

Maart 2025 – Jaargang 2, nummer 3

Wij Zêeuwen

E-magazine van Senioren Regio Zeeland,
onderdeel van Senioren Brabant-Zeeland.



• P.31
Wachten, wachten
Op het moderamen
Amen, amen
Op het moderamen
amen



P.6
'Ik noem mezelf eigenlijk
geen kunstenaar'

P.18
Op excursie naar
Eiverbui' en
'Scherpenhuivel'

P.28
Tai chi en Qi gong
in de polder



‘Wij Zêêuwen’
is een uitgave van
Senioren-Zeeland

Blijf ons ondertussen ook volgen op:

 facebook.com/kbo.zeeland.3

en



Voor al het andere nieuws vanuit
Senioren-Zeeland kijkt u op
onze website

<https://senioren-zeeland.nl>

Redactie Wij Zêêuwen:

Jan van den Boom
Lillianne van der Ha
Rob Rijkschroeff

E-mailadres redactie:
wijzeeuwen@kbozeeland.nl

Art Direction

Jan van den Boom

Het toesturen aan ‘Wij Zêêuwen’
van foto’s en teksten impliceert
toestemming tot publicatie.

Toegestuurde teksten worden niet
automatisch geplaatst.

Indien u als afdeling iets te melden
hebt voor ‘Wij Zêêuwen’
of de digitale ‘Wij Zêêuwen’ niet
meer wenst te ontvangen, dan
kunt u dit melden via e-mail:
wijzeeuwen@zeelandnet.nl

Kijk voor het laatste nieuws
op de websites

www.senioren-zeeland.nl of
www.seniorenbrabantzeeland.nl

Voorwoord

Beste lezers,

Als mensen ergens door geraakt zijn, dan willen ze dat delen. Gelukkig weten lezers van Wij Zêêuwen steeds vaker de weg naar de redactie te vinden.

Zo ontvingen wij als reactie op het artikel van Arend van der Wel over het Watersnoodmonument een roerende reactie van een oud-inwoner van Kruiningen, die vertelt over haar ‘Watersnoodkind’, inderdaad inmiddels 72 jaar oud.

Ook het artikel over Hans Heeren viel bij velen in goede aarde. De redactie hoopt dat er ook deze maand bijdragen bij zijn die veel lezers aanspreken.

Zo schreef onze vaste columnist Ton Roumen speciaal voor Wij Zêêuwen een column over bidden. Dit naar aanleiding van de Kloosterdag in Teteringen op 4 april.

In het artikel over The Passion is de redactie op zoek naar mensen die vanuit eigen ervaring of door geluiden in hun nabije omgeving iets willen delen over de beleving van The Passion die dit jaar in Terneuzen plaatsvindt.

Verder vragen wij uw speciale aandacht voor de jaarlijkse excursie van de commissie Mens en Religie. Op pagina 19 leest u hoe u zich kunt aanmelden.

In de stilte tussen de woorden vind je vaak de antwoorden waar je naar op zoek bent. Je ontdekt meer wanneer je oprecht, met je hart luistert. Onze wereld vraagt om betrokken luisteraars en toeschouwers.

Veel leesplezier

Inhoud



10



18



24



29



32

- 2 Info
- Voorwoord
- 3 Inhoud
- Senioren Brabant-Zeeland**
- 4 Een nieuw pensioenstelsel?
Wat betekent dat?
- Activiteit afdelingen**
- 5 Dames aan het biljart!?
Jan in de Zak
- Rubriek 'Kunst in Zeeland'**
- 6 Cockey Wattel: 'Ik noem mezelf geen kunstenaar'
- Activiteiten afdelingen**
- 9 Het Stampottenbuffet smaakte weer uitstekend
- 10 Op bezoek bij Belgisch grootste zeehaven
- Rubriek 'Natuur in Zeeland'**
- 12 De Koude- en Kaarspolder
- Activiteiten afdeling**
- 15 Senioren Vogelwaarde op stoom
- Scheppingsverhalen**
- 16 Maori-mythologie
- Activiteit Senioren Brabant-Zeeland**
- 18 Op excursie naar de Abdij van 'Eiverbeu' en de basiliek van 'Scherpenhuiwel'
- Column Ton Roumen**
- 20 Bidden met toewijding
- Het rijke Roomse Leven**
- 21 Waartoe zijn wij op Aarde?
- Algemeen**
- 22 Hoe lang vasten mensen al?
- 24 The Passion 2025 'Ik ben bij je'
- Activiteit Senioren Brabant-Zeeland**
- 26 Weer (samen) leren bidden
- Activiteiten afdeling**
- 28 'Tai chi' en 'Qi gong' in de polder
- Algemeen**
- 29 Landelijke Opschoondag
- Hersenspinsel**
- 30 Wachten
- Activiteiten afdeling**
- 32 'De magie van Carnaval'

Maart 2025

Een **nieuw** pensioenstelsel?

Wat betekent dat voor u?



Dinsdagavond 11 maart krijgt u een unieke kans om al uw vragen over het nieuwe pensioenstelsel vanuit uw eigen huiskamer te stellen aan een expertpanel tijdens onze live uitzending vanuit de studio.

De afgelopen jaren hebben in de Eerste en Tweede Kamer rondetafelgesprekken plaatsgevonden over de wijziging van ons pensioenstelsel: volksvertegenwoordigers die in gesprek gingen met experts vanuit belangenorganisaties, pensioensector en wetenschap. Dat resulteerde in de Wet toekomst pensioenen, die medio 2023 is aangenomen.

Mag ik daar iets van vinden?

Misschien heeft u deze rondetafelgesprekken via televisie gevolgd en gedacht: maar wat betekent dit nu voor mijn (toekomstige) pensioen en mag ik daar zélf ook iets van vinden? Goede kans dat u in verwarring achterbleef, omdat experts elkaar soms ronduit tegenspraken. Wel zal duidelijk zijn geworden dat u zelf niets mag vinden van de overgang naar een nieuw stelsel. In de wet is het individueel bezwaarrecht geschrapt.

Zo dient u uw vragen in:

Op dinsdag 11 maart, de dag van de uitzending, via de QR-code op het scherm.

- Vanaf vandaag per e-mail naar redactie@onsmagazine.nl o.v.v. 'pensioenvraag'.
- Wie niet digivaardig is kan een vraag vooraf telefonisch doorgeven op (073) 644 40 66 (maandag t/m vrijdag van 10.00-12.00 en 14.00-16.00 uur)

Rondetafel voor het volk

Nu er in de Tweede Kamer een voorstel ligt van NSC en BBB om deelnemers (premiebetalers, slapers en gepensioneerden) alsnog inspraak te geven over het wel of niet invaren van hun opgebouwde pensioen-rechten in het nieuwe stelsel, organiseren wij zelf een rondetafelgesprek. Niet met de volksvertegenwoordigers in Den Haag, maar met het volk zelf.

Heldere uitleg

Vanuit een studio wordt vanaf 19.00 uur eerst een korte, heldere uitleg gegeven over ons huidige pensioenstelsel en de veranderingen die het nieuwe stelsel met zich meebrengt. Daarna kunt u uw vragen voorleggen aan ons panel in de studio.

Vier topdeskundigen – Jacintha van Bijnen, Rob de Brouwer, Han de Jong en Jelle Mensonides – beantwoorden de vragen.

Het evenement is een initiatief van Senioren Netwerk Nederland, Nederlandse Bond voor Pensioenbelangen en ONS Magazine. Deelname is gratis en u hoeft geen lid te zijn van een van onze verenigingen.

Ga op 11 maart naar onsmagazine.nl/pensioengesprek.

Daar kunt u het evenement live volgen. Via de QR-code op het scherm kunt u uw vragen indienen.

We beginnen om 19.00 uur en eindigen zodra uw vragen beantwoord zijn, maar uiterlijk om 21.00 uur.

Bron: Senioren Brabant-Zeeland

Foto: Shutterstock

Dames aan het biljart!?



In de soos van Senioren Ovezande staan twee mooie biljarts die door de heren de hele week veelvuldig gebruikt worden. Maar daar is sinds januari 2025 verandering in gekomen, want vier dames hebben de keu ook ter hand genomen en oefenen op dinsdagmorgen om het libre biljarten onder de knie te krijgen.

Biljarten is toch lastiger dan het lijkt. Er komt veel bij kijken om de ballen goed te raken en ook nog te zorgen dat ze niet over het hele biljart verspreid liggen.

Maar oefening baart kunst, dus de dames blijven het proberen. Goed voor de conditie en je blijft er lenig van.

Tekst: Irma Duvaloois.



Jan in de Zak

Op 11 februari heeft de afdeling Philippine een gezellige middag gehouden met het nuttigen van Jan in de Zak welke waren bereid door enkele vrijwilligers en een aantal rondes bingo.

Voor diegenen die niet weten wat Jan in de Zak is hierbij een verklaring van dit oeroude recept:

Jan in de zak is een oer-Hollands gerecht dat vroeger uit armoede gemaakt werd. Een grote deegbol vol met lekkere zoete rozijnen in combinatie met boter en stroop; doe ons maar zo'n ouderwetse 'Jan in de zak'! Waar de naam 'Jan' vandaan komt is niet bekend, maar de zak verwijst naar de kussensloop, waarin het deeg met rozijnen zo'n 3 uur gekookt wordt.



Cocky Wattel: **'Ik noem mijzelf geen kunstenaar'**





Een serieuze hobby

‘Ik ben mijn hele leven lang georiënteerd geweest op Walcheren. Ik ben geboren op een boerderij in Grijskerke, ging er in het dorp naar school en ben er later ook gaan wonen.

Tekenen deed ik al van jongs af aan en op de MULO stimuleerde mijn tekenleraar mij om met tekenen door te gaan. Daar kwam echter niets van terecht. Toch pakte ik deze hobby vele jaren later weer op: ik volgde acht jaar cursussen in schilderen en materiaalkennis, onder andere bij de kunstschilder Ronald Mullié. Ook kreeg ik les van Marian Siereveld.

