen voor de herfsttijd, Michaël, Sint-Maarten, Sint-Nicolaas' door Ineke Verschuren. Zeist (herdruk verschijnt in februari 2014). Zie ook: www.beleven.org

RUBRIEKEN

Graalkorrels

Bewerkt door Didine Petit



BRUSSEL

Op 11 oktober 2018, de Internationale Dag voor Meisjes, had de eerste 'Digitale Global Girls' Summit' plaats om jonge vrouwen te vormen en ze energie te geven voor veranderingen in hun omgeving. (S.N. Grail Link to the United Nations Network. September 2018) (<http://www.girl-summit.com>). De dag ervoor had de wereldwijde topontmoeting 'Girlsgetequal' plaats in Brussel, gesponsord door de NGO Plan International en het verwante fonds voor jonge feministen FRIDA. (<https://plan-international.org/girls-summit-2018#>) (<https://youngfeministfund.org>).

Khensany Charlot Nhambongo, 19-jarige activiste, Graallid uit Mozambique en adviseur van FRIDA, werd er als spreker uitgenodigd, net zoals enkele andere meisjes, de Belgische Koningin Mathilde en Minister voor Ontwikkelings-samenwerking De Croo. Zij kregen het woord voor een 500-tal leidinggevende vrouwen en mannen om de kracht van meisjes te vieren, ze aan te moedigen en de wereld op te roepen tot acties voor gendergelijkwaardigheid. Khensany vertelde dat zij het geluk had uit een gezin te komen waar gelijkwaardigheid belangrijk is, maar dat ze door de Graal inzag dat miljoenen meisjes in de wereld veel minder bevoorrecht zijn. Dit schudde haar zodanig doorheen, dat zij en haar jongerengroepje hieraan iets wilden doen. Ze begonnen op te komen voor - en samen te werken met meisjes die geen fundamentele rechten kregen. Ze genieten onvoldoende onderwijs en soms worden ze seksueel uitgebuit of zitten ze gevangen in een kindhuwelijk. Door deze acties zag Khensany in dat ook zij meer zelfkennis kreeg en groeide, m.a.w. de veranderingsprocessen waaraan ze meewerkt, veranderen ook haarzelf. FRIDA koos haar uit om adviseur te worden voor hun internationale organisatie. Ze werkte



Khensany beantwoordt vragen na haar toespraak

er o.a. mee aan een gesponsord onderzoek over het functioneren van meisjesacties die niet gestuurd worden door volwassenen. Dit onderzoek bevestigt haar eigen ervaring dat jongeren de mogelijkheid moeten krijgen om zelf initiatief te nemen voor acties. Zij willen dit dikwijls op

hun eigen manier doen, zo mogelijk minder formeel en niet geregistreerd. Dit onderzoek toont eveneens aan dat sommige jongerengroepen klein willen blijven, maar andere het omgekeerde wensen. Belangrijk is dat zij het zelf mogen uitzoeken. Aanmoediging door ouderen en kunnen vertellen over hun inzet is wel welkom: “😊❤️”. (Khensany Charllot. Samenvatting van toespraak en e-mails aan Didine Petit. 10 en 25 oktober 2018) (Didine Petit. Notities tijdens toespraak van Khensany Charllot. 10 oktober 2018)

U.S.A.

Naar aanleiding van racismeproblemen en hieraan gerelateerde schietpartijen in eigen land heeft de Algemene Ledenvergadering van de USA-Grail een resolutie goedgekeurd om een ‘antiracistische organisatie’ te worden. Een desbetreffende interne werkgroep begon met verkennende telefoonconferenties over de mogelijke gevolgen van uitdrukkingen zoals ‘blank’ en ‘zwart’. De deelnemers deelden er interessante boeken over racisme voor verder onderzoek. Zo wilden ze allereerst inzicht krijgen over de oorsprong van ‘systemisch’ racisme. Dan bekeken ze een documentaire “Race: The Power of an Illusion” (California Newsreel. 2003) en hielden hierover twee groepsessies met een sterke uitwerking. De volgende stap is een uitwisseling over de National Geographic Magazine van april 2018 met hetzelfde onderwerp. De groepsleden beseft dat ze nog maar in een beginfase beland zijn en dat ze een lange weg zullen moeten gaan om racisme te ontmantelen in henzelf, in eigen kring en in de ruimere omgeving. (Renee Wormack-Keels. Crossroads: The Grail in the U.S. takes a look at Systemic Racism. Oktober 2018.)

