

**CONTACTBLAD VAN DE GRAALBEWEGING
NEDERLAND**

verschijnt 4 x per jaar

**37e jaargang – nr. 3
September 2021**



HERFSTBOS

behoedzaam
loop ik over natte
bladeren
dje een voor een
laag voor laag
gevallen zijn
een verend dit tapijt
waarop het zonlicht glinstert

deze stille herfst fluistert
in herinneringen

zo onzegbaar troostend
Oeke Kruythof

Redactie

AnnA Alberts - 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 secretariaat@degraalbeweging.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:
 25 november 2021**

Thema volgende Intergraal: Wat betekent VERWACHTING voor jou?

Foto voorpagina: M. van Leeuwen

INHOUDSOPGAVE

INLEIDING	
Wat blijft....	4
"Waar liefde is en vriendschap, daar is God"	6
IN MEMORIAM JOKE VAN NEERVEN	
Waar liefde is en vriendschap, daar woont God	7
Viering van het leven van Joke van Neerven	10
GRAALNIEUWS	
Als een mantel...	12
BINNENGEKOMEN	
Boekpresentatie van de Vrouwen van Bethanië	13
Oefenen in levenskunst	17
Takjes van hoop	19
Ontvankelijk voor het onverwachte	20
Sponsoring Graalbeweging aan Stichting 2bfree	22
We zijn op zoek naar....	22
RUBRIEKEN	
Graalkorrels	23
Boekenhoekje	25
Eindelijk volwassen - De wijsheid van de tweede levenshelft	25
Voedselhoekje	26
Falafelwrap met bieten-fetaspread	26
Pompoensoep	26
Redactionele Richtlijnen	27

INLEIDING

Wat van waarde blijft

Bij de planning van deze 3e Intergraal in 2021, dachten we als thema te kiezen:

'Wat van waarde blijft'.

Uitgangspunt was de Bijbeltekst van Johannes 6,27.

Werkt niet voor het voedsel dat vergaat maar voor het voedsel dat blijft ten eeuwig en dat de Mensenzoon u zal geven. Op Hem immers heeft de Vader, God zelf, zijn zegel gedrukt.

Door vakanties is het ons niet gelukt om voor dit thema een oproep te doen bij de lezers van Intergraal.

Ons redactielid Marthe Link heeft in dit kader een tekst geschreven die hier duidelijk bij past: 'Wat blijft...!'



Wat blijft....

Marthe link

De corona epidemie duurt nog voort, ondanks grotere vrijheden en ondanks grootscheepse vaccinaties, blijft voorzichtigheid geboden. Maar er mag weer meer, we kunnen weer elkaar ontmoeten, weliswaar op anderhalve meter en zonder omhelzing en niet in grote getale, maar toch.... Hoe kijken we, hoe kijk ik terug en vooral hoe vooruit te kijken. Want er is meer dan corona, veel meer op allerlei vlak. Persoonlijk, maar ook in onze wereld, ons land, ons huis.

Het is zondagmiddag, 29 augustus, en ik heb me voorgenomen om voor 'Intergraal' iets te schrijven over de afgelopen perioden van eenzaamheid, voorzichtigheid, stilte, zorg voor eigen en andermens' gezondheid. Maar ook over moed, vertrouwen, verwachting. En zo zit ik voor dit witte papier, in stilte en in wervelende gedachten.

Er is wereldwijd veel wat beroert: de vreselijke beelden uit en over Afghani-

stan, beelden die in ons hart gegrift worden: de doodsangst van de mensen die in wanhoop proberen het land te verlaten; hun angst is bijna voelbaar en niet alleen hun eigen veiligheid, maar ook die van hun naasten, hun kinderen staat op het spel. Velen voelen zich verraden, zijn ontgoocheld: waar is redding, bevrijding nog te vinden?

De klimaatontwikkelingen snoeren ons de keel dicht met de beelden van de watersnood in ons eigen land en in België en Zuid-Duitsland; wereldwijd hittegolven, grote branden, overstromingen en ontredde, wanhoop, verlies en verdriet. En vooral angst en, zoals een liedtekst zingt: "Vluchten kan niet meer...."

En dan komt het bericht binnen van de dood van onze Joke van Neerven, zij is één van ons en ze stierf temidden van mensen die haar hebben liefgehad, die haar hebben begeleid tot aan de poort, die met haar gebeden en gezongen hebben en dat al gedurende lange tijd. Toen Joke verdwaalde in haar eigen werkelijkheid, waren ze daar en hielpen haar de weg te vinden naar het hier en nu. En Joke vond vrede en heeft in een diep en basaal vertrouwen haar aardse leven losgelaten.

Ook dat is er: naastenliefde, geduld, volgehouden ontferming van haar naasten: Carla al geruime tijd, maar ook haar familie en mede-Graalbewoners: Josette en Ton. Wij noemen de namen en dat is ons allemaal tot troost en bemoediging in deze dreigende en onrustige tijd.

Joke die haar leven in dienst had gesteld van haar naasten, soms heel ver weg. Dit overdenkende probeer ik de verwarring in mijn geest over de vele ontwikkelingen dichtbij en wereldwijd te verenigen in mijn hart. Is er hoop voor onze toekomst, zolang er mensen zijn als Joke en als haar medezusters, die haar in liefde hebben gedragen? Ik wil het zo graag geloven.

De corona-maatregelen gaven ons tijd voor alleen-zijn, nadenken, lezen, peinen, mediteren, bidden misschien? Heb ik, hebben jullie vertrouwen in een toekomst? Soms niet, is het donker en lijkt het uitzichtloos; en dat is het ook echt voor al die wanhopigen daar bij dat vliegveld in Kaboel. En als dit Intergraal-nummer verschijnt is het daar misschien stil geworden, de stilte van wanhoop, angst en dood. En God geve de wanhopigen daar wat Joke heeft ervaren in haar eenzaam verdwalen in de werkelijkheid van alledag: mensen, die in liefde en geduld niet hebben versaaagd, elkaar hebben bemoedigd om het vol te houden; ze spiegelden daarin iets, wat ons als GRAAL-vrouwen, ondanks alledaagse misverstanden, toch verbindt, omdat het gegrond is in vertrouwen, geloof misschien, dat de dood het einde niet is.

Geloof ik het zelf? Met de woede, de wanhoop over de ontwikkelingen in Afghanistan over de uitzichtloze zoektochten van zovele vluchtelingen, de klimaatdreigingen, de wurgende angst voor de toekomst van mijn, van alle kinderen, vrouwen, oude mensen.

