



Dopersduin

SCHOORLSE BERICHTEN

zomer 2019

INHOUD



Bezinnen

Bespiegelen & verdiepen.

- 5. Ochtendgebed
- 12. Onderweg
- 16. Mattheüs
- 25. Avondgebed
- 30. Moment
- 38. Nr. 3 uit de Ionabundel
- 50. Kinder ochtendgebed
- 57. Avondgebed



Dienen

Geen woorden, maar daden

- 3. Dichterbij
- 14. Douchen met de deur dicht
- 31. Dopersduinding
- 36. Geen spelt tussen te krijgen
- 58. Dopersduinding
- 59. SSVS, praktische info



Vermaken

Voor iedereen jong van geest.

- 7. Kleurplaat
- 20. Happertje
- 32. Kijk eens!
- 52. Fotospeurtocht



Bewegen

Neem de tijd, de ruimte en de plaats.

- 6. Buggyroute
- 23. Zwerfie
- 33. Zandyoga
- 44. In zee



Ontmoeten

Treffen, leren, kennen.

- 10. Weekendbeheer 1/3
- 26. Ontmoet Afrika
- 40. Weekendbeheer 2/3
- 48. Een buitenschoolse vrijwilliger
- 54. Weekendbeheer 3/3



MAG IK DICHTERBIJ

De 'Schoorlse Berichten' is een begrip voor gasten, vrijwilligers en Vrienden van Dopersduin. Ooit was het een mededelingenblad dat betrokkenen nauwgezet op de hoogte hield van alles wat er met 'hun' huis gebeurde, juist in de tijd na de doorstart in 1995/96... toen alles nog spannend en onzeker was.

In 2013, toen het opnieuw spannend en onzeker was, kregen de Schoorlse Berichten een nieuw uiterlijk, een meer thematische inhoud. Als een cadeautje van het huis en haar Vrienden aan de gemeenschap in en rond dat huis ... verbindend, informerend, bedoeld om de sfeer van het huis te spiegelen.

Nu zetten de Schoorlse Berichten een stap verder... een vakantie-week in de vorm

van een magazine. Knutsels, verdichtels, sprookjes, vieringen, recepten, wandelingen... Heimwee op papier. De Schoorlse Berichten zijn bedoeld om met je mee te gaan, door de week heen, door je verblijf heen, desnoods in je koffer mee naar huis. Of je wordt Vriend van Dopersduin en dan komen de Schoorlse Berichten gewoon bij je thuis, lonkend, roepend, spiegelen: er is een plek waar je thuis bent, ver van huis.

Het is alsof het huis zelf, en de Geest die hier waait, en alle mensen die er ooit verbleven en verblijven zachtjes de woorden van de zanger Jeroen Zijlstra* in je oor fluisteren:

Mag ik dichterbij
Mag ik dichterbij
Toe laat me dichterbij
Mag ik dichterbij

Zoeken zul je, vinden zelden,
wie kan ik verstaan
Nooit ben ik zo feilloos aangesproken
Een vogel met een gouden keel
prijst de zomer aan
Zingend is het ijs voorgoed gebroken

Zing mij, zeg mij, ga mij voor
Ik sla jou van een afstand gade
Zing mij, zeg mij,
speel mij jouw geheimen door
Toe, bevestig wat mijn hart al raadde

Mag ik dichterbij

Dichterbij, tot het onder je
huid kruipt en je nooit meer
weg wilt. Of dichterbij, om
daarna weer los te laten en
een ervaring rijker een ander
pad te kiezen. En wie weet
draag je met deze Schoorlse
Berichten een klein stukje
van het huis met je mee,
hart, ziel en handen. Voor
wie dichterbij wil komen:

Wees welkom!



*Zijlstra - Dichterbij, cd: Stel je voor, 2007



GEEN ZIN IN HET OCHTENDGEBED

een schoorvoetend zijn
niet meer
in de ochtend
lege handen
breng ik
lege handen
lege ziel

niet echt een zoeken,
eigenlijk niet een vragen
niet meer dan een schoorvoetend zijn

aarzeling
woordeloos
ochtendstem
hapering

adem mij open
wek mij op
verbind mij weer
met hart en ziel

steek een kaars aan
dat de dag begint





BUGGYROUTE SCHOORL

Boswachter Frans Erinkveld van staatsbosheer zette een route uit om het hoogste duin van Nederland.

AFSTAND 5 kilometer
MOEILIKHEIDSGRAAD

pittig maar goed te doen, ook met wandelwagen.

ONTSNAPPINGSCLAUSULE

genoeg gelopen? Neem dan de snelle route terug vanaf De Berenkuil over het fietspad (Schoorlse Zeeweg) naar het beginpunt, het Buitencentrum.

