

## Nieuwe cd van het Duif-koor

*Na 5 jaar is het dan in augustus zover, de presentatie van de nieuwe cd van het Duif-koor! Onze dirigent Henri (Henk) Kemper heeft destijds samen met Irina weer een selectie gemaakt van mooiste Duif-koor liederen.*

**D**e meeste liederen zongen we al jaren lang, maar denk niet dat Henks superpioneer-oren dan 'on hold' staan. Ieder ruisje, een snelle stiekeme ademhaling tussendoor, een vierde maat te lang of te kort, een tikje te Amsterdams accent, ALLES hoort deze man! Dat betekent dat een en ander nog wel eens overgedaan moest worden tijdens de opnames, tot hij bijna helemaal tevreden was.

**Bijna?** Ja, bijna, want thuis en in Frankrijk (arme Yvon!) liet hij alles nog eens de revue passeren op de koptelefoon, zodat hij kon horen dat de piano een tikje vals was en een aantal passages toch over moesten.

**Nou mensen,** jullie begrijpen het al, de nieuwe Duif-cd is dus een juweeltje geworden. Welk koor kan zo tot perfectie gedreven worden en dit met elkaar tot stand brengen? Het Duif koor!

**Tja,** en dan denk je impulsief en met gepaste trots, hoe gaan we onze nieuwe cd presenteren? Met een optreden? Een interview op AT5? Of een artikel in een magazine? Niet ongewoon toch bij de presentatie van een nieuwe cd? Bescheidenheid siert de mens en ons koor; dus gewoon zingen, zoals we al jaren doen! We kunnen er wel met z'n allen op proosten!

**Ik ben blij** met deze nieuwe cd van ons koor! Ik ben trots op ons koor, Irina en Henk. Hoe Henk ons tot een koor op hoog niveau kan dirigeren, is een indrukwekkende prestatie, zo lieten we ook al verleden jaar tijdens de kerkennacht zien.

**Dus,** jullie kunnen weer genieten van een nieuwe cd met de mooiste koorliederen en solo's van Irina. Henk, je taak zit erop! Yvon, je kunt weer genieten van de aandacht van je man!

**Duiven:** kun je zingen, zing dan mee! Met de nieuwe Duif-cd, of, zing mee in ons koor. We kunnen nog wel wat zangtalent gebruiken. Leuk idee voor Kerst?

C'est le ton qui fait la musique! :-)

• Hans Ernens

Naschrift van de redactie: Op dit moment is de cd nog in productie. De presentatie staat gepland na de vakantie op de startzondag, de eerste zondag dus, dat het koor weer aanwezig is om de viering muzikaal op te luisteren.

## Op eigen vleugels

Toen we eind april bij het huisje in Ouddorp kwamen, zagen we een bonte specht af en aan vliegen. Een tijdje later hoorden we vanuit de boom voor de voordeur gepiep. De ene week zacht, de week er op luider.

**Zaterdag 24 mei:** we werkten met z'n drieën in de tuin en het bonte vliegverkeer werd wel heel druk. Yvonne besloot zich met haar camera te posteren tegenover het gat in de boom. Loes en ik vonden op internet het verschil tussen de vrouwtjesspecht en het mannetje: het niet dan wel hebben van een rode nekstreep. Yvonne's geduld werd beloond: zowel mijnheer als mevrouw bleken de almaar luidruchtiger kleintjes van voedsel te voorzien. *Lees verder op pagina 3* ►

**Nr 4 - 29 juni 2014**

Het volgende nummer verschijnt op 7 sept.  
Inleveren kopij - voor 25 augustus 2014

**Vieringen en voorgangersrooster**  
- Aanvang zondagsviering 10:30 uur -

**Zomervieringen: 6/7 t/m 17/8**

Voor uitgebreide informatie, kijk op onze website: [www.deduif.net](http://www.deduif.net)