BOEKENHOEKJE

Voor Joseph en zijn broer

Mineke van Sloten

Het persoonlijke verhaal van Christa Anbeek staat centraal in het boek: een familiegeschiedenis waarin de (zelfgekozen) dood van een broer, haar vader, een tante en een oma, die de vraag oproepen hoe dit een plaats te geven in haar eigen leven.

Haar theologie studie heeft de basis gelegd voor de theoretische verdieping in het onderzoeken van de zin van leven en dood maar een burn-out geeft de ruimte om hier opnieuw over te schrijven en er dieper, met grote openheid, op in te gaan. De geboorte van kleinzoon Joseph schept bovendien een nieuw perspectief: in de herstelperiode waarin ze niet werkt krijgt ze de kans om veel met het kind samen te zijn en te ervaren hoe heilzaam dat is.

Het levenswerk van Christa om theologie en geloof nieuw leven in te blazen wordt zichtbaar in passages over de boeken die zij leest van theologen en filosofen die haar hebben geholpen bij dit karwei. Ook haar ervaring als humanistisch raadvrouw in een psychiatrische inrichting blijkt daarbij waardevol. Als docent aan de Universiteit voor Humanistiek en als hoogleraar aan het Remonstrants Seminarium aan de Vrije Universiteit zoekt ze praktische nieuwe wegen om mensen met elkaar te verbinden. Het laten zien van kwetsbaarheid, het bespreekbaar maken van pijnlijke ervaringen in de vorm van een spel blijkt daarvoor een prachtig middel te zijn. Samen ontdekken studenten hoe elk van hen een uitweg zoekt en hoe zij elkaar daarbij steunen.

Fascinerend thema vond ik 'de vreemdeling'. Op de eerste bladzijde van het boek staat een fragment uit 'Jozef en zijn broers' van Thomas Mann over het moment dat Jozef, die een vreemde Egyptenaar is geworden zijn broer na vele jaren weer ziet en deze hem pas na lang aankijken aan de tranen in zijn ogen herkent. Hoewel thema het niet heel nadrukkelijk naar voren komt lijkt het toch belangrijk omdat de nieuwe kleinzoon in sommige passages consequent met vreemdeling wordt aangeduid terwijl hij toch heel nabij en heel ontroerend is. De foto die veelvuldig is getoond in de media van de driejarige Syrische Aylan Kurdi die aangespoeld op het Griekse strand lag doet haar aan de vreemdeling denken. Ook God komt ons soms als vreemdeling tegemoet en het is de vraag hoe wij dan op hem reageren (bij voorbeeld de engel Gabriël die de geboorte van God zelf aan Maria aankondigt). Maar bij filosofen die een verbinding leggen tussen oude teksten en een anonieme vluchtelingenstroom maakt Christa een kritische kanttekening: hebben zij zelf wel ontregelende ervaringen meegemaakt en hoe zijn ze daarmee omgegaan? Het vreemde komt niet alleen van buitenaf maar kan net zo goed van binnen zitten.

Een rijk, troostrijk en hoopgevend boek!

In 2019 komt het spel om dit met elkaar te onderzoeken in de handel.

Voor Joseph en zijn broer, van overleven naar spelen en andere zaken van uitiem belang.

Christa Anbeek, uitgeverij Ten Have 2018 ISBN 978 90 259 0629 0; 256 blz. € 20,-

VOEDSELHOEKJE

Maispannenkoekjes met tomaat-komkommersaus (Voor 4 personen)

Benodigheden:

6 eieren, 250 g haverhout, 100g diepvriespinazie (ontdood), 250 g mais

(blik) uitgelekt, 1 theel. kerrievoeder of gehakte tijm, 100 g boter.

Voor de saus: 2 (vlees)tomaten, in blokjes; 5 eetl. yoghurt 1 eetl. tomatenpuree of ketchup.

Bereiden:

Meng de ingrediënten voor de saus en breng op smaak met zout en peper. Klop de eieren los met de havermost, spinazie, mais, kerrie, zout en peper.

Verhit een klontje boter en schep 3-4 porties van het beslag in de pan. Druk iets platter en bak de pannenkoekjes 2-3 minuten per kant. Bak verder tot alles op is en serveer ze in stapeltjes met de saus.