Durf ik, durven wij het geloven? Ja, misschien tegen beter weten in; ja, denkend aan die ring van liefde, geduld, humor rond de laatste jaren van Joke van haar medebewoonsters en een kring van familie en Graal-vrouwen daar weer omheen. Ook dat is een bestaande werkelijkheid in deze wereld. Is het genoeg?

En er is meer: voor ieder van ons, voor mij: een ontmoeting met mijn zus, een gesprek met een oude vriendin, de schoonheid van de boom voor mijn huis, de vogels, die hun kostje bij elkaar scharrelen op mijn balkonnetje, een wandeling langs een groot meer, muziek op mijn radio, een boek dat ik lees, een gedicht dat me diep raakt, een korte reis met mijn dochter Catharien. Is het genoeg? Nou, vaak wel, soms niet. Maar laten we oplettend zijn voor wat zich zomaar, als een knipoog van boven, aan ons toevalt.

En laten we wel ontvankelijk blijven voor het goede, het kleine, het schone. En oog houden voor de ander, die misschien in nood is of die ons een hand toesteeft in onze nood.

Meer is er niet, maar het is toch ook wel goed zo, omdat het heel veel is, misschien zelfs wel genoeg?

En aan ons om ervoor te zorgen dat dat is, wat blijft....



"Waar liefde is en vriendschap, daar is God"

Marthe Link

Het is twee weken later. Afghanistan is verdwenen van de voorpagina's. De onmacht van onze politieke leiders om een kabinet te vormen is nu voorpagina-nieuws. Terwijl in Afghanistan nog wurgende angst mensen tot wanhoop drijft. Waarom wil ik nu toch een vervolg schrijven en daarmee mijn gedachten delen met de lezeressen van 'Intergraal'? Ik heb er geen echt antwoord op, maar ik was met velen van onze Graal-gemeenschap in de Bilt om Joke uit te wuiven in een viering in de kapel van het Fraterhuis, waar Joke de laatste jaren van haar leven gewoond heeft.

We waren met velen en het was na lange tijd ook een eerste ontmoeting. Er was, naast de rouw om het verlies, ook een soort lichtvoetigheid en dankbaarheid dat we elkaar weer konden spreken en ons konden vinden in die ontmoeting in het gezamenlijk vieren van het leven, want Joke leeft, zoals we hebben gezongen in de dienst:

"De dode zal leven! De dode zal horen: nu leven".

Ze werd present gesteld in verhalen van haar familieleden: nichten en neven; in de liefdevolle woorden van Carla, Ton en Josette. En in de oeroude woorden van het evangelie en het ritueel van de eucharistie. Eèn dag na de wake, waar ook o.a. Graalleden afscheid hadden genomen.

Na de viering was er koffie en thee en een stuk Limburgse vlaai, we vierden het leven in vreugde en verlies, in ontmoeting en verhalen. En in de hoop elkaar weer te kunnen ontmoeten ondanks corona-perikelen. En aan ons om ervoor te zorgen, dat dat is, wat blijft....

IN MEMORIAM JOKE VAN NEERVEN

Waar liefde is en vriendschap, daar woont God

***16-11-1924**

+26-8-2021

Joke van Neerven, tante Jo, werd geboren in Meerlo, midden Limburg, op 16 november 1924 als 8e kind. De 9e was een meisje, Wiesje, dat met het Down-syndroom werd geboren. Het was Jokes liefste zusje. Haar familie was erg belangrijk voor Joke. Ze heeft twee mooie grote lijsten met gerangschikte foto's laten fotograferen om die op haar 95e verjaardag te kunnen uitdelen aan de aanwezige familieleden. Ze kende alle familieleden bij naam!

Hoe zullen we ons Joke herinneren? Ieder van ons heeft haar eigen herinneringen. In de condoleancekaarten die wij ontvingen wordt Joke beschreven als een hartelijke, lieve, sterke en wijze vrouw, met een diep geestelijk leven en veel kwaliteiten. Met "Ze was hoogbejaard en toch niet oud" typeerde iemand in een condoleancebericht haar.



Joke volgde de ULO en toen ze er de vereiste leeftijd voor had, volgde ze in Heerlen de opleiding tot vroedvrouw. Daarna werkte ze meerdere jaren als vroedvrouw in de dorpen rondom Cuijk. Daar hoorde ze over de mogelijkheid om 'als leek naar de missie' te gaan. Dat leek haar wel wat. Ze leerde de Graal kennen en volgde de opleiding op de Tiltenberg in Vogelenzang, ze deed haar dedicatie op 31 mei 1953 en vertrok met de boot, samen met Hilda Canters, naar Belgisch Congo. Daar zijn ze samen in Kasongo het Graalteam in een Belgisch ziekenhuis gaan versterken. Helaas moesten ze er in 1960 wegens de onlusten na de moord op de eerste Congolese president, Patrice Lumumba, hals over kop de vlucht nemen.

Terug in Nederland heeft Joke in Zevenaar de verpleegstersopleiding gevolgd om in 1963, samen met Ton Brouwer uitgezonden te worden naar Mkuu in Tanzania. De polikliniek waar zij toen werkzaam waren werd in 1965 gesloten en Ton vertrok naar Moshi om in een boekhandel te werken en Joke naar Kaliua. Hier werkte ze samen met Carla van Thiel in een kliniek die in 1967 werd overgedragen aan het Bisdom Tabora.

Terug op verlof in Nederland werd Joke gevraagd te gaan helpen in Egypte, waar in Akhmim (midden Egypte) een team de verantwoording had. Het was een project voor vrouwen en meisjes, meest Koptische, maar ook enkele Moslim vrouwen. Daar heeft ze zich tot in de negentiger jaren voor ingezet. Uit een condoleancebericht van deze vrouwen blijkt hoe ze zich Joke nog levendig herinneren als een zeer liefdevolle vrouw met doorzettingsvermogen, die overal raad op wist en die ook hun families kende en, waar mogelijk, met raad en daad bijstond. Ook daar wordt Joke vooral herinnerd als een lieve, sterke vrouw met veel kwaliteiten, die de telefoon beantwoordde in het Frans, Engels, Arabisch en het Limburgs. Degenen met wie Joke daar heeft samengewerkt zijn haar beste vrienden geworden zoals Gail Malley die Joke verschillende keren heeft bezocht. Samen zijn Joke en ik in 2010 naar Texas gereisd om haar en haar vriendin te bezoeken. Nessim en Antoinette, 'n echtpaar uit Cairo, die in de zomer in Genève woonde en waar Joke praktisch ieder jaar een week op vakantie ging.