MEENEMEN emmer en schep, schone kleding (speelbos!) en een stevige wandelwagen.

ROUTEBESCHRIJVING

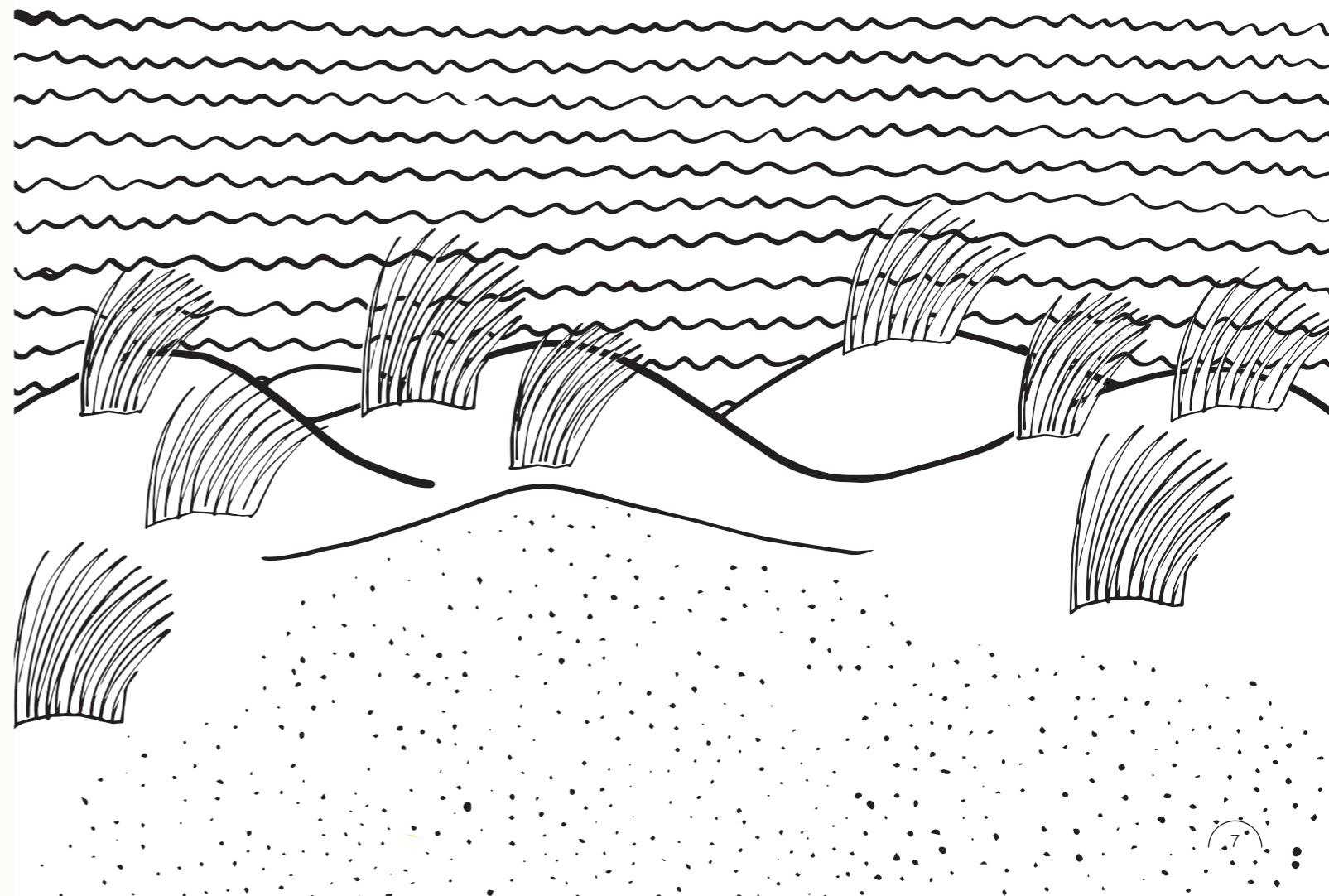
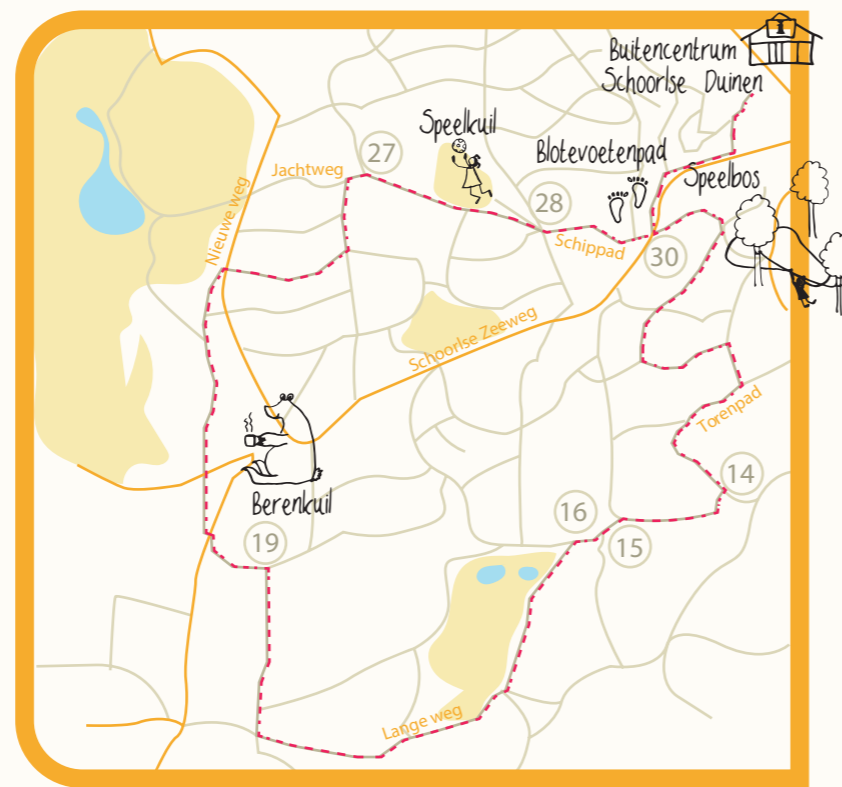
- Begin bij Buitencentrum Schoorlse Duinen van Staatsbosbeheer aan de Heereweg 62 in Schoorl centrum.
- Volg de witte route via knooppunt 30, 14 en 15 naar knooppunt 16.
- Loop iets voorbij knooppunt 16

