

A man wearing a straw hat and a dark jacket is standing in a garden. He is holding a long-handled tool, possibly a hoe or a similar gardening implement, with both hands. The background is a lush, green garden with various plants and trees. The lighting is bright, suggesting a sunny day.

Weleda-tuinder Jan Graafland:

‘Het is
niet de stof,
maar
het **ritme**
dat het doet’

‘Ik probeer op mijn manier te ontdekken hoe preparaten zouden kunnen werken’, vertelt Jan Graafland, ‘en ik heb verschillende invalshoeken inmiddels. Ritme is een sleutelbegrip. En ik ben dit jaar eens vanuit de gedachte van inademen en uitademen gaan kijken, van centrifugale en centripetale krachten. Een mooie aanvulling. Maar uiteindelijk blijft het een geheimzinnig proces!’ *Tekst_Annemieke Grimbergen*

(natuurvoedingskundige) Foto's_Weleda en Gerda Peters

Jan Graafland verzorgt al 20 jaar de kruidentuin van Weleda in Zoetermeer. Hij gebruikt daar de klassieke biologisch-dynamische preparaten. “De composthoop is voor mij het hart van de tuin, de oerbui van de tuin”, vertelt hij. “Daar vinden verteringsprocessen plaats, zijn bacteriën en schimmels actief. Ik verspreid de compost en maak met het wiedmateriaal van dit jaar weer een nieuwe composthoop. De compost is heel eigen aan de tuin. Met de compost creëer je eigenlijk je eigen bacteriecultuur. Wat je heel praktisch kan zien, is dat rond elk preparaat in de composthoop een andere schimmel/bacteriecultuur aanwezig is. Het ziet er gewoon anders uit. De kwaliteit van een preparaat merk ik aan de geurigheid, aan de geurverschillen.”

Ritmisch herhalen

“Een paar jaar geleden ontdekte ik dat de ritmische herhaling van het gebruik van de preparaten wel eens een essentieel

deel van de werking kan zijn. Ook bij het maken van homeopathische geneesmiddelen heeft de herhaling van het verdunnen en schudden een sleutelrol.”

De plantenwereld is vol van ritmes. Dag en nacht, de seizoenen, de ritmische groei van planten. Jan: “Wie wel eens de oefening heeft gedaan om elke dag op hetzelfde tijdstip dezelfde kleine handeling te doen, heeft vast tot zijn of haar eigen verbazing gemerkt dat je er sterker van wordt. De herhaling, het ritme, doet iets voor ons. Wanneer je een dier iets wil leren, zal je ook herhalen en herhalen. Totdat het nieuwe gedrag haast een wezenskenmerk wordt.”

Hij vervolgt: “De preparaten gebruiken we natuurlijk al decennia in de kruidentuin. Een paar jaar geleden maakte ik een rondje door de tuin met iemand die ik ken, die hooggevoelig is. De keer erna had hij een bergkristal bij zich. Hij vertelde dat hij vorige keer ziek was geworden. Ik was dat jaar het kiezelpreparaat vergeten, maar had hem dat niet verteld.

Toen viel bij mij het kwartje hoe belangrijk ritme is. Hoe levendiger en gevoeliger de tuin, hoe groter blijktbaar het gemis als je het niet gedaan hebt.”

De aarde ademt

“Dit jaar realiseerde ik me, dat de aarde met haar dampkring zelf ook een ritme kent, en wat dat kan betekenen voor plant, dier en mens. Die dampkring heeft drie bijzondere eigenschappen. Wist je dat de dampkring niet symmetrisch rond de aarde te ligt? Een ander kenmerk is, dat er luchtdrukschommelingen op aarde zijn, los van de weersinvloeden. Dagelijks blijkt de luchtdruk om 3 uur 's middags het laagst te zijn, en om 3 uur 's nachts het hoogst. Deze eigenschap van de dampkring werd al door Goethe beschreven. Zelfs radioactiviteit blijkt een dagritme te hebben.”

“Als je de dampkring als een wezenlijk deel van de aarde ziet, leven wij niet op de aarde, maar in de aarde. Een aarde die lijkt te ademen! De hele dampkring wordt

in een dagelijks ritme iets ruimer (lagere luchtdruk), en krimpt iets in (hogere luchtdruk). Als de aarde dat zelf dagelijks doet, is het logisch dat planten, dieren en de mens dit dagelijks ritme merken. Wist je bijvoorbeeld dat bij planten de meeste celdelingen 's nachts plaatsvinden, en dat de nieuwe cellen overdag groeien (celstrekking, beweging naar buiten toe)? Ook kent onze lever een dagelijks ritme qua aanmaak en secretie van gal, en is ons effectief longvermogen 's nachts kleiner dan overdag.”

“De derde eigenschap van de damkring zie je met de waterkringloop. We leren allemaal op school over de beweging van waterdamp in de onderste luchtlaag, dat waterdamp met warmte opstijgt en als regen, sneeuw of hagel weer neerslaat. Dit kan je ook een beetje anders bekijken. De opstijgende warme lucht met waterdamp als een beweging naar buiten toe, centrifugaal. De zwaartekracht die neerslag mogelijk maakt als een beweging naar binnen toe, centripetaal. Eigenlijk zijn het twee basale krachtenvelden waarin we leven, centrifugaal en centripetaal, vrijmaken en inkrimpen. Zij wisselen elkaar ritmisch af.”

Preparaten ademen

“De klassieke compostpreparaten die ik in de tuin gebruik, worden vaak beschreven vanuit de werking van planeten, dat doe ik zelf ook. Nu ben ik eens vanuit de gedachte van inademen en uitademen gaan kijken. Zo doe je bij het eikenschorspreparaat ei-

kenbast in een schedel. Eikenbast neigt naar uit elkaar vallen, zit los, wil naar buiten. Een schedel is hol, gericht naar binnen. Je ziet dat beide krachten, beide bewegingen, in het preparaat zitten.”