6 juli	Helma Schenkeveld Start zomervieringen serie
13 juli	Diana Vernooij
20 juli	Gastvoorganger Maruja Bredie
27 juli	Marc van de Giessen
3 aug	Hans Ernens
10 aug	Carolien Maris
17 aug	Bert van der Meer
24 aug	Marc van de Giessen + Startzondag met Duifkoor
31 aug	Helma Schenkeveld
10 aug	Carolien Maris
17 aug	Bert van der Meer

## Agenda

29 juni	Vergadering van Aangeslotenen met o.a. Financiële situatie
22 aug	Startzondag, koor, dirigent en en pianiste weer aanwezig
6 sep	Zaterdag - 14:00 uur in De Duif Huwelijksviering Marina Slot en Marleen Doornink
14 sep	Vergadering van Aangeslotenen
13/14 sep	Open Monumentenweekend Thema: Op reis

## Sluiterooster & Inrichten kerk

29 juni Vakantierooster wordt vastgesteld tijdens de VA

6 juli Harry, Fred/ Gerrard

**Als je verhindert bent** wil je dan zelf ruilen en het ook aan mij doorgeven wie er voor jou in de plaats zal komen Overigens voor de overige Duiven: er zijn nog plaatsen vacant om te helpen inrichten.

Misschien wil je wel op de reservelijst staan die we aan het maken zijn. Altijd handig, anders zijn het altijd dezelfde Duiven die voor jullie klaarstaan.

Zoals jullie kunnen zien is het bestuur verantwoordelijk voor tellen collectegelden en het sluiten van de kerk.

• Hortense

- 30 juni Wessel Moerkamp  
3 juli Machiel Pauw  
9 juli Baudien Boersma  
Thom Moerkamp  
12 juli Natalie Coenradi  
2 aug Tineke Berger  
Holke-Hans Boersma  
Loet Meeuwissen  
8 aug Chris Eijlders  
Joachim van der Marck  
15 aug Gerrard Boot  
Bert van der Meer  
16 aug Ekram Mohammadi  
17 aug Ruben Gransjean  
18 aug Abel van der Meer  
Charlotte Priester  
19 aug Jamie Kraan  
20 aug Noëlle Kraan  
26 aug Henk Kemper  
30 aug Eric Priester

## Colofon

Het Groene Licht is een uitgave van de Stichting De Duif. Verantwoordelijk voor de inhoud is de redactie: Hortense Ghijs, Angela van der Marck en Hans Ernens. Eindredactie: Dorien Gransjean-Eldering  
Vormgeving: Freek van der Marck en Fred Vos.  
HGL is onder andere een podium voor discussie. Ingezonden stukken zijn welkom, maar de redactie behoudt zich het recht voor van niet plaatsen en inkorten.

## Adressen

- Stichting De Duif
- Oecumenische Basisgemeente De Duif
- Stichting tot Beheer van De Duif
- Redactie Het Groene Licht  
Postadres: Utrechtsedwardsstraat 7  
1017 WB Amsterdam  
e-mail: deduif@xs4all.nl  
website: www.deduif.net
- Stichting De Duif, entree kerkzaal  
Prinsengracht 756, 1017 LD Amsterdam  
Telefoon 06 45949624  
Rabobank NL20 RABO 0173 6297 92

## Verzending HGL

Hortense Ghijs ..... 020 6266155

## Abonnement HGL

Door overmaken van € 20,00 per jaar op Raborek. NL20 RABO 0173 6297 92 ovv.  
Abonnement HGL wordt je postabonnee.

## Hoe word ik aangeslotene?

Wie zich met de Duifgeloofsgemeenschap verbonden voelt, kan zich melden bij het bestuur met het verzoek in het register van Aangeslotenen te worden opgenomen. Aangeslotenen kunnen onder meer participeren in de democratische besluitvorming. Van hen wordt actieve deelname verwacht.