Maar definitief teruggekeerd in Nederland ging Joke niet in Limburg wonen, maar in Utrecht, naast Carla, elk in een mooi huisje met logeerkamer. Joke bleef zich interesseren voor haar omgeving. Ze spoorde Carla aan ook te leren bridgen, zodat ze samen met de burens konden spelen. Ze heeft enkele jaren gewerkt bij de stichting 'Thuis Sterven' en later in de hospice nachtdienst gedaan. En bezoek uit Limburg werd steeds getrakteerd op iets leuks in Utrecht, bezoek aan een museum, of aan de Oude Hortus, of een wandeling door mooi Utrecht.

Avontuurlijk was Joke ook. Met Mieke Geels bezocht ze de Graal in Zuid Afrika, maar daar hoorde wel een bezoek aan het Krugerpark bij en aan het Robben-eiland waar Nelson Mandela zolang gevangen zat. En bij de internationale Graal was Joke zeker ook geen onbekende; samen met Christa Werner vierde ze op de Filipijnen het veertigjarig bestaan van de Graal ginds.

Dat Joke handig was hebben ook meerdere Graalleden en vrienden ondervonden. Veel woningen van overleden Graalleden heeft ze opgeruimd en al wat nog bruikbaar was werd meegenomen. Ze had een uitgebreide gereedschapskist en in haar tuin in Utrecht bouwde ze een mooi tuinhuisje met een raam op het Oosten. Er was elektriciteit en een kacheltje, zodat het 't hele jaar door gebruikt kon worden om er 's morgens samen met Carla rustig de dag te openen met gebed en meditatie.

We hebben jaren lang met een vriendenclub op vrijdagochtend samen uit de Bijbel gelezen en erover gemediteerd, waarna we ontbeten en naar ons werk gingen. Ook bij het oecumenisch middagebed in de Dom was Joke vaak te vinden.

Dankbaar en blij was Joke ook dat ze de laatste jaren hier kon wonen, St. Joseph fraterhuis, in dit mooie en vriendelijke huis, met de goede zorg, de mooie tuin, voor de vriendschap van de medebewoners. Maar langzaam raakte haar kaarsje toch steeds meer opgebrand. Graag zei Joke 'ja' op de vraag of ze de Ziekenzalving wilde ontvangen. Met een klein groepje familieleden en de Graal hebben we dit ontroerende moment beleefd op zondag 1 augustus en op 26 augustus in de vroege ochtend is Joke rustig overleden.

Ja, we zullen Joke missen. Maar er zijn zoveel kostbare momenten die we dankbaar koesteren, en die ons aan Joke blijven herinneren. We zullen Joke niet vergeten, we dragen haar mee in ons hart en we vertrouwen en geloven dat zij nu gelukkig is bij de Eeuwige, die haar het eerst heeft liefgehad.

Carla van Thiel

DRAAG ME

*draag me in de nacht van de stilte
koester me als er geen maan is
wees adem als ik versteend ben
blaas me open als ik niet zie
noem me tot ik mijn naam ken*

Wil Simis-Goddijn

Viering van het leven van Joke van Neerven

Elly van Leeuwen

Op 2 september 2021 vierden we het leven van Joke van Neerven in de kapel van het fratershuis in De Bilt, waar zij al twee jaar woonde, met een Eucharistieviering.

In 'Wat blijft'.. heeft Marthe Link daarover al geschreven,

Joke had heel veel teksten verzameld. In de viering werd daar gebruik van gemaakt.

Als Evangelie werd het volgende gelezen. Naar de acht Zaligheden volgens Mattheus 5,3-12.

*Wat een geluk, wanneer je niets te verliezen hebt,
want dan hoor je bij God thuis.*

*Wat een geluk, wanneer je niet oppervlakkig over alle
ellende heen leeft, want je zult worden getroost.*

*Wat een geluk, wanneer je een mild mens bent,
want je zult het beloofde land bezitten.*

*Wat een geluk, wanneer je verlangt dat alles terecht komt,
want je zult het overvloedige zien gebeuren.*

*Wat een geluk, wanneer je durft te vergeven,
want je zult zelf genadig behandeld worden.*

*Wat een geluk, wanneer je hart ongecompliceerd is,
want je zult God zien.*

*Wat een geluk, wanneer je vrede sticht,
want God zal je zijn kind noemen.*

*Wat een geluk, wanneer je lijdt om te bereiken dat alles
terecht komt, want dan hoor je bij God thuis.*

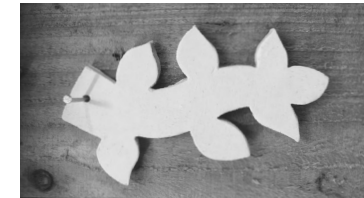
Pastor Gerard de Wit haakt met zijn Woord voor Onderweg in op deze lezing. Ik noem slechts een paar zinsneden van zijn tekst.

.... Het is goed dat we hier samen zijn vandaag, niet om te rouwen, niet om te treuren, maar om te danken, dank voor het leven van een groot mens, die van ons heenging, haar Schepper tegemoet, Joke van Neerven.

.... Wat een geluk, wanneer je niets te verliezen hebt zo begint het evangelie dat we zojuist gelezen hebben. Misschien in tegenspraak met deze woorden zou ik willen zeggen: wat jammer dat we deze vrouw moeten verliezen. Ze heeft een spoor getrokken, waarlangs velen hun levensweg gevonden hebben, een lang spoor van liefde, een helder spoor van trouw.

.... De 'Acht Zaligheden' zijn geen rondje rond de kerk. We kennen ze in een bijbelse plechtige reeks....dit zijn de woorden van Jezus zelf, ze vormen de kern van wat we zo vaak 'de grondwet van het christen-zijn' noemen. Maar het is geen wet, het is een opdracht. De opdracht focust naar het leven van dag naar dag. Ik zoek er Joke in, in al haar eenvoud. God dienen bestaat uit mensen dienen. Hij wil niet alleen dat je iedereen op de wereld het leven gunt; maar ook dat je zelf naaste moet zijn als iemand je nodig heeft. Naaste zoals Joke.

.... Laten we, nu we Joke uit handen geven, dankbaar zijn; danken voor al wat zij in ons midden was, en God danken die haar zo rijk te leven gaf.