Ik noem mijzelf geen kunstenaar, ik vind dat woord te beladen. Kunstenaar zijn zie ik als een beroep. Voor mij is en blijft het een fijne hobby, wel met het streven om het schilderen serieus te nemen en mezelf te blijven ontwikkelen.

Walcheren en klederdrachten

Mijn liefde voor de natuur en klederdrachten is al thuis in mijn jeugd ontstaan. Op onze boerderij gingen we op een nuchtere, maar ook liefdevolle manier met de natuur en met de beesten om.

Mannen en vrouwen in klederdracht waren in mijn jeugd in het dorp nog heel gewoon. Geen wonder dus dat dat in mijn afbeeldingen ook tot uiting komt. De Walcherse landschappen, zoals de duinen, de zee en het boerenland hebben mij altijd bekoord. Wel met een stukje nostalgie: vooral het boerenland fascineert mij

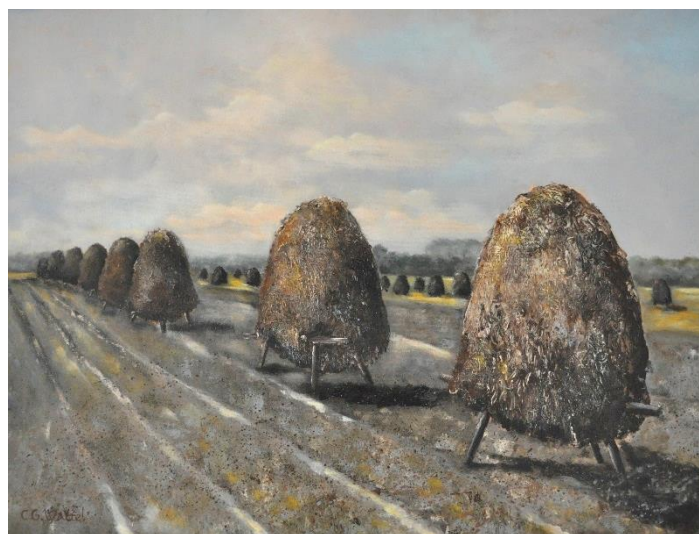
enorm. Ik leef helemaal op bij het zien van onze duinen en stranden met paalhoofden. Nergens vind ik de kust zo mooi als op Walcheren.



Het opspatten van het water tegen de palen, het monotone geluid, de kleurschakeringen in het water, de structuur van de palen en de verschillende kleuren erin zijn machtig mooi om naar te kijken. Hier kan ik eindeloos van genieten!

Realistisch figuratieve stijl

De beelden van de in zee ondergaande zon zijn beroemd, vaak te mooi om dit op het schilderdoek vast te leggen. Dat probeer ik dan ook niet. De kleuren zijn soms zó onwezenlijk mooi.

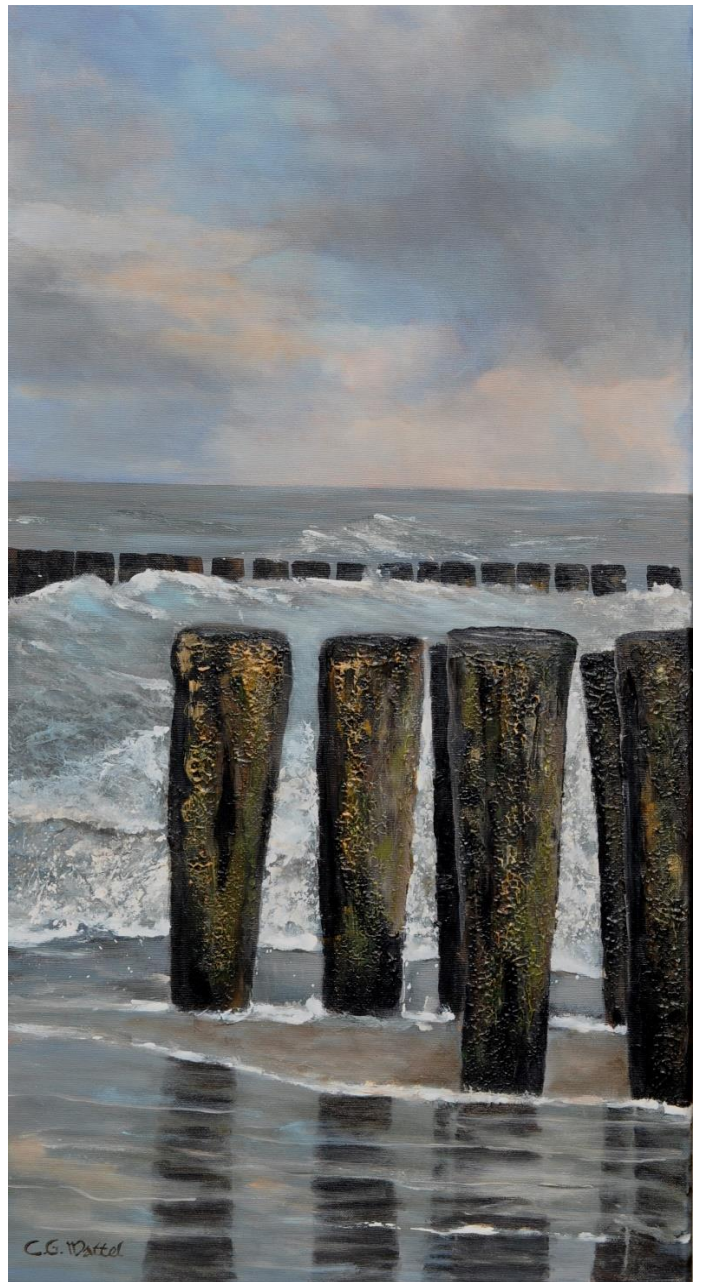


Omdat ik snel wil werken, schilder ik het liefst met acrylverf. Dat schiet lekker op. Mijn schilderijen laat ik

pas zien als ze klaar zijn. Tijdens het schilderproces kan ik slecht tegen kritiek, hoe goed bedoeld ook. Mijn grote voorbeelden zijn de impressionisten, met name van de Haagse School: Mauve, Weissenbruch, Roelofs en Israëls. Mijn stijl is realistisch figuratief.

Ik teken en schilder mijn landschappen vaak zonder mensen of dieren. Een enkele keer een paar koetjes. Ik wil die details er niet in hebben. Daarentegen geniet ik ervan om portretten en personen in klederdracht in allerlei poses te schilderen. Ik laat dan wel meer details toe. Ik vind het dan fascinerend om een stukje nostalgie vast te leggen. Het oude boerenland, met bijvoorbeeld 'ruiters' erop, boeit en ontroert mij het meest. Veel leuker dan herverkaveld land met zijn strakke begrenzingen. Ik hou van het 'oude' land, maar ook het wat verwilderde met windturbines zet ik op het doek.

Als ik schilder voel ik een stuk bevrijding in mijn hoofd. Maar ik ben ook tegelijkertijd prestatiegericht bezig; het moet perfect zijn. Als er een prettige spanning ontstaat, voel ik me in mijn element. Ik heb die spanning nodig om te presteren. Het moet bij mij ook per se lukken. Als dat niet gaat, lig ik 's nachts wakker hoe ik het kan verbeteren. Peinzen hoe ik verder moet en weer alles naar mijn hand kan zetten. Het klinkt tegenstrijdig, maar zo zit ik in elkaar.'



Cocky Wattel (1953) neemt deel aan diverse kunstroutes waaronder de jaarlijkse Kunstroute Midden-Walcheren. Aan huis heeft zij een werkplek waar ze op afspraak te bereiken is. Ook op haar website www.cockywattel.nl zijn haar schilderijen te bezichtigen.

Bronnen:

- Van den Boom, Jan (samenstelling en redactie), 2017 : *Uit de Kunst, hedendaagse landschapsschilders van Zeeland*
- <https://www.internetbode.nl/middelburg/429689/cocky-wattel-ik-noem-mijzelf-geen-kunstenaar>

Het Stampottenbuffet smaakte weer uitstekend

Senioren Vereniging Goes



Met 65 (volle bak) enthousiaste deelnemers hebben we op 19 februari 2025 wederom heerlijk genoten van een uitstekend stampottenbuffet.

De ontvangst was met een alcoholvrije bubbel met als begin van het buffet een heerlijke groentesoep.

Na het nuttigen van de soep werd het stampottenbuffet geopend. Brigit had een lekker buffet samengesteld bestaande uit stampot boerenkool, hutspot en stampot rode bieten met geitenkaas. Dit alles aangevuld met diverse soorten vlees. Gewoon een geweldig buffet waar eenieder heerlijk van heeft gesmuld.

Als nagerecht een heerlijke verrassing als toetje en als afsluiting nog een kopje thee of koffie met bonbon.

De thuisblijvers hebben wat gemist. Heerlijk gegeten en volop gezelligheid met elkaar. Daar doen we het voor!

Anders dan vorige keren zorgde nu toetsenist Henk van Zweden voor passende achtergrondmuziek waarbij door menigeen lekker meegezongen

kon worden. In het blad ONS van april wordt er een verslag met foto's opgenomen. Een journaliste en een fotograaf waren hier speciaal voor gekomen. Los daarvan in dit maartnummer van Wij Zêëuwen voor onszelf dit verslag met foto's. Met dank aan Brigit en staf voor de prima verzorging.

De Activiteitencommissie

Tekst en foto's: Wim Copper.

Op bezoek bij Belgisch grootste zeehaven

Verslag bezoek naar Zeebrugge op 21 februari jl. door Senioren Vereniging AEOS

We zijn met een volle bus, nadat wij de lunch hadden gehad in restaurant 's Lands Welvaren, in Aardenburg, naar het gigantische havencomplex van Zeebrugge geweest.

Met de bus reden we over het havengebied, ons vergapend aan de enorme parkeerterreinen voor auto's en goederen die ingevoerd worden of verscheept moeten worden.

Onze gids liet aan de hand van cijfers zien hoe belangrijk de haven voor België is en we waren erg onder de indruk wat daar allemaal plaats vindt. Gigantische opslagplaatsen voor de goederen die verscheept moeten worden of juist zijn ingevoerd en voor verder vervoer klaar gemaakt worden om met vrachtwagens of trein het binnenland of Europa in te gaan. Logistiek een hele puzzel, dag in dag uit, 24 uur elke dag. Het was zeker de moeite waard om deze uitleg te krijgen.