## De moringa

# Deze Wonderboom heeft je hulp nodig

*Ken jij de Moringa Oleifera of wonderboom? Nu precies 5 jaar geleden hoorde ik voor het eerst van het bestaan en mijn eerste reactie was: hoe kan het dat maar zo weinig mensen hier van weten! Ik heb een artikel in HGL geschreven en ben de zaden en informatie hierover gaan verspreiden.*

**D**e moringa is een snelgroeende boom die droogte verdraagt. De boom levert voedsel, medicijnen en schoon water aan diegenen die het geluk hebben zo'n boom in de buurt te hebben. Het bezit van een van deze bomen kan werkelijk een enorm verschil uitmaken in het levensonderhoud van een familie.

**Kennis delen** Via *Gered Gereedschap* kwam ik in contact met Jacqti de Leeuw van het Dogon Vrouwen Initiatief. Dit initiatief gaat voor leiderschap, ondernemerschap, gezondheid en duurzaamheid voor vrouwen in Mali. Jacqti heeft ervoor gezorgd dat de vrouwen met deze boom aan de slag zijn gegaan. De vrouwen zien nu zelf de voordelen van de boom. De boom wordt breed ingezet en zorgt voor betere gezondheid én inkomsten voor de vrouwen die meedoen. De gedroogde bladeren worden tot poeder vermalen en kunnen zo bewaard en verkocht worden. In Mali stond zelfs een honderd jaar oude moringaboom waarvan men niet meer wist dat deze zo nuttig was, de kennis was verloren gegaan!

Begin dit jaar was ik bij het educatiecentrum van de indianengemeenschap Witsanti in Suriname om een workshop over de moringa te geven. Alle aanwezige jongeren kregen uitleg over deze boom. Ze kregen 2 potjes met geplante zaden mee om bij hun huis te planten. Deze indianengemeenschap eet nauwelijks groenten. Moringa is een goede aanvulling op hun dieet.

**Geneeskrachtig** De moringa is een soort 'supermarkt aan één boom'. Per eenheid product bevatten verse bladeren van deze boom vier keer zoveel calcium als melk, zeven keer zoveel vitamine C als sinaasappels, drie keer zoveel kalium als bananen, drie maal zoveel ijzer als spinazie, vier maal zoveel (pro-)vitamine A als worteltjes en evenveel eiwit als eieren. Vitamines en mineralen zijn nog maar het begin. Moringa bevat 18 aminozuren, waaronder alle essentiële. Ook bevat moringa 46 anti-oxidanten en 36 natuurlijke ontstekingsremmers. De natuurlijke ontstekingsremmers in de moringa helpen het risico op kanker terug te dringen. De moringa kan helpen een te hoog cholesterol- en triglyceridengehalte (vetten in het bloed die door het lichaam als energiebron gebruikt worden) terug te dringen, bloedsuiker onder controle te krijgen dan wel te houden, de tekenen van het verouderingsproces tegen te gaan en werkt ontstekingsremmend. De moringa wordt al eeuwen gebruikt voor ayurveda-behandelingen. Ayurveda-traditie zegt dat de plant remedies voor 300 verschillende aandoeningen biedt.

**Hulp gezocht** Wetenschappers noemen de moringaboom al de meest voedingsstofrijke plant ter wereld. Ze stellen dat deze waarschijnlijk het geheim van een optimale gezondheid met zich meedraagt. De mensen die deze kennis het hardst nodig hebben, zijn hier echter nog nauwelijks van op de hoogte. Om dat op te lossen wil ik je hulp vragen. Concreet kan jij helpen met: kennis te verspreiden, vertaling te maken of een project voor te dragen.

**Kennis verspreiden** De kennis over deze moringaboom is nog nauwelijks algemeen bekend. Kennis kan je vermenigvuldigen door te delen, jij kunt helpen deze kennis door te geven. Misschien ken je een student medicijnen of geneeskunde, of heb jij een universiteit in de buurt. Een docent op school, je huisarts of een bekende in een ontwikkelingsland. In de koffiehoeke heb ik voor iedereen een SD-geheugenkaartje beschikbaar met vele documenten en presentaties op alle verschillende niveaus. Neem er gerust een of meerdere mee om de kennis door te geven.