*Men vertelt mij: 'Je moet kiezen tussen de
genoegens van deze en de vrede van de
toekomstige wereld.'*

*Waarop ik antwoord: 'Ik heb zowel de vreugde
van deze wereld als de vrede van de
toekomstige wereld gekozen. Want diep in mijn
hart weet ik, dat de Verheven Dichter slechts
één gedicht schreef, en dat het volmaakt is
zowel van ritme als van rijm.'*

Kahlil Gibran (1883-1931)

Aangeleverd door Mariam (in haar condoleance voor Joke)

GRAALNIEUWS



Als een mantel...

Gezien van der Leest

Op 7 mei vorig jaar overleed zonder dat we er wat van wisten Graalvrouw Lenie Webbers. Het was in het midden van de eerste heftige Coronagolf in Brabant. Ze woonde in Heeswijk-Dinther in de Laverhof, een verzorgings- en verpleeghuis. In dat huis zijn enorm veel mensen aan Corona overleden.

Hellen de Wit bezocht haar met Kerst, informeerde over haar situatie en liet regelmatig haar adresgegevens achter. Helaas zijn die niet goed opgeslagen in het dossier zodat ze ziek werd en overleed zonder dat we het wisten.

Men wist sowieso niet zoveel van haar en zo is ze dan ook begraven op het kerkhof van Heeswijk, in het bijzijn van een paar mensen die beroepsmatig met haar te maken hadden.

De vrijwilligersgroep van de begraafplaats hebben haar en haar graf geadopteerd en zorgden voor een houten kruisje met een naamplaatje en plantjes. Hellen en ik vonden toch ook dat er een gedenkteken moest zijn van de Graal zonder de liefde en aandacht van de mensen daar teniet te doen. We hebben kunstenaar Jeannette Claessen (www.comunicarte.nl) gevraagd een kunstwerk voor Lenie te ontwerpen.

Jeannette vertelt hierover:

“Een paar maanden geleden kreeg ik via Gezien van der Leest de vraag of ik wilde nadenken over een grafmonument voor Lenie Webbers, één van de oudgedienden van de Graalbeweging.

Ik was blij verrast. Een grafmonument maken is altijd een mooie opdracht. In dit geval vond ik het bijzonder omdat de Graalbeweging hiermee laat zien hoe zorgvuldig ze omgaat met de leden van het eerste uur.

Lenie heb ik niet gekend, toch wilde ik een monument maken dat op haar is afgestemd. Ik luisterde naar verhalen over haar en liet al mediterend beelden ontstaan.

Het moest een mandala zijn. Een cirkel, het oudste menselijke symbool voor heilheid. Een cirkel met roze en paarse tinten, zacht en stevig van kleur. Een soort rad moest het worden. Het draaide naar links tijdens het maakproces, symbool voor vrouwelijke kracht. Het draait naar rechts nu het op haar graf ligt, symbool voor mannelijke kracht. Een beeld vol beweging en tegelijkertijd rust, met ronde vormen én scherpe punten. Eigenzinnig, op zichzelf staand.

Het grafmonument is gemaakt van smalti-mozaïek, handgemaakt glas mozaïek uit Venetië. Het straalt in de zon.

De gebruikte smalti voor de mandala zijn nieuw en speciaal gekozen voor Lenie. De mandala is echter geplaatst in een basis van veelgekleurde smalti. Ooit had ik potten vol gekregen, allemaal reststukjes van de gemozaïekte engel die door Graalvrouwen uit Lenies generatie gemaakt is voor de Tiltenberg. De engel hangt nu in het Utrechtse Graalhuis. En de reststukjes zijn zo goed als allemaal verwerkt in het graf van Lenie, waardoor haar mandala is ingebed in de beweging waar zij mee verbonden was”.

Op 7 juli waren Hellen de Wit, Elly van Leeuwen, Jeannette Claessen en ondergetekende aanwezig om de gedenkplaat te onthullen. Jeannette vertelde over het maakproces. We haalden alle herinneringen en verhalen op die ons waren verteld. Het Veni Creator Spiritus werd gelezen en daarna hebben we het Russisch Alleluia gezongen. We waren met velen want we hadden ondersteuning van een opname die gemaakt is bij de uitvaart van Mienke Hage. Na de ceremonie dronken we samen wat in het restaurant van het zorgcentrum waar Lenie al die tijd had gewoond. Voor ons was de cirkel rond.

Het mozaïek is in beton gegoten en afgewerkt met een band van cortenstaal. Zo kan het tegen weer en wind. Er komt nog een tekst, gelaserd uit RVS “Ons voorgedaan in de Graalbeweging” op de rand te staan.

De beheerder van de begraafplaats kon er op 7 juli niet bij zijn maar ik belde hem later op om te vragen of het allemaal goed was zoals we het gedaan hadden. Hij zei dat hij en zijn groep vrijwilligers erg trots waren dat ze zo’n mooi kunstwerk op hun begraafplaats hadden.

Zo hebben we Lenie ingebed in gemeenschap en hopen wij dat ze mag rusten in vrede.



BINNENGEKOMEN

Boekpresentatie van de Vrouwen van Bethanië

Chris de Leeuw

In augustus was de boekpresentatie van: ‘met de moed der hoop, een geschiedenis van de Vrouwen van Bethanië’, geschreven door Gabriëlle Dorren. Het boek bestaat uit twee delen. Het eerste deel vertelt over het ontstaan en de geschiedenis van de Vrouwen van Bethanië tot het moment dat er een einde kwam aan hun werkzaamheden als collectief.

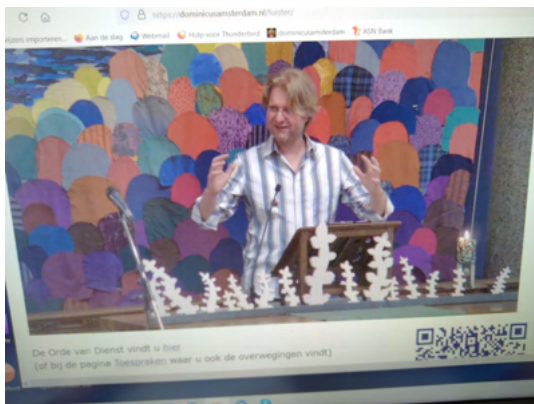
Graf van Lenie Webbers



Oefenen in levenskunst



Takjes van hoop



Vrouwen van Bethanië



Het tweede deel geeft de gesprekken weer die Gabriëlle had met een twintigtal Vrouwen van Bethanië, waarbij Ine van Emmerik hielp met het redigeren daarvan, zoals zij zo'n 20 jaar geleden deed bij *Gevaarlijk Modern – Levende geschiedenis van vrouwen in de Graalbeweging*.