Weer wat geleerd! Met dank aan de organisatie.

Tekst: Theo Uitdewillige en Wikipedia.





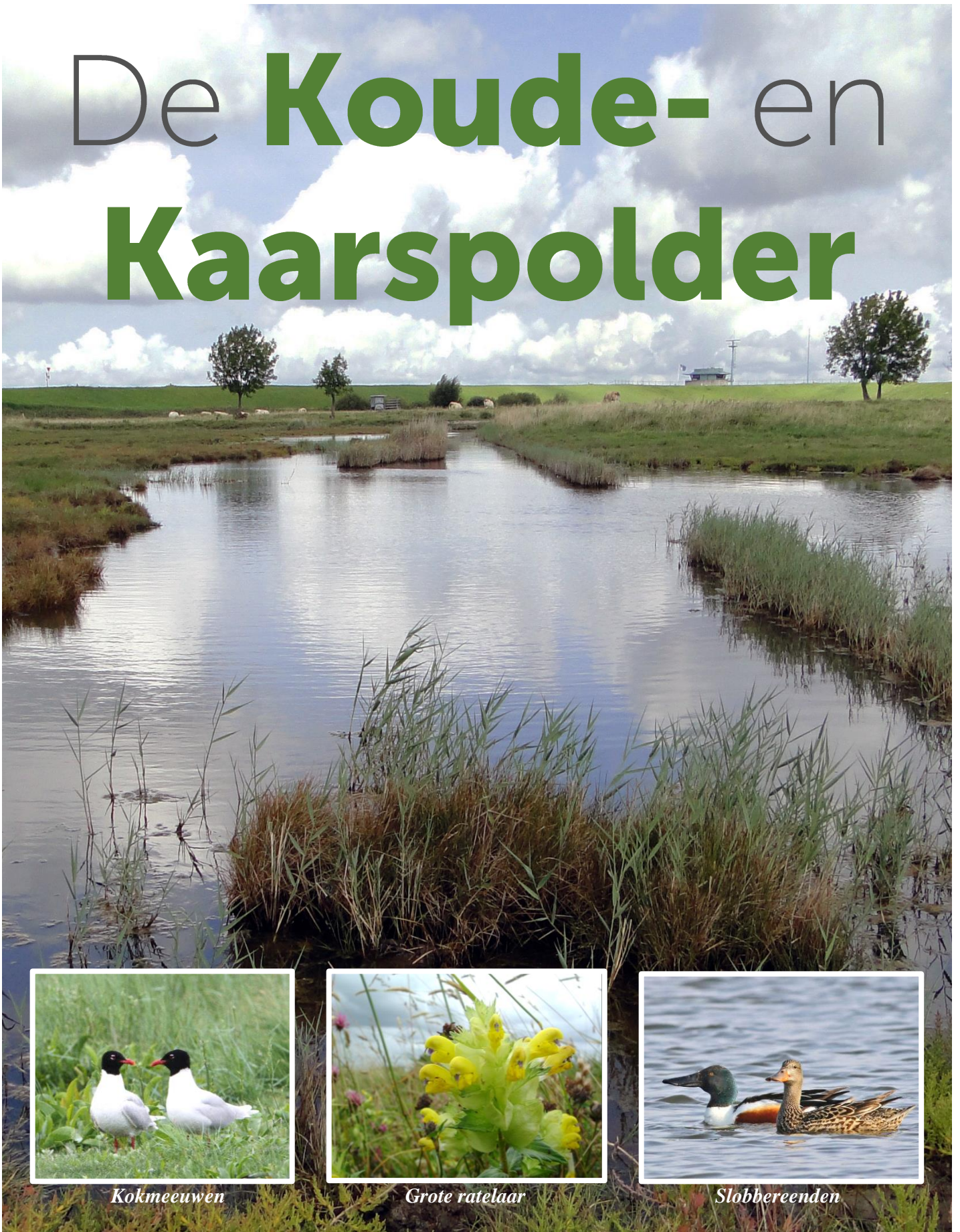
Even wat algemene gegevens:

De zeehaven van Brugge of haven van Zeebrugge is de grootste zeehaven in België. Zeebrugge is een haven voor de behandeling van een brede waaier goederen: eenheidsladingen (trailers en containers), nieuwe wagens, conventioneel stukgoed, projectlading, droge en vloeibare bulkgoederen en aardgas. Zeebrugge is uitgegroeid tot een centrum voor Europese distributie. Jaarlijks bezoeken ruim 8000 zeeschepen de haven en de overslag is op jaarbasis ongeveer 45 miljoen ton. Het is een belangrijke Europese haven voor roll on roll of-verkeer (16,5 miljoen ton in 2019) en de belangrijkste haven ter wereld voor de import en export van nieuwe wagens. De haven wordt gebruikt voor de overslag van containers en trailers en de overslag van rollen papier uit Zweden en Finland. Zeebrugge is ook belangrijke aardgashaven met opslag-terminals voor vloeibaar gas.

Voorts is Zeebrugge in België koploper als passagiers- en cruisehaven. Zeebrugge heeft de grootste vissershaven, een jachthaven en een marinebasis.



De Koude- en Kaarspolder



Kokmeeuwen



Grote ratelaar



Slobbereenden

De inlagen Koudepolder en Kaarspolder grenzen aan de Yerseke moer. Aan de noordkant ligt de Oosterschelde en in het westen grenst de Koudepolder aan het Kanaal door Zuid-Beveland. Oorspronkelijk waren het twee aparte inlagen, maar door het afgraven van de dijk tussen beide poldertjes zijn ze tot één geheel versmolten.



Zowel op de topografische kaart (een insnoering van de dijk) als in het veld (een hoger gelegen maaiveld) is nog te zien waar de scheidingsdijk tussen beide poldertjes oorspronkelijk gelegen heeft. Voor de rest hebben beide inlagen voor het grootste deel hun historische karakter behouden. Alleen het westelijk deel van de Koudepolder is lange tijd in gebruik geweest als vuilnisbelt van het dorp Yerseke. Niet dat je dat er nu nog aan afziet, want bij de sanering van de vuilnisbelt is men heel grondig te werk gegaan. Het maaiveld is ter plekke afgewerkt als een grote ondiepe plas, met enkele eilandjes erin. Nadat de Koudepolder de status natuurgebied kreeg, is de inrichting verder geoptimaliseerd en toen eenmaal duidelijk werd dat de eilandjes zeer in trek waren bij verschillende broedvogels zijn er enkele extra eilandjes gevormd.



Kokmeeuwkuikens



Parende kokmeeuwen

Langs de binnenvoet van de kanaaldijk is een doodlopende weg, die een heel mooi uitzicht biedt op de broed-eilandjes in de Koudepolder. Gedurende de maanden april tot half juli zijn daar altijd honderden broedende kokmeeuwen. Zomaar stil vanuit de auto kun je het complete familieleven van de kokmeeuwen overzien: vanaf de paarvorming en de paring tot en met de zorg voor de kuikens en alles wat ertussen zit. Let goed op tussen de kokmeeuwen, want als het een klein beetje meezit, is ook de zwartkopmeeuw te ontdekken. Die heeft in plaats van een chocoladebruine kop een inktzwarte kop en hij mist de zwarte vleugelpunten van de kokmeeuw. Er zijn meer verschillen, ook in geluid dat ze maken en dit is een prima plek om het allemaal te ontdekken.



Visdieffjes

De ranke vogeltjes tussen de meeuwen zijn visdieffjes en ook die broeden hier op de eilandjes. Ze staan veel lager op de poten dan kokmeeuwen en hebben alleen maar een zwart petje op de kop. Rode poten en een rode snavel met zwarte punt zijn andere kenmerken

van de visdief. Ze nestelen gewoon tussen de kokmeeuwen; vaak aan de rand van de eilandjes op tamelijk laaggelegen plekken. Als je even blijft kijken zie je de vogels af en aan vliegen met kleine visjes. Meestal haringachtigen, maar soms ook een klein platvisje. Dat laatste in tijden van voedselschaarste. Het was een grote verrassing toen in 2020 de grote stern zich vestigde op één van de eilandjes. Meteen een kolonie van vele tientallen paren. Dat is voor de grote stern niet heel veel, maar het belang van deze kolonie is groot. Niet eerder werden er in de Delta broedgevallen gedocumenteerd die zo diep landinwaarts plaatsvonden. Misschien was dat wel de reden dat bij deze kolonie in 2022 de vogelgriep bij de grote sterns in noordwest Europa niet toesloeg. De kolonie in de Koude- en Kaarspolder bleef als enige kolonie in Nederland gevrijwaard van vogelgriep. Mogelijk speelde de geïsoleerde ligging ten opzichte van andere grote sternkolonies daarbij een rol.



De kluut

Kluten broeden ook op de kleine eilandjes, maar die zijn ook verderop in de inlagen veel als broedvogel te vinden. Vaak broeden zij samen met kokmeeuwen, waarbij ze min of meer de rand van de kolonie opzoeken. Bijna jaarlijks is er ook wel een broedende steltkluut, hetzij in de inlagen zelf of in de directe omgeving, in de Yerseke moer.

In het winterhalfjaar is de inlaag het domein van pleisterende eenden en ganzen. Rotganzen en brandganzen komen talrijk voor, net als smienten, wintertalingen en slobeenden. Jaarrond zijn er ook foeragerende kleine zilverreigers en in de zomer ook lepelaars in de inlagen te vinden.



Wilde marjolein

Aparte aandacht verdient de inlaagdijk. Het zuidelijk talud daarvan herbergt een heel mooie bloemdijkflora, met onder meer wilde marjolein, moeslook, geelhartje, grote en kleine ratelaar en aardaker. Het is een van de mooiste bloemdijken die op Zuid-Beveland nog te vinden is. Terwijl veel bloemdijken verruigd zijn en daardoor een groot deel van hun waarde verloren hebben, is de dijkflora hier nog in volle glorie aanwezig.