Jan ziet het voor zich: “Een bloem straalt, de meeste bloemen hebben dan ook een centrifugale werking. Duizendblad straalt, de omhullende blaas in het duizendbladpreparaat is een zuigend orgaan, houdt vast. Paardenbloem straalt, het omhullende darmscheil werkt naar binnen toe. Bij het kamillepreparaat werkt het net andersom. De kamille is meester in het vasthouden van levenskrachten. Vroeger werd het gebruikt om vlees langer goed te houden. Kamille is in het preparaat de introverte, de omhullende darm de extroverte.”

En brandnetel? “Brandnetel is natuurlijk afkomstig uit het bladgebied, in de plant het gebied tussen de aantrekkende krachten van de wortel en de uitstralende werking van de bloem. De brandnetel wordt voor het preparaat niet omhuld! En valeriana is echt een ander verhaal. Voor het valeriana-preparaat persen we de bloemen, het sap gaat in een bruin flesje waarin het kan fermenteren, alvorens we het over de composthoop spreken. Valeriana is omhullend voor de composthoop. Samen verzorgen de compostpreparaten het levende.”

Koemest en kiezel

“In mijn opinie vormen het koemest- en kiezelpreparaat samen één preparaat. Je

maakt ze niet alleen anders dan de compostpreparaten, ze doen ook iets anders. Koemest zit vol mogelijkheden, het maakt van alles mogelijk, is de stralende. De kiezel is helemaal klaar, trekt aan. Het gebruik van deze twee preparaten beleef ik als het stimuleren van het ademen, als het ritmisch in beweging brengen, levenskrachten versterkend. Het kiezelpreparaat trekt licht aan, het koemestpreparaat straalt uit, is energiek en voedzaam voor de bodem. Het zijn twee polen.”

“Bij het roeren van het koemest- of kiezelpreparaat maak je een draaikolk, een vortex. Het bijzondere van een vortex is dat de hoogste snelheid in het midden zit, denk maar aan het oog van een windhoos. Totaal anders dan een wiel, waar de hoogste snelheid aan de buitenkant zit”, vertelt Jan.“ Laatst viel er een blaadje in de ton: het was prachtig om te zien hoe die midden in de draaikolk naar beneden gezogen werd, en aan de zijkant weer boven kwam. Er wordt wel gezegd dat zo'n vortex een aanzuigende werking heeft op levenskrachten. Ik kon me dat nu iets beter voorstellen.” “Bij het maken van deze preparaten werk je ritmisch: je bouwt de draaikolk op, dan loopt hij lekker, en vervolgens breng je hem met een schok tot stilstand. En bouw je weer een nieuwe draaikolk op, nu de andere kant op. Elke keer bouw je een vortex op, en onderbreek je hem. Zo'n vortex is aantrekkelijk, ik kan er mijn ogen niet vanaf houden. Het vraagt ook aandacht, het uur vliegt voorbij.”



Duizendblad straalt,
de omhullende blaas
in het duizendbladpreparaat
is een zuigend orgaan.
Een beweging naar buiten
en naar binnen.

Jan: "Uiteindelijk vind ik dat de klassieke preparaten een mooi geheel zijn, waarbij het koemest- en kiezelpreparaat het ritmische ademen tussen uitstralende en aantrekkende krachten stimuleren. Tussen deze polen staan de compostpreparaten, die vanuit de composthoop het levende middengebied verzorgen."

Dynamiseren en potentiëren

"Voor mij is het zo dat ik kwaliteit kan meegeven met het gebruik van preparaten, je stuurt ermee. Ook voor mijzelf als boer is het een soort ritueel. De kracht zit in het doen, het doen met aandacht. Eigenlijk net als bij (reguliere) medicatie bij mensen: de aandacht van de arts in het gesprek en het vertrouwen van arts en patiënt maken al

het halve effect van medicatie, al noemen we dat het 'placebo'-effect."

Het versterken van levenskrachten in de tuin, het brengen van stoffen in het levende, noemt Jan het 'dynamiseren'. "Dat doe je met alle maatregelen die je neemt. Hoe je spit, hoe je teelt, dat we ook natuurhoekjes in de tuin hebben. En met de preparaten. Dynamiseren is iets anders dan potentiëren, hoewel die twee vaak in één adem worden genoemd. Potentiëren doe je met het bereiden van homeopathische en antroposofische medicijnen. Je schudt een vloeistof 2½ minuut, gooit 90 ml weg, en vult weer aan met 90 ml water. En je schudt weer. Steeds weer doe je dezelfde handeling. Bij een D24 heb je zover verdund, dat je niks meer van de oorspronkelijke stof kan vin-

den, dat maakt het regulier ook zo moeilijk te accepteren dat er een werking kan zijn." "Het bijzondere is dat bij onderzoek is gebleken dat bepaalde potenties een werking hebben, en andere niet. Dat is onder andere onderzocht met kiemprouwen met tarwezaden op glaswol. Daarbij maakt het niet uit welke medicinale planten zijn gebruikt, of je telkens 1:10 of 1:100 of 1:7 verdunt, met welke stof je oplost (water, alcohol, olie, vaste stof). Telkens weer zie je dat een D6 en een D12 een sterke werking hebben, en een D16 bijvoorbeeld helemaal niet. Je móet de stappen nemen, het is blijkbaar een stapsgewijze ontwikkeling om werkzame krachten vrij te maken. Ook hier is het weer niet de stof, maar het ritme dat het doet!" 🐞