Het was een inspirerende middag. De speeches waren kernachtig. Het doel dat de Vrouwen van Bethanië in Nederland en in verschillende andere landen altijd voor ogen staat is: 'mensen op het spoor van God te brengen' en 'mensen helpen om hun eigen weg, hun eigen diepte te ontdekken'. In de verhalen kwam een beeld naar voren van luisteren wat in iedere tijd nodig is, van een blijvend zoeken, van goede maar ook heel realistisch van moeilijke tijden waarin zij - in een samengaan van actie en contemplatie - werkten. Het ontroerde mij hoe in een reflectie Professor Wissink zei: "zij gaan de weg van alle vlees" en aangaf hoe deze krachtige en kwetsbare vrouwen ons een geestelijk testament achterlieten, met de moed der hoop, met vertrouwen in de toekomst die nu nog duister is.

Na een muzikaal intermezzo interviewde Ine van Emmerik enkele vrouwen met de vraag wat betekent 'luisteren' voor jou? Ik kon het natuurlijk niet allemaal onthouden, weet dat ik hen te kort doe als ik maar een enkel fragment weergeef:

- Vroeger was luisteren gehoorzamen, maar via 'ik weet zelf eigenlijk niet wat ik denk' groeide het naar een luisteren met mijn hart en een echt verstaan wat de ander zegt
- Er zijn voor de ander, met geduld wachten op wat de ander kwijt wil
- Ook luisteren naar de vogels
- Luisteren naar het licht

Ik wou dat mijn geheugen beter was, er werden zulke mooie dingen gezegd...

Namens de Graalbeweging mocht ik de Vrouwen van Bethanië een cadeau aanbieden. Gezien had een idee: op de website kun je olijfbomen voor Palestina geven. Natuurlijk vond ik dat een prima idee want in mei is er tijdens de onlusten tussen Israëliërs en Palestijnen brand gesticht bij onze vrienden van de Tent of Nations waarbij meer dan duizend bomen en wijnranken vernietigd zijn en honderden bomen beschadigd. Ik heb meteen gevraagd om boomcertificaten, getekend door Daoud Nassar, en die ingevuld. In mijn fotobestand had ik nog een foto van de Vrouwen van Bethanië Riet Spiering, die tijdens onze Dominicusreis in 2012 samen met mij een half uur gezwogen heeft om een

gat te hakken om ons kleine olijfboompje in te planten. Daarom kreeg zij het cadeau plus de foto, wat haar en enkele andere vrouwen heel blij maakte. Ik ben dankbaar dat ik deze middag mee kon maken.

Het boek heb ik gekocht en dat komt in de bibliotheek van ons Graalhuis.

Oefenen in levenskunst

Ine van Emmerik

Tijdens de presentatie van het boek *Met de moed der hoop* wilden we ook in gesprek met een aantal van de vrouwen wier levensverhaal is opgenomen in het boek. Vrouwen van Bethanië Magda Frijns, Hanne Weijtjens, Riet Spierings en Mariet Rijk wilden dat gesprek wel aangaan.

Het voeren van een gesprek vroeg wat extra inspanning vanwege de coronamaatregelen. We hielden 1,5 meter afstand en dat betekende dat Magda, Hanne, Riet en Mariet naast elkaar op de voorste bank zaten. Zomaar een microfoon gebruiken kon ook niet, die moest aan een stok. Maar daar was Gabriëlle Dorren gelukkig behulpzaam.

Ter voorbereiding dacht ik na over het thema van het gesprek. Als lid van de leesgroep zag ik de geschiedschrijving door Gabriëlle gaandeweg vormkrijgen en het deel met de interviews leerde ik heel goed kennen vanwege mijn redactiewerk. Dat bracht me op mijn uiteindelijke vraag:

Luisteren is een rode draad is in het verhaal van Bethanië. Luisteren naar je roeping. Luisteren tijdens inkeer en gebed. Luisteren en present zijn in het werk dat je deed. Luisteren om te onderscheiden in het zoeken naar een antwoord op een vraag. Dus is mijn vraag: wat betekent luisteren voor jou in je leven?

Tijdens het gesprek ontvouwde zich de wijsheid en gedrevenheid van de vrouwen van Bethanie, ieder op haar eigen manier. Precies zoals in de verhalen in het boek.

Magda Frijns vond het aanvankelijk moeilijk wat over luisteren te zeggen. "Het gaat erom wie er voor je staat, het kan alle kanten op. Het gaat om luisteren en dan reageren" Magda noemde zich "meer een actieveling dan een contemplatieveling". Ze gaf een paar voorbeelden. Hoe ze in actie kwam om in haar parochie zelf de dienst te begeleiden, toen er een keer per maand geen priester kon zijn en dus geen dienst. 'Dat kun je niet maken,' zei ze, 'dan doen we het zelf'. En vijf jaar lang ging ze voor en vond het prachtig werk. Ze vertelde ook hoe ze moeizame geloofsgesprekken voerde met een man die zich wilde laten dopen. Ze luisterde eindeloos. Na een tijd zei ze: "dit gaat niet, we stoppen hiermee,

het komende half jaar doen we helemaal niks" Na een paar maanden kwam hij bij haar terug, hij wilde niet opgeven, er kwam beweging en hij werd uiteindelijk gedoopt.

"Het gaat om luisteren naar wat het leven je brengt en daarop ingaan", zei Hanne Weijtjens. Ze vertelt over een mooie ervaring van wederzijds luisteren. "We kregen een verzoek van een familie om bij de begrafenis van hun vader een woordje te doen. Ja heb ik gezegd. Ik heb het gezin gevraagd om over hun vader te vertellen en dat was al de moeite waard. Ze vertelden en vulden elkaar aan en ik luisterde heel aandachtig. In de dienst gaf ik een woordje terug uit hun verhalen en toen luisterden zij ook weer heel aandachtig". Maar soms is het laten bezinken van een geloofsvraag die je krijgt ook een vorm van luisteren. Zeggen dat je het niet weet en later daarop terugkomen met het antwoord dat je hebt gevonden.