Als je over de Breedsendijk vanaf het Kanaal door Zuid-Beveland richting Yerseke wandelt, kun je de Koude- en Kaarspolder prachtig overzien en kun je volop genieten van de enorme vogelrijkdom. Daar waar de dijk aansluit op de zeedijk van de Oosterschelde is het tijd om om te keren. Je kunt dan een deel van het traject aan de zuidkant langs de voet van de dijk lopen om kennis te maken met de geweldige bloemenrijkdom. Een picknickbankje bovenop de dijk biedt prima gelegenheid om even uit te rusten.

Tekst en foto's: Chiel Jacobusse.

Chiel Jacobusse was 43 jaar werkzaam voor Stichting Het Zeeuws Landschap en 36 jaar lang lid van de redactie van het tijdschrift Zeeuws Landschap. Hij werd mede door zijn publicaties in het tijdschrift van de stichting en in de PZC een bekend fotograaf en auteur/publicist. Hij heeft veel boeken geschreven en geïllustreerd over de flora en fauna van Zeeland. Ook een 5-tal boeken in de serie Fauna Zeelandica komen van zijn hand. De liefde voor de natuur werd hem van huis uit met de papepel ingegoten.

Senioren Vogelwaarde **op stoom**

Sinds de oprichting van Senioren Vogelwaarde (een samenvoeging van KBO Stoppeldijk en KBO Boschkapelle), begin oktober, 2024 gaat het crescendo. Ondanks de nodige overlijdens en verhuizingen steeg het ledental binnen een paar maanden met 10% tot 180 leden. Na een jaar van veel overleg ter voorbereiding van de fusie werden de afgelopen maanden de nodige nieuwe activiteiten opgepakt.

De activiteiten van de laatste maand op een rijtje.

Ondanks het vaak gure weer is een groepje leden elke woensdagmiddag om 13.30 uur op afspraak bij het Dorpscentrum om een uurtje te wandelen en daarna gezellig een bakje koffie of thee te drinken in het Dorpscentrum. Meer wandelaars zijn van harte welkom om aan te sluiten, zeker nu het weer snel gaat verbeteren. Gewandeld wordt in een rustig tempo en maximaal 50-60 minuten.

Nadat we hoorden dat voor een bijeenkomst van Hulst voor Elkaar over valpreventie op maandag 10 februari in het Dorpscentrum maar één aanmelding was binnengekomen, hebben wij, als Senioren Vogelwaarde, onze achterban hierover benaderd. Resultaat was dat er 30 leden kwamen om zich te laten testen op valrisico. Een vruchtbare samenwerking voor beide partijen die ongetwijfeld opvolging zal krijgen in de toekomst.

Op vrijdag 18 februari was de eerste filmmiddag met de prachtige film **The Two Popes** en heerlijke koffiekoeken. Er waren 25 belangstellende leden komen opdraven die allemaal erg positief waren over zowel de film als de ambiance.

De tweede film zal zijn **Neem me mee** en wordt vertoond op vrijdag 14 maart vanaf 13.30 uur.

Tekst en foto: Ron de Kort.





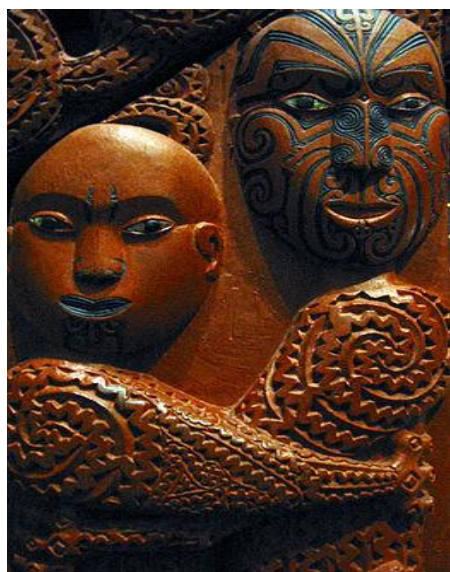
Ranginui

Scheppingsverhalen

Maori-mythologie

Het Scheppingsverhaal van de Maori's verwoordt het ontstaan van de wereld volgens de Maori's. Het vertelt het verhaal van Ranginui, de hemelvader, en Papatuanuku, de godin van de aarde, die samen met hun kinderen de wereld schiepen. De wortels van de Maori-mythologie liggen in Polynesië.

In het begin was daar Te Kore, duisternis, en na negen duisternissen kwam Te Ata, de dageraad. En vanuit de baarmoeder van de duisternis kwamen daar Ranginui, vader lucht en Papatuanuku, moeder aarde. Ze hielden zoveel van elkaar dat ze elkaar stevig omarmden en nooit loslieten. En dus zaten de hemel en de aarde aan elkaar vast. Maar ze hielden elkaar zo stevig vast dat er geen licht op aarde was en er dus niets kon groeien.



Zij trouwden en kregen veel kinderen. De zes belangrijkste kinderen waren Tawhiri-matea, de god van wind en stormen; Tangaroa, god van de oceaan; Tane-mahuta, god van het bos; Haumia-tike-tike, god van het wilde voedsel; Rongomatane, god van de vrede en gecultiveerd eten zoals de kumara (zoete aardappel) en Tu-matauenga, god van de mensheid en oorlog.

Maar deze kinderen werden gevangengehouden door de omarming van hun ouders. Ze konden niets zien in het donker en konden zich nauwelijks bewegen. Elk kind probeerde ertussenuit te komen, maar het lukte hun geen van allen.

Na miljoenen jaren van leven in duisternis, omdat hun ouders aan elkaar vast zaten en er geen licht tussen hun in zat, konden de kinderen er niet langer tegen; ze wilden licht. Ze besloten hun ouders van elkaar te scheiden zodat er licht kon komen. Eén voor één probeerden ze het, maar niemand slaagde daarin. De laatste, Tanemahuta, lukt het om zijn ouders een heel klein stukje uit elkaar te duwen. Hij drukte zijn schouders tegen de aarde en zijn voeten in de lucht en duwde en duwde, jaren en jaren achtereen.



Uiteindelijk gingen de hemel en aarde, zijn vader en moeder, een klein eindje van elkaar. De spieren waarmee ze elkaar vasthielden, werden door Tumatauenga in stukken gehakt, waardoor een vuurrode aarde ontstond. Hij duwde ze verder uit

elkaar en jawel, licht spreidde zich uit over de wereld.

De godenkinderen ontsnapten en begonnen de wereld verder vorm te geven. Tumatauenga maakte de zon en de maan en versierde de hemel met sterren. Alle goden waren mannelijk en om vader aarde bewoonbaar te maken moesten zijn zoons zich voortplanten. Toen maakte Tumatauenga een vrouw uit aarde en gaf haar het leven, de eerste vrouw.

De uit aarde gevormde maagd Hine-ahuone had een dochter Hine-titama, de maagd van de dageraad, en Tane plantte zich met haar voort en zorgde zo voor de geboorte van de mensheid.

Er begonnen bomen en planten te groeien. Maar Papatuanuku en Ranginui waren ongelukkig en diepbedroefd. Ze misten elkaar zo erg, dat ze niet konden stoppen met huilen. Ze huilden en huilden maar door. Uit de tranen van Ranginui ontstonden rivieren en zeeën en er kwam dauw op het gras. De nevel die opsteeg uit het gras was het symbool van hun eenzaamheid.

Samenstelling: Rob Rijkschroeff

Bronnen:

<https://nl.m.wikipedia.org/wiki/Maori-mythologie>,
<https://nl.m.wikipedia.org/wiki/>

Op excursie naar de abdij van 'Eiverbeu' én de basiliek van 'Scherpenheuvel'

Woensdag 23 april 2025

Voor het derde opeenvolgende jaar organiseert de commissie Mens en Religie een excursie naar een klooster of abdij.

Als u op zoek bent naar ontmoeting, verbinding, stilte en zingeving dan kunt u op woensdag 23 april samen met ons de hele dag op pad.



Vanaf 10.00 uur is er gelegenheid de basiliek van Scherpenheuvel (B) te bezichtigen. Om 11.00 uur kunnen we deelnemen aan de H. Mis, sommigen zullen het stadje willen verkennen.

Aansluitend kunt u in de Brasserie De Ram naar eigen keuze een driegangen diner bepalen.

Vervolgens wacht ons een uitgebreide rondleiding in de Abdij van Averbode.

In de abdijwinkel vindt u; abdijbier, kaas, peperkoek. 'pieperneute', honingmosterd en het speciale Averbode-brood.

Rond 16.00 uur rijden we terug naar het Zeeuwse land.

Bedevaartsoord Scherpenheuvel

-Scherpenheuvel is het bekendste bedevaartsoord van Vlaanderen

-Op een scherpe heuvel in de buurt van Zichem bestond al sinds de 14e eeuw een kleine bedevaartsplaats.

Het was nauwelijks meer dan een eik met een Maria-beeldje erin. Later verdween de boom en kreeg het Maria-beeldje een plekje in een kapel.

-In de sfeer van de Tachtigjarige Oorlog zagen de aarts-hertogen Albrecht en Isabella potentieel in het bedevaartsoord. Ze lieten de plannen maken voor een ster-vormige stad met zeven punten met als middelpunt een gloednieuwe zevenhoekige kerk met tuin.

- Rondom de stad verschenen ook wallen met zevenhoekige bastions op de zeven punten en grachten.
- Het zevenhoekige grondplan was een eerbetoon aan Maria, Onze-Lieve-Vrouw van Scherpenheuvel. In de Bijbel en de katholieke traditie wordt zeven gezien als heilig getal. Zo werd Scherpenheuvel een katholiek symbool van verzet tegen het protestantisme.
- De basiliek kent 800.000 bezoekers per jaar.
- Op woensdag 23 april hebben we de gelegenheid de basiliek te bezichtigen voorafgaand aan deelname aan de H. Mis van 11.00 uur.