**Vertalen van een of meer documenten** De meeste documentatie is in het Engels. Vertalingen naar bijvoorbeeld Nederlands zijn gewenst. Spreek mij aan in de koffiehoeke of stuur mij een mail en ik geef een toelichting.

**Project** Weet jij een plek waar ze goed met moringa aan de gang kunnen gaan? Maak een goed voorstel en ik zorg voor voldoende zaden. Al na een jaar kan een zaadje een boom zijn. Denk aan alle mogelijkheden die deze wonderboom dan te bieden heeft.

• *Roberto Schets*

---

## Dag Lieve Duiven

Liesbeth en ik hebben een bijzonder oud en nieuw gevierd. We hebben veel hartverwarmende reacties ontvangen en genoten van de dienst en het samen zijn na afloop.

Net als bij oud en nieuw dat je buiten de deur viert, hebben we thuis nog nagepraat en hebben nog steeds een speciaal gevoel bij de viering van de dienst en de viering van oud en nieuw. Een bijzondere manier om je familie en vrienden kennis te laten maken met onze speciale Duif-gemeenschap. We kunnen het iedereen aanraden als er iets te vieren valt.

Afsluiten betekent voor ons in ieder geval weer een gevoel van een nieuwe start. Houden van wat goed is en daar nog meer aan toe willen voegen. Het daar naar streven blijft ons doel.

Een warme groet,

• *Liesbeth en Jan*

---

**Op eigen vleugels - vervolg van pag.1** ► Ze stopten dat tot halverwege het hol en daarna vonden de meegebrachte wurmpjes hun weg.

**Zondag de 25e** lieten we ze achter, in de hoop op Hemelvaartsdag het nest nog vol aan te treffen.

**Die donderdag** was het piepen nog luider dan tevoren. Omdat we de poezen Nelson en Roos hadden meegenomen, maar we tegelijkertijd ouders specht het nest niet meer zagen binnengaan, begonnen we ons schuldig te voelen. De poezen zouden de spechtenouders toch niet hebben weggejaagd? Gelet op het beperkte jagersinstinct van onze stadskatten zou dat nogal suf zijn. Maar nee, de zorg was niet terecht, want de voedselvoorziening werd hervat. Meerstemmig gepiep klonk uit het hol.

**Vrijdagochtend zag Lieven** ineens een jonge specht onderaan de nestelboom liggen. Het beestje was blijkbaar net uit het gat gevallen, want enigszins dizzy probeerde hij overeind te komen, schudde wat met zijn veren en probeerde naar boven te klimmen. Dat lukte centimeter voor centimeter. Hij moest haast maken, want waar waren de poezen? Op zo'n halve meter boven de grond gekomen, stagneerde de tocht naar boven. Bij een takje hield hij stil, en zat daar wel tien minuten. Hij poetste wat aan zijn veren en spreidde zijn staart. Daarna weer langzaam omhoog en toen ging het sneller. Even later was hij zijn holletje voorbij: hij hoorde zijn broer of zus wel piepen, maar was langs het gat geklommen. En hij klom maar door. Kan een jonge specht ook terug klimmen, vroeg ik me af. Een boomklover zie je dat wel doen, maar een specht?

**We waren zo** al wel een uurtje bezig en ik ging verder met het afvoeren van tuinafval. Ik liep met de kruiwagen een meter of vier van de spechtenboom toen er iets naar beneden dwarrelde. Een jonge specht. Ik kon hem precies opvangen in de kruiwagen, en daar gleed hij snel weer uit. In no time klom hij in de dichtstbijzijnde boom, en liep behendig naar boven. We verloren hem even uit het oog, zochten in de boom, maar hij was nergens meer te zien. Niet in de boom, niet op de grond. Hij moet vanuit die boom zijn weggevlogen. Zijn eerste vlucht was een rechte val naar beneden. Bij zijn de tweede tocht kwam hij al een meter of vier vooruit en de derde keer bleef hij in de lucht. Op eigen wicken.