Uit: Boodschappen van supermarkt Deen

Kipwraps met zwarte bonen (Voor 4 personen)

Benodigdheden:

2 eetl. olijfolie, 1 gesnipperde ui, 500 g kipfilet (in reepjes), 400 g Mexicaanse roerbakgroenten,

1 blik (400 g) zwarte bonen (afgespoeld en uitgelekt), 1 theel. komijnpoeder (dijnten), 8 tortillawraps, 200 ml crème fraîche of zure room, 100 g gerapte belegen kaas, 1 potje guacamole, hot tacosaus of chilisaus.

Ingevette ovenschaal.

Bereiden:

Verwarm de oven op 200gr C.

Verhit de olie en fruit hierin de ui 2-3 minuten. Voeg de kipreepjes toe en bak ze 2-3 minuten mee. Schep de groenten erdoor en roerbak nog 2-3 minuten.

Meng de bonen en komijn erdoor en verwarm zonder te koken. Breng op smaak met zout en peper. Verdeel het kipmengsel over de tortillawraps. Rol ze op en leg de wraps naast elkaar in de ovenschaal. Bestrijk ze met de crème fraîche en bestrooi met de kaas. Zet de wraps circa 20 minuten in het midden van de oven tot ze goudbruin zijn.

Serveer de kipwraps met de guacamole en tacosaus.

Uit: Boodschappen van supermarkt Deen

TIP

Kijk ook eens op: www.iamafoodie.nl. Het is een online platform dat bestaat uit een team van diëtisten en voedingswetenschappers. Zij staan voor gezond, duurzaam, vers (zonder pakjes en zakjes) en zelf koken. Dit resulteert in heerlijke, makkelijk te bereiden recepten, die passen bij een gezonde leefstijl.

*De redactie van Intergraal wenst iedereen
een gezegende kerst en gezond nieuw jaar toe.*
VREDE EN ALLE GOEDS

Het Licht

*Er is een licht gelegd
in handen van mensen
vonk in hun hart
hoop voor verdrukten*

*Het vragende Licht
op handen gedragen
maakt mensen open
geeft warmte in liefde.*

Meindert Boersma

*Dat je engel
voor je uit mag gaan
en je veilig begeleiden
door alle dagen
in het nieuwe jaar.*

*Dat je engel je
wijsheid mag geven
om de juiste beslissingen
te nemen.*

*Dat je engel je
vertrouwen mag geven
voor het nieuwe jaar.*

N.N.

Redactionele Richtlijnen

De redactie

Gewaardeerde schrijfters,

Doelen die ons hierbij voor ogen staan: een heldere en inspirerende onderlinge communicatie en leesplezier voor ons allemaal.

De richtlijnen voor teksten geven wij als volgt weer:

- * Uitgangspunten
- * Kenmerken
- * Schrijfstijl

Uitgangspunten

- * De redactie behoudt de eindverantwoordelijkheid voor de inhoud van geplaatste teksten.
- * Met respect voor auteur en tekst mag de redactie ingrijpen, maar altijd na overleg.

Kenmerken (inhoudelijk)

- * De teksten zijn actueel, maatschappelijk betrokken.
- * Ze vormen een bijdrage aan spiritualiteit.
- * Ze zijn prikkelend, uitdagend en roepen vragen op.

De schrijfstijl

Uitnodigend – inspirerend – informatief – gevarieerd – goed leesbaar – soepel – beknopt – geen opsommingen – weergave van impressies – verbindend.

Kenmerken (technisch)

- * Tekstlengte: max. 600-800 woorden, d.w.z. 1,5 pagina van dit blad.
- * Wijze van aanleveren van teksten: graag zonder opmaak.
- * Foto's worden aangeleverd als jpg-bestand, met een tekst als onderschrift.
- * Regels voor verwijzing:
Naar boek: titel van boek in italic (schuin), zonder aanhalingstekens.
Naar artikel: titel van artikel tussen enkele (') aanhalingstekens.
- * Regels voor gebruik van aanhalingstekens in tekst:
Woorden en uitdrukkingen tussen enkele aanhalingstekens plaatsen.
Zinnen, gebruikt als citaat, tussen dubbele aanhalingstekens plaatsen.

Dat de richtlijnen als geheel een bloeiende bijdrage mogen vormen aan de kwaliteit van onze Nieuwsbrief Intergraal. Vragen of reacties? Mail ons!

Afzender:
INTERGRAAL
Nieuwegracht 51
3512 LE Utrecht



Allemaal engelen