De abdij van Averbode

- De Abdij van Averbode ('Eiverbeu') werd in 1135 gesticht op initiatief van Arnold II, graaf van Loon.
- Het was oorspronkelijk een 'dubbelklooster' waarin zowel mannen als vrouwen leefden, in het begin van de 13e eeuw is het definitief 'ontdubbeld'.
- Het is een abdij van de Premonstranzers, ook Norbertijnen of Witheren genoemd en telt achtenzeventig leden, van wie er vijfenveertig in de abdij leven en werken.
- Het gotische poortgebouw, opgetrokken in de tweede helft van de 14e eeuw, is het oudste nog bestaande deel.

- Tegenwoordig vind je in de abdij een gastenkwartier, een streekproductenwinkel en bezinningscentrum.
- Links naast de abdij ligt het Mariapark met een reeks originele beeldengroepen.
- Wij worden om 14.00 uur verwacht voor een groepsbezoek. In twee groepen worden we rondgeleid door een gids.
- Rond 16.00 uur is er nog gelegenheid voor een bezoek aan de streekproductenwinkel.

U kunt zich inschrijven

Bij Kees Rentmeester, **0113-351687** of **06-10170143** of via Mensenreligiezeeland@gmail.com o.v.v. naam en lidmaatschapsnummer.

Na Kees' bevestiging van deelname kunt u overgaan tot betaling van **54,50 euro** p.p. en wordt de inschrijving definitief. U kunt betalen via **KBO Zeeland NL22INGB0003087716** o.v.v. **dagtocht Averbode** en de naam van de deelnemer(s).

Neem gerust uw rollator mee, er is genoeg bergruimte onderin de bus. Let op: **VOL is VOL, dus schrijf u tijdig in!**

*Namens de commissie Mens en Religie,
Rob Rijkschroeff*

Opstapplaatsen:

- 06.30 uur Zierikzee Parkeerterrein Havenpoort
- 06.55 uur Goes Achterkant station, 't Smoske
- 07.10 uur Heinkenszand bushalte gemeentehuis
- 07.25 uur 's-Heerenhoek bij de R.K. Kerk
- 07.45 uur Terneuzen, busstation Westerschelde
- 08.30 uur Koffiepauze
- 09.45 uur Basiliek Onze Lieve Vrouw van Scherpenzeel



De Abdij van Averbode

Bidden met toewijding

We verblijven een paar dagen in een eenvoudig guesthouse in Florence midden in het centrum van deze oude stad. Aan de grote ontbijttafel zitten alle tien de hotelgasten, afkomstig uit verschillende landen uit de hele wereld.

Tegenover mijn vrouw en mij zitten twee Japanse vrouwen. Voordat ze beginnen te ontbijten, gaan ze achter hun stoel staan, zijn even stil, maken een buiging en ondersteunen die beweging door hun handen voor hun hart samen te brengen. Na afloop van het ontbijt doen ze hetzelfde.

Een subtiel en krachtig gebaar van dankbaarheid voor de maaltijd, zo lijkt het. Het gebeurt met veel toewijding.

Wat een verschil met de mij bekende lange aaneengegeregende ketting van gebeden uit mijn jeugd. Het bidden van de rozenkrans bijvoorbeeld bestond uit een schier eindeloze herhaling van Onzevaders en Weesgegroetjes waar maar geen einde aan leek te komen. Het korte gebed van de Japanse vrouwen contrasteert ook met de gebeden en psalmen van het telkens terugkerende getijdengebed in kloosters dat een paar keer per dag wordt gebeden.

De duur van een gebed is een uiterlijke en waarneembare kant. Een gebed kan kort en lang duren. Ook waarneembaar is de lichaamshouding die toewijding en kracht doet vermoeden. Minder waarneembaar is de openheid van het hart, want bidden doe je met heel je hart en ziel, met liefde, zodat je zelfs je angst kunt overstijgen.

Want het hart kan zich openen en er ontstaat ruimte voor ontvankelijkheid en overgave waardoor de beperking van het dagelijkse leven wordt overstegen. Ons leven is immers doortrokken van pijn en breekbaarheid en aan de maakbaarheid ervan zijn grenzen verbonden.

We kunnen niet altijd onze kwetsbaarheid en ons tekort opheffen, maar we kunnen wel bidden als we tegen grenzen aanlopen. Dat kan kracht en troost geven om te kunnen dragen wat pijn doet.

Bidden kan een manier worden om het goddelijke in jezelf ruimte te geven en tot uitdrukking te brengen.

Verlangen, hoop, bevrijding, troost en dankbaarheid kunnen een plaats krijgen in het gebed en het krampachtige en beperkende ego kan worden losgelaten.

Er kan om innerlijke leiding worden gevraagd en we kunnen ons verbinden met universele liefde.

Bidden wordt dan een manier om het goddelijke in jezelf ruimte te geven en tot uitdrukking te brengen. Het verbindt ons met onze bron van licht en liefde en kan ons kracht geven.

Wanneer we ons afgescheiden voelen van onze Bron, brengen gebeden ons terug naar het bewustzijn van ons ware thuis van God, van eenheid en heelheid.

Minder plechtig geformuleerd zou je kunnen zeggen dat we in het gebed kunnen kijken met de ogen van liefde en vergeving.

Die geven ons kracht en dankbaarheid. Dat meen ik te hebben gezien in het korte en toegewijde gebed van de Japanse vrouwen in Florence.

Ton Roumen is een ervaren coach, retraiteleider en spreker.

Hij publiceert boeken en artikelen over spirituele thema's



Het Rijke Roomse leven

Waartoe zijn wij op aarde?



Waartoe zijn wij op aarde?

‘Wij zijn op aarde om God te dienen en daardoor in den hemel te komen’. Eerste les van de catechismus.

De hemel, wat moet je je daarbij voorstellen?

Toen je klein was, vertelden ze dat je daar aan Gods voeten zat, luisterend naar engelenkoren en eeuwig ondergedompeld in andere zoete genietingen.

Als Petrus je tenminste door de hemelpoort had gelaten en je niet had doorgezonden naar de hel, waar de baarlijke duivel je met zijn drietand stond op te wachten om in het eeuwige hellevuur je zonden uit te braden.



Als Petrus je tenminste door de hemelpoort had gelaten.

Hemel, hel en vagevuur

Was je te slecht voor de hemel en te goed voor de hel, dan kon je een tijd in het voorgeborchte of het vagevuur boeten voor je zonden. Beter dan de hel, maar je moest er niet te licht over denken, want een paar duizend jaar was niets in die kringen, waar tijd werd gemeten in eeuwigheid. De schrik zat er goed in als je je dat realiseerde.



In het vagevuur boeten voor je zonden.

Bron: Herinneringen aan het Rijke Roomse leven. Volksdevotie van toen, p.98-99

Foto's: Shutterstock

Hoe lang **vasten** mensen al?

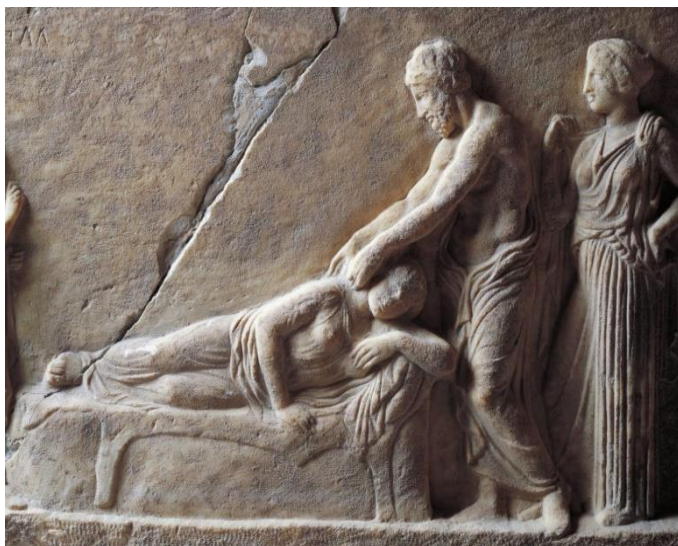
Vasten is in alle grote religies een manier om nader tot de goden te komen en het lichaam te zuiveren.

Maar stoppen met eten kan ook een krachtig wapen zijn.

Oorsprong

Wanneer mensen voor het eerst begonnen te vasten is lastig te zeggen, maar bronnen uit de oudheid duiden erop dat vasten al duizenden jaren een menselijke gewoonte is – om redenen van *cultuur, religie of gezondheid*.

In veel oude culturen was vasten voor mensen – vaak priesters – een manier om zichzelf te zuiveren en voor te bereiden op het contact met de goden.



Asclepius.

Zo vastten Egyptische priesters een paar dagen voordat ze religieuze ceremoniën uitvoerden, en in het oude Griekenland geloofden aanhangers van de cultus van Asclepius dat de goden in hun dromen zouden verschijnen na een periode van streng vasten.

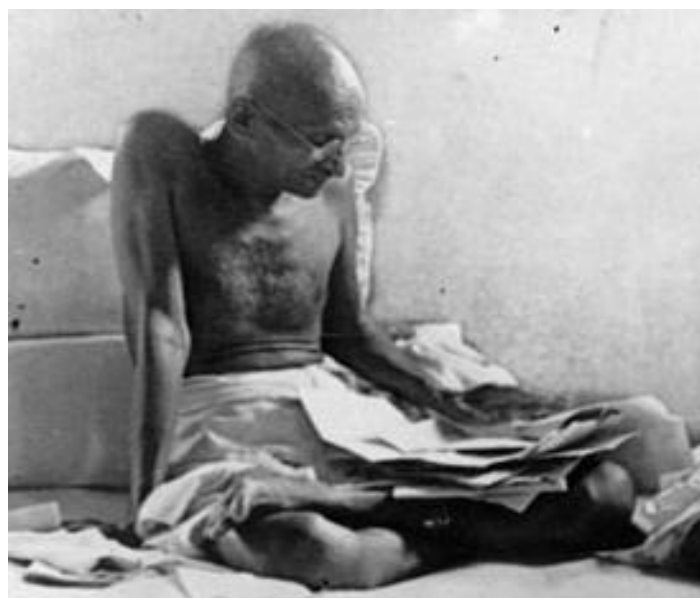
Voor vroege boeddhistische monniken was vasten ook aan de orde van de dag, omdat Boeddha zelf vaak zou hebben gevast. De ascetische monniken die het nirwana wilden bereiken, aten slechts een paar druppels bonensoep per dag.