• *Gerrard Boot*

## De bezieling

Kijk eens op: [Debezieling.nl](http://Debezieling.nl). Dit is namelijk een publiekssite over hedendaags leven en geloven. Een belangrijke site als je een beetje wilt bijblijven op het terrein van religie, van religie én maatschappij. Het belicht persoonlijke en maatschappelijke thema's van verschillende kanten. Het wordt geschreven door deskundige auteurs.

De Bezieling verschijnt maandelijks. Auteurs zijn onder andere Theo van de Kerkhof, Gerard Zuidberg, Lisette Thooff en Erik Borgman. Het is gratis toegankelijk. Het steunt op vrijwillige giften. Voor de maandelijkse nieuwsbrief kun je je aanmelden op [debezieling.nl](http://debezieling.nl) of via een mail aan [redactie@debezieling.nl](mailto:redactie@debezieling.nl).

Ik weet zeker dat voor betrokken Duiven deze site een geweldige informatiebron kan zijn. Niet té geleerd, niet té hoogdravend, maar enorm duidelijke en sprankelende informatie over wat er allemaal in die wereld van religie en kerk aan de hand is. Dus: van harte aanbevolen.

• *Harris Brautigam*

---

## Trouwen in De Duif

Op 6 september aanstaande om 14.00 uur gaan wij, Marina Slot en Marleen Doornink, trouwen in De Duif! Vorig jaar september zijn we voor de wet getrouwd om alles goed te regelen met koop en verkoop van huizen et cetera. Nu willen we ons huwelijk nog eens bevestigen op een plek die ons zeer dierbaar is. Het Duif-koor zingt, onze Irina speelt weer de sterren van de hemel met onze persoonlijke keuze van pianomuziek. We leven er in deze tijd naar toe en wij willen jullie uitnodigen om erbij aanwezig te zijn. Van harte welkom allemaal, er is ruimte genoeg. Warme groet,

• *Marina Slot en Marleen Doornink*



# Bedankt!

**Hans Bredie** bedankt in een brief van 3 juni 2014 alle vrijwilligers voor hun support, betrokkenheid en genegenheid bij de begrafenis van Rien. De familie en Hans waren overdonderd door het gevoel van warmte en alle aardigheid. Hans voelde zich direct weer Duif.

Hans is verhuisd naar: De Vlotkampweg 80, 6545 AG te Nijmegen. De kinderen van Rien wonen er in de buurt net als Maruja Bredie, zijn zus. Hans schrijft dat hij zich altijd een Duif zal voelen en als het even kan, dat hij erbij is!

De Duif heeft er mede toe bijgedragen dat Riens begrafenis een waardige herdenking was. Hans' dank is ontzettend groot. Hij groet ons.

## Huwelijk Natalie Hakhoff en Eric Coenradi

Vrijdag 13 juni was het zover. Eric en Natalie zijn in de echt verbonden. Een mooie dag met de mensen die ze lief hebben om zich heen. Familie, waaronder natuurlijk Jaimy en Noëlle, bijna-familie (Duiven) en vrienden waren aanwezig in het pittoreske kerkje in Groet. Helma Schenkeveld ging voor in de viering en het koor heeft het dak er, bijna, afgezongen. We zijn hartelijk ontvangen en hebben na de plechtigheden het verse bruidspaar kunnen feliciteren onder het genot van een drankje en natuurlijk overheerlijke bruidstaart! Natalie en Eric, heel veel geluk!