"Luisteren is proberen te verstaan wat er wordt gezegd. Mensen komen om gehoord te worden, om gezien te worden, er te mogen zijn", zei Riet Spierings. We hadden het over het feit dat haar slechte gehoor daarin een beperking is. "Dat is moeilijk. Wanneer je dingen niet verstaat, heb je soms gevoel dat je niet aanwezig bent, dat je niet wordt gehoord maar ook niet gezien. In mijn opvoeding leerde ik te luisteren naar gezag; die weten het beter. Ik heb moeten leren luisteren naar mijn ziel, als ik op een punt kwam dat ik eigenlijk zelf niet meer wist wat ik denk. Dat luisteren heeft mij ergens gebracht. Nu lijkt luisteren soms wel een toverwoord: luister naar je hart, luister naar wat jij wilt.

Luisteren is nooit het eindpunt, er is ook het spreken. Dan is het de kunst om op het goede moment te spreken. Luisteren is het afpellen van de dingen, luisteren waar de ander is, de behoefte is soms heel anders dan jij zou willen brengen.

Luisteren is eigenlijk een oefening in levenskunst. Het is de kern van ons bestaan. Luisteren om te komen bij de ziel, in een contemplatieve houding. En om praktisch te verstaan wat er wordt gezegd en daar wat mee te doen".

Mariet Rijk vertelde hoe ze die middag al vroeg in de kerk was. "Ik vroeg me af: ja luisteren, wat is dat nou? Ik dacht: om te beginnen aanvaarden dat het is zoals het is, wat hier nu gebeurt, de opstelling van alle apparatuur, de zorg voor koffie, taartjes, bloemen. Je erin bewegen, je plek nemen, je verantwoordelijkheid.

Maar luisteren is ook wat ik de afgelopen tijd vaak deed: om half vijf de ramen opendoen en luisteren naar de vogels. Iedere keer weer dat geluid: hier ben ik, als het licht aanbreekt en als het vertrekt, op het ritme van licht en donker. Ik vind het ontroerend; daar zit ik in, in de beweging van het leven".

Alle reacties illustreerden de opmerking van Riet: Luisteren is het kernpunt van ons bestaan. Hanne vertelde ze hoe dat pas nog praktiseerde. "Ik dacht altijd dat ik maar wat aantoddelde in mijn werk, dat ik geen goede plannen had. Ik merkte wel dat mensen mij mochten, omdat ik naar ze luisterde en belangstelling had. Door hoe mijn woorden werd beschreven in het boek ben ik me gaan realiseren dat ik ze daarmee moed gaf om hun eigen krachten naar boven te laten komen. Dat was een mooi inzicht. Ik heb zo oud als ik ben naar mezelf geluisterd".

Luisteren is een blijvende oefening in levenskunst. En vriendschap is daarbij belangrijk, Mariet benadrukte dat maar weer; de ontmoeting met een ander kan voor jou een deur openen die een leven lang openblijft. Die middag van 13 augustus was er de vriendschap van al die mensen die het boek *Met de moed der hoop* samen ten doop hielden.

Takjes van hoop

Chris de Leeuw

Zondag 20 Juni volgde ik thuis op mijn computer de viering in mijn geliefde Dominicuskerk. Het thema was: kunst kan ruimte in mensen scheppen, kunst scheidt een band tussen mensen.

Bij een kunstenaar – Femke Kempkes, ook een gemeentelid – zag onze pastor keramieke ‘takjes van hoop’ die hij voor deze morgen leende.

Uit Isiah werd gelezen:

*Dan zal een twijg aan de stronk van Jesse ontspruiten,
een scheut uit zijn wortel ontkiemen.*

de geest van Jahweh zal op hem rusten:

de geest van wijsheid en verstand,

de geest van raad en sterkte

de geest van kennis en godsvrucht,

en de geest van Jahweh zal hem vervullen.

In zijn overweging zei de pastor dat Isiah waarschijnlijk veel oude boomstronken had gezien die dood leken, uitgedroogd, maar dat hij ook zag hoe desondanks kleine twijgjes eraan groeiden. Hij vroeg zich af: zijn wij als gemeenschap ook een oude stronk? Zullen wij elkaar kleine takjes van hoop geven, en die ruimte geven om te groeien, ook als we niet weten wat er uit zal groeien. Toen had ik tranen in mijn ogen: is onze Graal in veel landen ook niet een oude, uitgedroogde stronk? Durven wij te vertrouwen dat twijgjes kunnen groeien? De Graal heeft zo veel te geven, ook aan mensen van deze tijd!

Durven wij jonge mensen een kans geven om nieuwe mogelijkheden te ontwikkelen?

“In de ontredde kunnen wij nieuwe wegen openen” zei de pastor en ook: “het wortelstelsel van de stronk is vol kracht en sterk.” Ik dacht: dat zijn de wortels van onze internationale Graal ook, en ik kon weer glimlachen.



Laten wij elkaar virtueel kleine takjes van hoop geven, hun groeikracht tijd geven om tot bloei te komen en geduldig zijn om te ontdekken wat er uit groeit.

Diezelfde dag zag ik op tv. Hedy d'Acona, 83 jaar oud, die het boek schreef *Vrolijk Verval*. Zij schrijft over haar irritatie dat oude mensen gestereotypeerd worden als pathetisch, kwetsbaar en eenzaam. Natuurlijk zijn oude lichamen niet meer zoals zij vroeger waren, maar er zijn nog zoveel mogelijkheden van wat mensen kunnen doen. Hedy adviseert: leer iets nieuws, vind een hobby, ga op reis. Ik dacht aan de vele talenten van Graalvrouwen die zij met anderen kunnen delen. Soms hoor ik een van hen zeggen: ‘ach ik kan niet veel meer nu ik oud ben’ en dan hoor je hoe zij regelmatig naar een verzorgingshuis gaat om thee te schenken, een praatje te maken of te wandelen met cliënten, of hoe zij in een koor zingt of een praatgroep leidt.... Zelf ben ik blij dat ik nog steeds op scholen mijn oorlogservaringen kan delen met jonge mensen die geïnteresseerd zijn om het te horen.

Laten wij daarom virtueel twijgjes van hoop geven aan al onze Graalleden, jong en oud.



Ontvankelijk voor het onverwachte

Heleen Soethoudt-Barends

In dit stukje wil ik pleiten voor de ontmoeting met het onverwachte. Denk daarbij aan reizen, een nieuwe cursus of een nieuwe baan, of verhuizen naar een andere streek of een ander land.

Laten we inzoomen op een vakantie. Je trekt weg van je vertrouwde woonplek en gaat een avontuur aan. Op vakantie is alles vreemd. De reis, de plek waar je verblijft en alle ontmoetingen. Als je ontvankelijk bent voor het onbekende, kunnen er bijzondere dingen gebeuren. Zo ontmoette ik in het Nivonhuis deze zomer een huiswacht die als vrijwilliger bij de politie had gewerkt. Als vrijwilliger had hij ook schietles gekregen en een dienstwapen ontvangen. Bij vechtpartijen speelde hij een belangrijke rol om de boel te kalmeren.