Gezondheid

Vasten diende echter niet alleen een religieus doel. Al in de oudheid zagen geleerden in dat niet eten ook voordelen had voor de gezondheid.

De Griek Hippocrates (ca. 460-370 v. Chr.), de vader van de geneeskunde, raadde vasten aan ter preventie en behandeling van vele ziekten, waaronder koorts, diarree, hoofdpijn en huidaandoeningen.

Hippocrates' ideeën over vasten waren zeer invloedrijk in de eeuwen na zijn dood, en artsen in Europa en het Midden-Oosten gingen vasten voorschrijven aan hun patiënten.



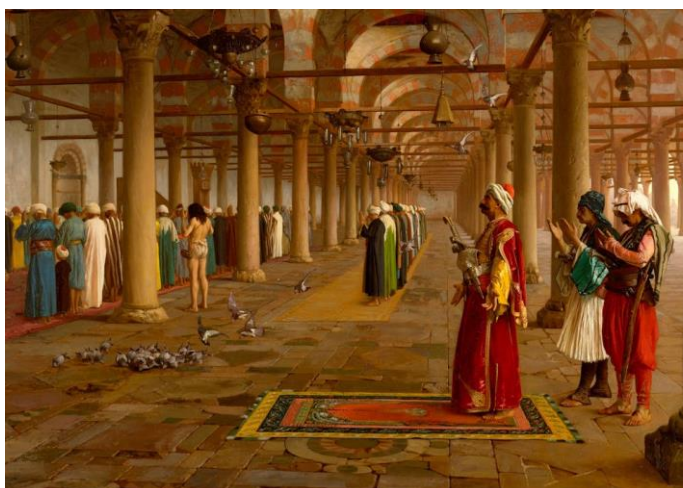
Gandhi vastte uit protest.

Regelmatig is vasten – meestal in de vorm van een hongerstaking – ook ingezet als politiek middel om te protesteren of politieke boodschappen kracht bij te zetten.

Een van de beroemdste beoefenaars van 'politiek vasten' was de Indiase leider Mahatma Gandhi, die meerdere keren vastte uit protest tegen de Britse koloniale overheersing in India.

Hij vastte in totaal achttien keer in zijn strijd voor Indiaas zelfbestuur. De langste periode duurde eenentwintig dagen en was vooral gericht op het versterken van de eenheid tussen hindoes en moslims in India om een verenigd front tegen de Britten te vormen.

Het was een effectief middel, want niemand wilde het risico lopen dat hij stierf.



Op zoek naar spirituele zuivering.

Alle grote religies vasten

Vasten komt in alle grote religies voor, maar op verschillende manieren. Het doel is echter vaak hetzelfde: een spirituele pauze om te reflecteren en lichaam en geest te reinigen.



Wat is de ramadan? Alles over de islamitische vastenmaand.

Islam

De ramadan begint elk jaar op een andere dag omdat de islamitische maanden een maankalender volgen, die korter is dan de Gregoriaanse kalender. Gedurende een maand onthouden moslims zich van zonsopgang tot zonsondergang van eten, drinken, roken en seks.

Vasten is een van de vijf zuilen van de islam en verplicht voor alle gezonde volwassenen. Het doel is spirituele zuivering, zelfreflectie en verbetering van de zelfdiscipline.



Zelfopoffering, bezinning en gebed.

Christendom

Katholieken hebben een vastentijd van veertig dagen in de aanloop naar Goede Vrijdag. Traditioneel eten christenen geen vlees op vrijdag in de vastentijd. Tegenwoordig geven sommigen bepaalde voedingsmiddelen op.

De vastentijd is een periode van gebed en aalmoezen geven. Het doel is om gelovigen voor te bereiden op Pasen door zelfopoffering, bezinning en gebed.



Met Jom Kipoer vasten joden circa 25 uur.

Jodendom

Het jodendom kent verschillende vastenperiodes, waarvan Jom Kipoer de belangrijkste is. De datum ligt niet vast. Met Jom Kipoer vasten joden circa vijftwintig uur, van zonsondergang tot zonsondergang de volgende dag. Ze onthouden zich van eten, drinken en andere lichamelijke behoeften.

Jom Kipoer is een dag van vasten, gebed en persoonlijke bezinning waarop joden verzoening en vergeving zoeken voor hun zonden tegen God en andere mensen.

Bron: <https://historianet.nl/maatschappij/dagelijks-leven/hoe-lang-vasten-mensen-al> Foto's: Shutterstock

The Passion 2025: **'Ik ben bij je'**

Donderdag
17 april
in Terneuzen



De processie in *The Passion* is een symbolische reis die de laatste momenten van het leven van Jezus Christus weergeeft.

In de tweede statie van de Kruisweg van Jezus, neemt Jezus het zware kruis op zijn schouders naar de plek waar hij gekruisigd zal worden. Maar hij hoeft het kruis niet alleen te dragen. Een omstander, ene Simon van Cyrene, helpt hem de last van het kruis te dragen.

Voor de lopers van *The Passion* is de processie een moment van bezinning. Het vraagt tegelijkertijd óók de kijker om na te denken over de moeilijkheden en de uitdagingen in het leven. Hoe gaan wij daarmee om? En kijken we genoeg om naar anderen die lijden? Hoe kunnen wij hen helpen het lijden te verlichten?

En geloven wij nog wel in elkaar?



Het kruis: symbool voor eeuwig leven.

Het is een baken van hoop voor iedereen, of je nu kijkt of meeloopt. Zo is ook te zien bij de kruisdraggers, dat als je samen het kruis draagt, je eigen lijden, het lijden in de wereld, klein of groot, dragelijker wordt.

Processie in Terneuzen

Tijdens de liveshow van *The Passion* lopen er honderden mensen mee achter het grote verlichte kruis. Iedereen met een eigen reden. Voor de één vanuit het geloof in een God, voor de ander gaat het over geloof in elkaar. En juist op dat laatste ligt dit jaar de focus in de processie.

Door mee te lopen laten we samen zien dat we achter de boodschap van *The Passion* staan en zijn we verbonden met elkaar. Want alleen als we in elkaar blijven geloven, komen we verder, ook in moeilijke tijden.

Persoonlijke ervaringen delen

De redactie van *Wij Zêëuwen* is voor het april- en mei-nummer op zoek naar beschrijvingen van persoonlijke ervaringen van mensen uit Terneuzen. Misschien loopt u of iemand uit de buurt wel mee. Misschien is een van uw kleinkinderen betrokken bij de opnames op het Lodewijk College begin maart. We zijn als redactie op zoek naar korte verhalen over de belevenissen bij (de voorbereiding) van *The Passion* in Terneuzen. Hoe beleeft u dat?

In een wereld waar politieke spanningen, maatschappelijke vraagstukken en conflicten de boventoon voeren, is het thema 'Ik ben bij je' actueler dan ooit. Op het wereldtoneel, maar ook in het persoonlijke leven van mensen spelen eenzaamheid, armoede en (mentale) gezondheidsproblemen een grote rol. In een tijd waarin saamhorigheid lijkt af te nemen, is het belangrijker dan ooit om deze woorden uit te spreken.



Megasticker op het stadhuis van Terneuzen: 7,5 x 8 meter op 25 meter hoogte.

Heeft u wat te melden over *The Passion* Terneuzen? Deel het met ons, dan kijken wij of we het kunnen gebruiken in een artikel. Stuur uw reactie naar robrijkschroeff56@gmail.com

We hopen op veel inzendingen. Bij voorbaat dank.

Bronnen: kro-ncrv.nl, Terneuzen viert

*Rob Rijkschroeff,
Redactielid *Wij Zêëuwen**



WEER (SAMEN) LEREN BIDDEN

‘We leven niet in een tijdperk van veranderingen, maar in een verandering van tijdperk.’

Daar zitten we dan in dat prachtige gebouwencomplex Park Zuiderhout in Teteringen, waar 'het goede pand', het voormalige klooster van de Nederlandse provincie van de missionarissen van Steyl, zo stijlvol verbonden is met de nieuwbouw waar nu een zorgcentrum gevestigd is voor religieuzen van uiteenlopende orden en congregaties.

Martien van Duijnhoven en Jos Vermunt van de commissie Identiteit en Zingeving van Senioren Brabant en Rob Rijkschroeff namens de commissie Mens en Religie van Senioren Zeeland. In gesprek met Peter Nissen, emeritus-hoogleraar kerkgeschiedenis, spiritualiteits-studies en oecumenica aan de Radboud Universiteit in Nijmegen.

Samen op zoek naar een zinvolle invulling voor de Kloosterdag over bidden op 4 april a.s.

Op tafel: onze vragen over bidden naast het boek van James Martin *'Iedereen kan bidden'*.

Peter voelt zich al vele jaren geïnspireerd door de spiritualiteit van de Regel van Benedictus en probeert vanuit die spiritualiteit te leven. Hij is als oblaat ('buitenlid') verbonden aan de Sint-Willibrordusabdij in Doetinchem.

We praten over enkele afleveringen van de Klooster-cast van KRO-NCRV waarin mensen uit verschillende kloostertradities vertellen over hun persoonlijk en liturgisch gebed. Nadat we Anne-Marie Bos, zuster van de Karmel en medewerker van het Titus Brandsma Instituut een psalmgezang hebben horen zingen, is ons duidelijk dat we haar willen uitnodigen als tweede spreker op de Kloosterdag.

Bidden

Een onderwerp waar mensen niet gemakkelijk met elkaar over praten. Het lijkt bijna taboe.