## Zinnenprikkelende zomer

De zomer is begonnen. Er is een prachtige zomerserie samengesteld met als titel 'Zinnenprikkelende zomer'. Ben je in het land, dan is het zeker de moeite waard je wakker te zetten op de zondagen. Het koor komt op adem en zal van 6 juli tot en met 17 augustus met 'reces' zijn. Om daarna met volle overgave de vieringen op te luisteren. Dat betekent voor de voorgangers een extra uitdaging! In welke vorm de vieringen omlijst zullen worden: gaat het zien en horen! Voor het volledige programma en de flyer, kijk op de website [www.deduif.net](http://www.deduif.net)

## 6 september 2014

Marina Slot en Marleen Doornink gaan zich in De Duif in de echt laten verbinden! Jan Andreae is gevraagd voor te gaan. Hij heeft hen immers ook bij elkaar gebracht. Voor ons fijn om hem weer eens te zien en te horen. Nadere informatie over de tijd en benodigde hulp bij inrichten en opruimen volgen. Noteer het vast in de agenda, want je maakt het niet vaak mee dat een dominee huwt in een oecumenische geloofsgemeenschap die ook nog een eigen geloofsgemeenschap dient. We gaan er met elkaar een mooie viering van maken. De Duif door, voor en met elkaar.

Geniet van al het moois dat er is!

- *Yvon van der Meer*  
Voorzitter

## Bedgeheimen

We hebben de caravan weer voor de zoveelste keer in ons bestaan van stal gehaald. En altijd zijn we weer even nieuwsgierig: heeft hij de winter overleefd, is hij nog net zo als toen we hem achterlieten in de stalling, zijn de banden goed op spanning, doet het gas het nog, zullen we ons er weer net als andere jaren goed thuisvoelen?

**Vol verwachting** rijden we naar het grote stallingcomplex in Aalsmeer. Het wordt voortreffelijk gerund door een voormalige rozenkweker. De man was alle milieumaatregelen zó zat, dat hij de rozen aan hun lot overliet en zich ruimschoots ging ontfermen over verlaten en eenzame caravans. En ze zijn bij hem in goede handen. Dat kan ik u verzekeren.

**We spreken** over onze caravan –door sommige spotters neerbuigend 'sleurhut' genoemd – steeds in de masculiene vorm als 'hij' en 'ie' en 'm'. Zo vraagt mijn vrouw steeds, als we hem net aangekoppeld hebben en op weg zijn: hoe ligt 'ie'? Want ja, ze beseft ook heel goed dat het autorijden een tikkie anders is met zo'n gevaarte achter je aan. Je moet niet te schielijk optrekken, je moet de bochten wat ruimer nemen en je hebt niets aan je achteruitkijkspiegeltje.

Ik denk dat die mannelijke vorm waarmee we onze caravan aanspreken onbewust is ontstaan om onbedoelde dubbelzinnigheden te vermijden als: hoe ligt ze, neemt ze de bocht

wat ruim? Want ja, we zijn toch inboorlingen van een preuts opgevoed landje. Het is maar een hypothese hoor!

**Onze caravan** heeft alles wat we nodig hebben. We kunnen er koken, grote en kleine boodschap doen, tanden poetsen en heerlijk slapen. Ons tweepersonsbed is kleiner dan thuis, maar dat is volstrekt geen probleem. Er is maar één nadeel. Althans, voor mij. Thuis slaap ik altijd links van mijn lief. Dus in de caravan ook. En het ligt prima. Maar als ik er 's nachts uit moet, gaat het wat ingewikkelder. Ik kan er maar aan één kant uit, we liggen namelijk overdwars. Ik moet dus over mijn lieve slapie heen. Dat eist voorzichtigheid en tact, want ik wil haar niet wakker maken. Maar door die geboden voorzichtigheid, word ik klaarwakker. Ik kom dus daardoor slaap te kort. Die moet ik dan weer op de camping inhalen. Maar ik verzeker u: die nachtelijke escapades vergallen mijn vakantie geenszins!

**Wel waardeer ik het**, als we weer thuis zijn en in het eigen bed liggen, dat ik dan zonder veel toeren 's nachts het bed uit kan, half slapend het nodige kan doen en dan weer terugkeren. Om in een ruime bocht verder te slapen tot een nieuwe morgen.

Hoe jullie ook je vakantie gaan vieren: geniet er van, net als wij. Het komt je toe.

- *Harris Brantigam*