



Sjoerd Bonnema: "Het is van belang om zo min mogelijk te verstoren."

## BIJEN EN BIO-DIVERSITEIT

Sjoerd Bonnema hoopt met zijn voorlichting over bijen en biodiversiteit een verbinding tussen mens en natuur teweeg te kunnen brengen. Zijn bedrijf, De Kleine Salamander, bestaat uit drie poten: bijen, biodiversiteit en muziek. De bijen vormen echter de hoofdmoot. Als imker vindt Sjoerd houvast in de uitgangspunten van de biologisch-dynamische landbouw. "Het is daarbij van belang om zo min mogelijk te verstoren; met de natuur mee te werken," legt hij uit. Niet alleen antroposofie, maar ook het sjamanisme en de Aboriginals inspireren hem. Zijn belangrijkste uitgangspunt is echter zijn gevoel. Dat kan aanleiding zijn om te lezen over bepaalde methoden van bd-landbouw en die stapje voor stapje in zijn bedrijf in te voeren, maar het werkt nooit andersom.

**'DE WETENSCHAP ZIET EEN ORGANISME MAAR AL TE GRAAG ALS EEN VERZAMELING AFZONDERLIJKE STOFJES, MAAR ALLES HANGT SAMEN'**

"Essentieel voor de bd-landbouw is het uitgaan van het geheel," zegt hij. "Een bijenvolk is een organisme op zich, en dat geldt bijvoorbeeld ook voor de grond. De wetenschap ziet die maar al te graag als een verzameling afzonderlijke stofjes, maar alles hangt samen." De bijen vormen een belangrijk voertuig om deze visie tijdens voorlichtingen te kunnen uitdragen. "Wanneer mensen er klaar voor zijn weet je niet, maar je hebt de kiem dan in elk geval gelegd."

De Kleine Salamander; Sjoerd Bonnema, Vogelrijd 11, 8428 HJ Fochteloo; oorsprong@hetnet.nl; www.dekleinesalamander.com



Jos van der Marel werkt als trainer en coach.

## BREEKIJZER IN VASTGEROESTE DENKPATRONEN

Jos van der Marel werkt als trainer onder de vlag van franchiseorganisatie Xzellent. Hij coacht en geeft onder meer trainingen en advies op het gebied van persoonlijke effectiviteit en teambuilding. Binnen Xzellent heeft iedere trainer ruimte voor zijn eigen werkwijze en bij Jos wordt deze sterk beïnvloed door de antroposofie, hoewel hij dit niet altijd hardop zegt.

"Ik werk veel met Insight Discovery," vertelt hij enthousiast. "Dat gaat over temperamenten, gebaseerd op de inzichten van Jung en Hippocrates. Ook Steiner heeft de temperamentenleer bij Hippocrates vandaan. Je kunt dat naadloos over elkaar leggen. Daaraan koppel ik dan bijvoorbeeld weer de conflictstijlen van Thomas-Kilmann, communicatiemodellen zoals de Roos van Leary en elementen uit Neurolinguïstisch Programmeren (NLP)." Zo verbindt Jos verschillende methoden en visies, wat hem een stevig fundament geeft van waaruit hij kan werken.

Als trainer gaat hij uit van wat er in iemand aanwezig is en wat er ontwikkeld kan worden. "Ik geloof in de inwendige vrijheid van de mens. Iemand moet zichzelf zijn, anders blokkeert het geheel. Het antroposofisch mensbeeld is voor mij een belangrijk gereedschap bij het geven van trainingen en coaching. Ik zorg ervoor dat in iedere sessie de drie delen van de mens in de juiste verhouding worden aangesproken: hart, handen en hoofd. Daarnaast werk ik bijvoorbeeld met de zevenjaarperiodes om inzicht te krijgen in iemands kernhulpvraag. Bij assertiviteits-trainingen bijvoorbeeld, helpt het enorm om cursisten inzicht te geven in hun levenstaak. Daarmee kun je bij je wilskracht komen en een balans creëren tussen denken, voelen en willen. Je zet in feite een breekijzer in vastgeroeste denkpatronen. Als dat lukt, zie je dat deelnemers tijdens de training meteen beter in hun schoenen gaan staan."

Xzellent Jos van der Marel; Postbus 76; 4797 ZH Willemstad (Noord-Brabant); jvandermarel@xzellent.nl; www.xzellent.nl