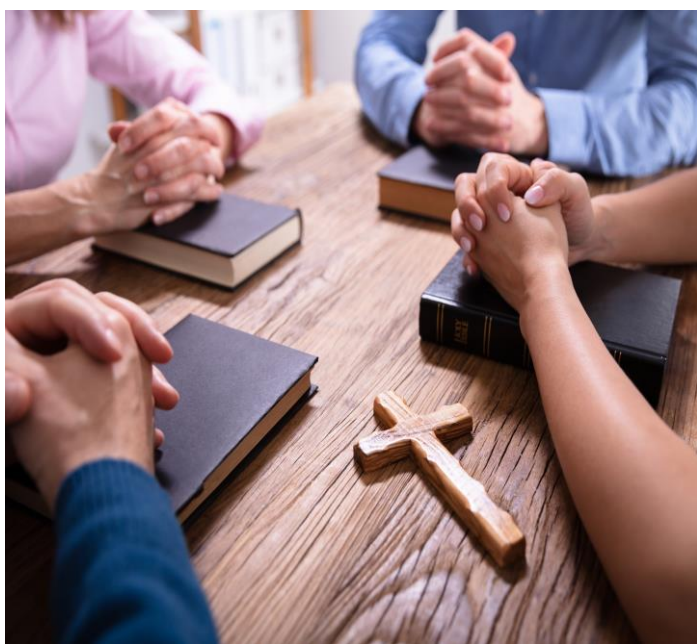
Of het voelt te persoonlijk. Uit onderzoek blijkt dat jongeren gemakkelijker met elkaar praten over hun seksleven dan over hun gebedsleven.

Mensen, vooral ook ouderen, vragen zich soms af: hoe moet ik bidden? Helpt bidden? En bid ik wel goed genoeg? Want ik ben geen heilige. Maar je hoeft geen heilige en ook geen vrome ziel te zijn om te bidden.

Als je de vraag stelt hoe je moet bidden, dan bid je misschien al.

Mensen bidden soms zonder het te beseffen: als ze zuchten van wanhoop en twijfel, als ze geraakt worden door iets wat ze zien of meemaken, als ze zich verwonderen over de schoonheid van de natuur, als ze zich dankbaar voelen voor een goede vriendschap, als ze diep in hun hart een verlangen voelen naar iets wat hen overstijgt.

Gedichten kunnen ons vaak helpen om woorden te vinden voor die gevoelens. Menig gedicht is eigenlijk al een gebed.



Dat zijn vooral vormen van persoonlijk gebed. Maar bidden kun je ook met elkaar, bijvoorbeeld in een liturgische viering.

Met het teruglopend aantal priesters en de sluiting van kerken komen liturgische vieringen vaak in het gedrang, vooral voor ouderen die minder mobiel zijn en niet gemakkelijk naar een andere kerk op afstand kunnen gaan.

Maar om samen te bidden heb je geen priester nodig en eigenlijk ook geen kerkgebouw.

Er zijn vormen van samen bidden, bijvoorbeeld rond de psalmen, die gemakkelijk te organiseren zijn. Die kunnen bemoediging, troost en inspiratie bieden in het leven.

De Kloosterdag van 4 april vindt plaats in Park Zuiderhout, Arnold Janssenlaan 46, Teteringen.

Aanmelding voor de Kloosterdag kan door middel van dit [aanmeldformulier](#). De kosten bedragen € 30,- p.p. en voor leden € 25,-. Zie ook: ONS Magazine.

Programma van de Kloosterdag op vrijdag 4 april 2025

10.00-10.30: inloop met koffie en thee in de Bieënkorf

10.30-10.45: woord van welkom door Martien van Duijnhoven en pater Cees Maas

10.45-11.00: opening met woord en lied in de kapel

11.00-11.30: inleiding *'Weer (samen) leren bidden'* door Peter Nissen

11.30-11.45: in gesprek met de zaal

11.45-12.15: inleiding *'Bidden met de psalmen'* door Anne-Marie Bos

12.15-12.30: in gesprek met de zaal

12.30-13.30: lunch in de Bieënkorf

13.30-13.45: inleiding op de gespreksgroepen door Martien van Duijnhoven

13.45-14.30: gesprek in groepen onder begeleiding van de inleiders

14.30-15.00: terugkoppeling op de gesprekken

15.00-15.30: psalmviering in de kapel

15.30-16.00: napraten onder het genot van een consumptie in de Bieënkorf

In de lezingen door de inleiders, in de groepsgesprekken en in een psalmviering willen we tijdens de Kloosterdag verschillende aspecten van bidden samen verkennen.

Misschien helpt het ons om weer (samen) te leren bidden.

Namens de commissie Kloosterdag:
Peter Nissen en Rob Rijkschroeff.

Tai chi of Qi gong in de polder

Deze nieuwe activiteit van Senioren Vogelwaarde werd gepresenteerd op de informatiemiddag van 21 februari met proefles Tai chi en Qi gong. Bijna 30 dames en heren kwam proeven of dit iets zou zijn voor hen. Na een korte introductie ging men aan de slag in de grote zaal van het Dorpscentrum.

De combinatie van rustige en continue bewegingen zorgt ervoor dat je energiever, sterker en gezonder wordt. De bewegingen in Tai Chi zijn gericht op het verbeteren van de spierspanning, balans, coördinatie en flexibiliteit.

De nadruk ligt op het soepel en vloeiend uitvoeren van elke beweging, waarbij het hele lichaam betrokken is.

Vanaf vrijdag 14 maart a.s. staat om de 2 weken van 10 – 11 uur een les gepland in het Dorpscentrum. De lessen lopen door t/m 18 juli en kosten € 30 voor 10 lessen.

Tekst: Ton de Kort.

Wat is Tai chi en Qi gong?

Tai chi, (太极拳) is een van oorsprong Chinese vechtkunst, die nu veelal beoefend wordt als *neijia*, innerlijke bewegingskunst. Tai chi wordt beoefend voor zijn gezondheidbevorderende eigenschappen, maar ook als een vechtsport voor zowel zelfverdediging als voor het uitschakelen van opponenten.

De term *neijia* ('innerlijke bewegingskunst') verwijst naar de nadruk die bij de Chinese bewegingskunde en, zoals tai chi, ligt op de innerlijke beleving en ontwikkeling.

De langzame bewegingen, die vanuit de lage dantian (buik) en vooral zeer ontspannen uitgevoerd worden, zijn kenmerkend voor tai chi. De bewegingen worden in een vaste volgorde uitgevoerd. Soms is de stijl wat meer verinnerlijkt.

Qi gong (气功) is een onderdeel van de Chinese leer, die men zich aanleert om de lichamelijke en geestelijke gezondheid te behouden en te verbeteren. Qi-gongoefeningen zijn meestal opzichzelfstaande oefeningen waarbij men de lichaamsdelen volgens een voorgeschreven patroon beweegt, en deze bewegingen enige malen herhaalt, alvorens men naar een volgende beweging overstapt. Verder wordt de nadruk gelegd op ademhalingsoefeningen.

Gegevens Wikipedia



Landelijke Opschoondag

*Jaag ook mee op zwerfafval
Eens per jaar gaat de straatus opschonus –
ook wel Grondige Opschoner genoemd,
met zijn groep op jacht naar zwerfvuil.
Op de Landelijke Opschoondag.
Dit jaar is dat op 22 maart.*



Tijdens de 'Landelijke Opschoondag' organiseren mensen overal in het land leuke evenementen om samen hun straat of buurt schoon te maken en te houden. Elk jaar in de laatste week van maart. De 'Landelijke Opschoondag' is een initiatief van Nederland Schoon in samenwerking met het ministerie van VROM.

Heb jij ook schoon genoeg van vieze straten? En ga je graag opgeschoond de lente in? Zet de Landelijke Opschoondag dan alvast in je agenda en maak een opschoonactie aan! Op zaterdag 22 maart 2025 gaan we onze buurten weer grondig opschonen.

Met 50.000 deelnemers en 2.978 acties en gebieden op de schoonkaart was de Landelijke Opschoondag ook in 2024 een groot succes. In heel Nederland werd samengewerkt door jong én oud. Iedereen deed mee: burens, bedrijven, scholen, verenigingen en gemeenten.

Samen hebben we de omgeving een stuk schoner gemaakt!

Wat is de Landelijke Opschoondag?

Opschoondag is een jaarlijkse schoonmaakdag in Nederland waarbij schoonmaken, samenwerking en informatie delen over zwerfvuil en duurzaamheid centraal staan. Het uiteindelijke doel is zoveel mogelijk zwerfvuil opruimen en dat samendoen, hand in hand en met een stevig paar grijpers.

Zwerfvuil is een ware bedreiging voor de schoonheid van de Nederlandse natuur en cultuur en het loont dan ook de moeite om dit probleem zo snel en grondig mogelijk aan te pakken. Landelijke Opschoondag is alvast een stap in de goede richting. Samen oude spullen een tweede leven geven en zwerfvuil wegdoen.

Opruimen is belangrijk, de Landelijke Opschoondag geeft je de mogelijkheid om actief aan de slag te gaan. Tijdens de Landelijke Opschoondag werkt iedereen samen om de Nederlandse straten mooier te maken.

Afval van je eigen straatstenen rapen lijkt op het eerste zicht dan misschien niet meteen de moeite waard, maar het tegendeel is waar. Als iedereen zijn steentje bijdraagt en een klein beetje moeite doet om zijn of haar eigen woonomgeving proper te houden - wie weet wat we dan kunnen bereiken?

Helemaal afvalvrij zullen we als land natuurlijk nooit worden en het moment waarop alle straten er smetteloos bij liggen, komt waarschijnlijk nooit. Aan de andere kant is het onze verantwoordelijkheid om zo goed mogelijk zorg te dragen voor onze natuur, medemens en de maatschappij waarin we leven.

Bron: <https://www.supportervanschoon.nl/alle-aanpakken/campagnes/landelijke-opschoondag/>

Wachten



Wachten ... het is een woord dat moeilijk te omschrijven is. Het is een woord dat in behoorlijk wat gedaanten tot ons komt. We hoeven immers niet alleen te wachten, maar we kunnen ook iets verwachten (bijv. belastingverlaging). Maar of die er ook komt, moeten we toch weer maar afwachten. En dat afwachten doen we dan weer doordat we iemand opwachten, die ons dat goede nieuws komt brengen. En dan hebben we het alleen nog maar over het werkwoord wachten.