Ontmoeting met het onbekende. Op vakantie is alles vreemd. Soms is het niet leuk. Het vakantiehuis valt tegen, de camping blijkt langs een drukke weg te staan. Het eten is wel lekker, maar het ontbijt is heel erg karig of je hebt voortdurend maagpijn omdat de maaltijden te sterk zijn gekruid.

Ontvankelijk voor het onbekende. Soms vallen de dingen juist mee. Het reisgezelschap is heel anders/veel leuker dan je je had voorgesteld. Je kunt je goed verstaanbaar maken in een volstrekt vreemde taal. Je ontdekt wat je met handen en voeten kunt vertellen.

Tijdens je vakantie of verre reis word je telkens door elkaar geschud in je verwachtingen en wat je uiteindelijk krijgt.

Als je je ontvankelijk kunt opstellen, kom je na zo'n vakantie rijker thuis. Je hebt zoveel nieuwe levenservaringen opgedaan.

En bij pech onderweg, of bij een ongeluk of ziekte in een vreemde streek blijken er toch altijd weer engelen op je pad.

Je kunt...

*Je kunt de eerste toon zijn van een lied
dat alle grenzen doet vergeten.
Wees niet bang wanneer de toon amper klinkt,
wees niet bang.*

*Je kunt de eerste vonk zijn van een vuur
dat van wapens ploegen smelt.
Wees niet bang wanneer de tegenwind je striemt,
wees niet bang.*

*je kunt de eerste kiem zijn op een veld
dat alle handen vullen zal met brood.*

*Wees niet bang wanneer het lang vol stenen zit,
wees niet bang.*

*Je kunt de eerste druppel van een bron zijn
Die dorst in de woestijn zal lessen.
Wees niet bang wanneer de wolk nog zwijgt,
wees niet bang.*

*Je kunt de eerste pas zijn van een dans
die alle voeten leidt naar vrede.
Wees niet bang wanneer je voet nog struikelt,
wees niet bang.*

Christa Peikert-Flaspöhler

Sponsoring Graalbeweging aan Stichting 2bfree

Gusta Bouwman

Hartelijk dank!

Graag willen wij u opnieuw hartelijk bedanken voor uw deelname aan het werk van Stichting 2bfree onder Survivors van Mensenhandel. Mede dankzij de giften van de Graal kunnen wij (zoals moeder Theresa het noemt) Gods Liefde praktisch maken en mogen de vrouwen ondervinden dat zij waardevol zijn.

Dit doen we door persoonlijk contact, gebed, een veilige opvang en activiteiten die gericht zijn op ontspanning, herstel en ontmoeting. Daarnaast bieden we trainingen die gericht zijn op persoonlijke ontwikkeling en het versterken van zelfredzaamheid, zodat de vrouwen zichzelf (opnieuw) ontdekken en worden wie ze zijn.

We zijn ervan onder de indruk dat de vrouwen graag komen en in sommige gevallen zelfs twee à drie uur reizen om onze activiteiten bij te wonen.

We zijn op zoek naar....

- Iemand die kan genieten van een verhaal, interessante informatie of een mooi gedicht.
- Iemand die er plezier in heeft om ook zelf een tekst te schrijven.
- Iemand die er plezier in heeft om gezamenlijk te brainstormen over een thema.

- Iemand die vier keer per jaar een dagdeel tijd heeft om deel te nemen aan de redactie van ons blad.
- Iemand die kritisch naar een tekst kan kijken.

Meld je dan aan om nader kennis te maken met de redactie van Intergraal, We hebben jou dringend nodig. Graallidmaatschap is niet vereist.

Contact adres: Elly van Leeuwen (ellyvanleeuwen@hetnet.nl)

RUBRIEKEN

Graalkorrels

Bewerkt door Didine Petit



Papoea-Nieuw-Guinea

Dit jaar zou de P.N.G. Graal haar 40ste verjaardag willen vieren, maar tot nu toe hebben noodzakelijke coronabeperkingen dit verhinderd.

In 1981 werkten Jill Herbert, Jenny Mitchel en Sheila Hawthorn, drie Australische Graalleden, in P.N.G. met de Wewak Catholic Education Fund. Crescentia Lementi en Maggi Cajupe vroegen toen om samen met hen te mogen leven en dit was het begin van een nieuwe lokale groep. Zij kregen een huis aangeboden en deze woning is tot nu toe hun 'Graalhuis' gebleven. Eerder had Elisabeth Waken de Graal al leren kennen in Australië, toen ze er verpleegkunde studeerde. Vorig jaar heeft ook haar schoondochter, Philma, een commitment in de Graal uitgesproken!

Een 40-tal Graalvrouwen werken nu heel intensief in verschillende sectoren, zoals gezondheidszorg, onderwijs, educatie, maatschappelijk werk en administratie. Zij doen dit naast hun familiale en parochiale verantwoordelijkheden. Adriana Georges organiseert bijvoorbeeld bekende succesvolle debatten over culturele en economische thema's tussen leerlingen van verschillende scholen. Ze doceert eveneens aan het kleinseminarie van Rabaul.

De Graalleden wonen in vier provincies op grote afstanden van elkaar. Enkelen wonen elders zonder nabije Graalgroep, meestal omwille van gezondheidsproblemen die bijzondere aandacht vragen.

Tijdens de recente internationale Zoommeeting over Leiderschap in de Graal kwam aan bod dat veel diversiteit in de verschillende Graallanden verrijkend

kan zijn, maar dat er wel problemen ontstaan door het grote inkomensverschil tussen rijke en arme landen. Dit is nog verergerd door de klimaatcrisis en de coronapandemie. Arme landen zoals P.N.G. hebben slechte digitale communicatiesystemen en ook onbetrouwbare postdiensten en transportmiddelen. Hierdoor zijn ze veel meer afwezig gebleven van Zoombijeenkomsten voor de 100-jarige viering en A.L.V. van de internationale Graal.

Paula Paime en Sabrina Ewwa, oudere en meer ervaren Graalleden van P.N.G., zijn de laatste jaren gestorven, waardoor Monica Liume alleen overbleef in haar Nationaal Team...

Ondanks dit alles valt een inspirerend geloof, hoop en doorzettings-vermogen op bij al deze vrouwen.

(Sheila Hawthorn. International Grail Movement Newsletter. Juli 2021)

Mozambique

Abida Jamal nam deel aan het digitale 'High Level Political Forum on Sustainable Development Platform' van de Verenigde Naties. Zij meldt dat de deelnemers bijzondere aandacht schonken aan de reeds bovenvermelde digitale kloof. Tijdens coronalockdowns kunnen alleen kinderen met toegang tot internet hun schoolopleiding doorzetten. Zo wordt een groeiend aantal arme kinderen opnieuw gedwongen tot kinderarbeid en erg vroegtijdige huwelijken.

Kimy Chadreque nam deel aan het 'Generation Equality Forum'. Zij wijst op het gebrek aan toegankelijkheid van virtuele bijeenkomsten voor plattelandsmeisjes en meisjes met een beperking. Hiervoor moeten dringend oplossingen gevonden worden.

Abida Jamal wil meewerken aan duurzame oplossingen voor dit probleem. Het is nodig ontmoetingsplaatsen te creëren waar arme kinderen toegang krijgen tot betrouwbare elektrische voorzieningen, internet, smartphones en computers. Zij hebben ook nood aan vorming om al deze middelen goed te gebruiken.

Het thema van de Meisjesdag 2021 van de Verenigde Naties, waaraan de Graal jaarlijks deelneemt, is 'Wegwerken van de digitale kloof om verandering te versnellen'. Op 11 oktober zullen een aantal meisjes tijdens een virtuele V.N. uitwisseling toespraken houden met pertinente vragen aan de beleidsmakers. Ze zullen ook vooraf opgenomen video's tonen met wensen van meisjes die nog geen toegang hebben tot internettechnologie.

(Abida Jamal en Kim Chadreque. Grail Link to the United Nations Network Newsletter. Juli – augustus 2021)

BOEKENHOEKJE

Eindelijk volwassen - De wijsheid van de tweede levenshelft *Marthe Link*

Soms is er een boek dat, bij het lezen ervan, je verzekert dat het gelezene met meer mensen gedeeld moet worden. Maar dat is niet altijd goed over te dragen. Toch wil ik een poging doen.

Ik heb het over een boek van Frits de Lange, hoogleraar Ethiek en Systematische Theologie, een geleerde man, die meer boeken geschreven heeft. Maar in dit boek, getiteld; *EINDELIJK VOLWASSEN- DE WIJSHEID VAN DE TWEEDE LEVENSHELFT* doet hij, zoals hij zelf aangeeft 'een voorstel voor een ander script voor de tweede levenshelft, dat helpt om er zin in te krijgen'.

Veel lezers van dit blad zijn al geruime tijd in die tweede levenshelft, met of zonder zin. En ik ben daar zeker één van. De auteur staat aan het begin van die periode, hij gaat met pensioen en heeft duidelijk nagedacht over de vraag, hoe zinvol het leven dan ook nog kan zijn. En wat je daar zelf aan kunt doen.

Het lezen van zijn boek heeft mij veel gebracht en ik zou het graag iedereen, die zich bezighoudt met de vraag naar 'zin' gunnen. De schrijver begint met een lange inleiding, die in de vijf volgende hoofdstukken verder uitgewerkt worden, en daaruit citeer ik iets:

'Iemand is wijs, niet als zij veel weet, maar als iemand zichzelf op zijn minst, kan relativiseren. Jung schrijft: 'Men komt de namiddag van het leven niet door op grond van het programma van de levensochtend; want wat 's ochtends geweldig was, is in de middag niets meer en wat eerst als waar gold, blijkt 's avonds een leugen'.

De Lange citeert in de inleiding een paar regels uit een gedicht van Elisabeth Eybers, dat ze schreef op hoge leeftijd:

Ek hoop om te voldoen aan omgekeerde bloei
en leeg genoeg te loop om vol te loop
met wat van hierbuiten binnevloei

In één van de volgende hoofdstukken citeert hij het hele gedicht als illustratie van een bijna transparant geworden werkelijkheidservaring, wijsheid als 'sophia', wijsheid als levenskunst.

De auteur put uit vele bronnen: oude Egyptische, Griekse, maar ook bijbelse wijsheids boeken als Spreuken, Prediker, Job, de zgn. chochma-literatuur, en in de vijf hoofdstukken werkt hij dat verder uit. Ik sluit af met een citaat: 'ware wijsheid in de tweede levenshelft is dat je de gerichtheid op jezelf kwijtraakt.

Dan pas ontstaat er een innerlijke ruimte die ook gevuld kan worden met wat niet van jezelf is'.

Een boek dat voor mij heel verrijkend is en dat ik iedereen zou gunnen. Ik neem het vaak weer ter hand om te herlezen. En het is een heel geschikt boek om met meerderen te lezen en er met elkaar over in discussie te gaan.

VOEDSELHOEKJE

Falafelwrap met bieten-fetaspread

Ingrediënten:

1 el. olijfolie, 100gr. falafel, 1 rode gekookte biet in stukken, 50 gr. feta, 1 uitgeperst teentje knoflook, 1 grote tortillawrap, 25 gr. veldsla, handje fijngesneden munt.

Bereiding:

Verhit de olie in een koekenpan en bak hierin de falafel in circa 5 minuten goudbruin en knapperig.

Pureer intussen met een staafmixer de biet, feta en knoflook tot een spread. Breng op smaak met zout en peper. Bestrijk de wrap met de bietenspread en verdeel de veldsla en de munt erover. Schep de falafel erop en rol op.

Uit: Boodschappen, door Esther

Pompoensoep

Ingrediënten:

400 gr pompoen, 700 ml water, 1 ui, boter of olie, 100 ml room, 1 blokje groentebouillon, theelepel kerrie, peterselie, pompoenpitten en stukjes appel.

Bereiding:

Snijd de pompoen in stukken en verwijder de schil. Verhit de boter en voeg de stukken pompoen toe.

Snijd de ui grof en doe deze ook in de pan. Bak ongeveer 3 minuten. Giet het water erbij.

Verkruimel het bouillonblokje in het water en voeg de kerrie toe. Laat 20 min. zachtjes koken.

Pureer alles tot een gladde soep. Voeg de room toe en mix alles nog een keer goed door. Serveer dan met wat peterselie, pompoenpitten en eventueel met wat extra room en stukjes appel.

Espria, ledenvereniging

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 ondertekening.
- * 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

**Bloeiende heide
geur van honing
dansende bijen -
mijn ziel tot woning**