Want we kunnen dat woord wachten immers ook combineren met andere woorden zoals we hier verder in deze regel kunnen constateren: dijkwachten – dodenwachten – landwachten – edelwachten – lijfwachten – erewachten – schildwachten – stadswachten – nachtwachten – schapenwachten en nog veel meer andere combinaties.

Voor het laatstgenoemde woord kunnen we ook het woord herders gebruiken. En wachten kan ook lang duren. Dan hebben we het over enorme wachtrijen en urenlang wachten op bijvoorbeeld een trein die te laat komt. Dan is het zelfs mogelijk dat je moet wachten tot je een ons weegt.

En wie heeft er nou ooit verwacht dat de naam KBO-Zeeland zou verdwijnen om plaats te maken voor Senioren Zeeland?

Ik moest lang wachten voor ik dit spinsel over wachten kon voortzetten. Wij verwachtten namelijk een deel(tje) van de kinderschaar die hun opwachting kwamen maken. Dan is het natuurlijk logisch dat je die niet laat wachten omdat je zo nodig moet spinselen over het woord wachten. Want dat kan best wel wachten totdat dit deel

van de kinderschaar weer naar hun eigen woonsteden zijn vertrokken om hun dagelijkse bezigheden weer aan te vatten.



Het is tenminste gebruikelijk dat ieder weer naar zijn haardstede terugkeert, omdat hij of zij of beiden daar verwacht worden om hun plaats in de lokale maatschappij weer in te nemen. Zij worden daar gewoonweg verwacht en dat kun je niet ontlopen. Je kunt uw plaats in de maatschappij nu eenmaal moeilijk ontlopen, omdat er medemensen zijn die wachten op zaken waar u mede de hand in hebt en misschien voor hen wel van levensbelang zijn. Daar kun en mag je niet te lang mee wachten.

Heel belangrijk zijn de wachtpersonen. De mensen die ambten vervullen waarbij het woord wacht belangrijk is. Ik zal die woorden nog eens herhalen: dijkwachten - dodenwachten - landwachten – edelwachten – lijfwachten – erewachten - schildwachten – stadswachten – nachtwachten – schapenwachten en dus nog veel meer andere combinaties. Zo kan de heer W.A. van Buuren niet zonder lijfwachten en bij bijzondere gelegenheden ook niet zonder erewachten. En een militaire kazerne en zijn bevolking kan niet zonder schildwachten. En wat zouden de burgerlijke overheden moeten doen als er geen stadswachten zouden zijn. Het verkeer zou bijvoorbeeld flink spaak lopen, waardoor er weer lange wachtrijen auto's ontstaan, waarvan de bestuurders maar moeten afwachten wanneer ze hun weg kunnen vervolgen.

Er bestaat zelfs een lied over “wachten”. Het is geschreven door Fons Jansen. Een cabaretier op late leeftijd, die in de jaren dat ik vol smart wachtte op het ogenblik dat ik de militaire dienst mocht verlaten,

redacteur was van het blad **G 3**. Een blad speciaal bestemd voor roomse dienstplichtige militairen in de jaren 50 en 60 van de vorige eeuw. De bedoeling van dat blad was om die fillers op het juiste RK-levenspad te houden. Die tijd nog wel kennende denk ik dat dat toch wel aardig gelukt is. Want toen verwachtten de ouders (nog) niet dat de aan hen vertrouwde zonen van dit levenspad af zouden geraken.

Daarom tot besluit de complete tekst van dit lied en wel in de taal van die jaren 1959 – 1960 en zo meer. En waar Fons Jansen zijn voornaamste dagelijkse bezigheid niet verloochende.

Wacht op de theologen

En evenzo sprak de dominee

Wachten, wachten
Wachten op de synode
Node, node
Node op de synode

Wachten, wachten
Op de kerkebesturen
Uren, uren
Op de kerkebesturen

En heeft u levenslang gewacht
Dan wacht daarna uw nageslacht

Wachten, wachten
Op de theologen
Logen, logen
Theologen logen

Wachten, wachten
Op het moderamen
Amen, amen
Op het moderamen amen

Maar wat wij wel al samen magge
Samen lachen

(Tekst: Fons Jansen.)

En ik wens u als slot van dit spinsel een verwachtingsvolle toekomst, want je weet nooit wat de toekomst ons brengen zal. Dat is gewoon een kwestie van afwachten.

Augustinus



‘De magie van Carnaval’



Op 26 februari 2025 gaan we met 51 deelnemers, een volle bus, voor onze voorjaarsreis naar Oilsjt (Aalst) in Oost-Vlaanderen. We gaan daar de loodsen bezoeken waar de praalwagens worden gemaakt. We worden hartelijk ontvangen met koffie en twee heerlijke Belgische boterkoeken. Al direct krijgen we een indruk van de massaliteit van het gebeuren. In enorme loodsen, ruim 6.000 m² worden de praalwagens opgebouwd. Over drie dagen zal de stoet door de stad trekken. Na de koffie gaan we onder leiding van een gids de loodsen waarin de praalwagens staan opgesteld bezoeken.



Dan pas zie je goed dat de praalwagens vaak gigantisch, prachtig, dan weer erg verfijnd, maar steeds een waar stuk vakmanschap zijn. Dit jaar is er zelfs een exemplaar van 50 m (max.) lengte! Het is verbazend hoe prachtig en enorm ze zijn, de een nog mooier en ingenieuzer dan de ander. De kosten die ermee gemoeid zijn belopen grote bedragen: één of soms meer dan één ton is geen uitzondering. Er was ook een wagen die zelfs nu al verkocht is, nog voor hij in de stoet is geweest.

De omvang van het jaarlijkse evenement is indrukwekkend! In de zondagsstoet trekken 70 vaste groepen, 200 losse groepen en 5.000 deelnemers feestend en dansend door het stadscentrum. De stoet vertrekt om 14.00 uur en de laatste komt pas rond 22.30 binnen. De laatsten hebben wel het voordeel dat allerlei kleuren in de bouwwerken in het donker door de verlichting nog mooier uitkomen.



Carnaval in Aalst is wel de meest iconische en levendigste carnavalsviering in België en geniet wereldwijde vermaardheid. Het evenement trekt jaarlijks rond 100.000 bezoekers en staat bekend om zijn kleurrijke parades en creatieve kostuums. Maar ook om de vaak zeer scherpe spot en satire die niet zelden zeer persoonlijk is gericht op notabelen of groepen. Soms op de grens van het betamelijke.

Zo was het evenement in 2010 uitgeroepen tot Unesco Werelderfgoed. Door bepaalde, (misplaatste?) zeer sarcastische uitingen in een praalwagen wilde Unesco later deze toekenning intrekken. De organisatie heeft dat niet afgewacht en heeft zelf de nominatie in 2019 verworpen. Vooral wegens kritiek op een praalwagen van de carnavalsgroep Vismooil'n waarin joodse personages werden uitgebeeld. Toch is en blijft Aalst Carnaval een uniek stukje levend immaterieel erfgoed.

Voil (vuile) Jeanetten(?): Dit is een unieke, traditionele, optocht waarin mannen zich verkleden als slordige vrouwen, typisch met oude kinderwagens en handtassen etc. De "Voil Jeanetten" trekken op dinsdag, quasi ongeorganiseerd, door de stad en zorgen voor veel hilariteit.

Deze traditie komt voort uit de geschiedenis van Aalst. De arbeidersklasse was destijds te arm om een prachtig, duur, carnavalskostuum te kopen of te maken en deed van de weeromstuit precies het tegenovergestelde met

versleten lompen en een bontjas van konijnenvellen. Heel bijzonder. De term Jeanet(ten) heeft later een tweede betekenis gekregen, maar dat is hier niet aan de orde.

We zijn onder de indruk van het geheel en bedanken onze gids voor de uitstekende en guitige uitleg. We gaan nu naar ons restaurant Borse van Amsterdam (anno 1623). Daar genieten we van een heerlijke warme maaltijd, echt Vlaams.



Het volgende evenement is een bezoek aan de Sint Martinuskerk, de hoofdparochiekerk van de stad. Het is een prachtig voorbeeld van Brabantse gotiek.



De bouw van de kerk begon in 1480 en duurde tot 1660, met verschillende onderbrekingen door godsdienststoebelen en wegens geldgebrek. Door dit laatste lijkt de kerk als het ware 'nog niet af'. De kerk bevat talrijke kunstwerken, waaronder schilderijen van Pieter Paul Rubens en beeldhouwwerken van Jeroen Duquesnoy. Jammer dat men het bekende altaarstuk van Pieter Paul Rubens tijdelijk heeft moeten verhuizen, om het te beschermen. Desondanks; het interieur van de kerk is indrukwekkend met zijn vele versierde altaren, gebrandschilderde ramen en prachtige biechtstoelen. Heel markant is de Sacramentstoren. De prachtige Sacramentstoren uit 1604 is een acht meter hoge toren en staat in de kerk.

Dient ook voor het bewaren van hosties. Het is van verbluffende schoonheid, een kunstwerk! De restauratie van de kerk zal tot 2027 duren. Zeker de moeite waard om nog eens terug te keren. Veel leden maken gebruik van de gelegenheid en de sfeer voor een kaarsje en een kort gebed.

We doen met onze gids nog een korte wandeling door de stad en vervolgens gaan we een rit door de Vlaamse Ardennen doen en daarbij enkele kastelen bezoeken.



Kasteel van Breivelde.

Tot besluit krijgen we nog tijd voor een drankje in Zottegem. Daarna keren we moe maar voldaan huiswaarts.

Tekst: Walther van Acker. Foto's: Walther van Acker, Swirko, needpix.com, hin,be en Wikipedia.

Ter overpeinzing de Oilsjterse 10-geboden. Even puzzelen en je kunt het snappen.





van oeveren reizen

50-PLUS BUSPROGRAMMA

Boek nu zorgeloos uw vakantie

- ☑ Inclusief alle entreegelden
- ☑ Inclusief kofferservice
- ☑ AED en gratis wifi
- ☑ Zeer luxe touringcars
- ☑ Binnen onze regio wordt u thuis opgehaald



Van Oeveren Reizen Zierikzee — 0111- 414348 of www.vanoeveren.nl