langs de speel- weide Jan Bas z'n Tuintje naar rechts de Lange Weg op (staat met een bord aangegeven). Dit is een schelpenpad dat uitkomt op een groene route naar rechts.

- Volg deze groene route langs Bosbuffet De Berenkuil naar knooppunt 27.



- Volg de blauwe route langs de Speelkuil naar knooppunt 28.
- Ga verder over het Schippad, met inhammen om eventueel regenwater tegen te houden, naar knooppunt 30.
- Volg vanaf hier de gekleurde paaltjes terug naar het Buitencentrum.





DRIELUIK WEEKENDBEHEER OP DOPERSDUIN

DEEL 1 Kalle Brüsewitz en Charlie Philippo

Weekendbeheer op Dopersduin betekent dat je als vrijwilliger gastheer of gastvrouw bent voor de groepen die dat weekend te gast zijn. Je deelt sleutels uit, bemenst de receptie, maakt afspraken met de groepen over wanneer ze koffie en thee willen en je sluit 's avonds af.

EEN BIJDRAGE LEVEREN

Voor Kalle is het alweer een tijdje geleden dat hij het weekendbeheer deed. "Het was voor mij altijd een hele toer om er van vrijdagmiddag vijf uur tot zondagmiddag vijf uur te zijn. Met de reistijd van en naar Groningen, waar ik toen woonde, was dat bijna niet te doen." Nu Kalle in Haarlem woont is dat gemakkelijker. Charlie gaat binnenkort, samen met Kalle, voor het eerst het weekendbeheer op zich nemen. "Ik vind het wel

spannend, want ik ben nog nooit vrijwilliger geweest op Dopersduin. Dat was altijd meer Kalle z'n ding. Ik ben pas geleden gedoopt op Dopersduin en ik wil graag mijn bijdrage leveren aan het huis, dat kan ik als vrijwilliger doen."

Kalle vindt het erg fijn om wat te doen te hebben als hij op Dopersduin is, "ik ben niet anders gewend". Voor anderen zijn de rust en natuur in en rond Dopersduin heel belangrijk, voor hem minder. Hoewel hij het vrijwilligerswerk dat hij al jaren voor Dopersduin doet toch ook wel rustgevend vindt. "Ik wil graag mijn steentje bijdragen aan deze plek die voor mij zo belangrijk is. Dopersduin is altijd leuk, wat je er ook doet."

Het lijkt ze wel prettig om het weekendbeheer nu met z'n tweeën te gaan doen, want het is toch ook wel een hele verantwoordelijkheid om het huis een weekend te runnen.

"Je kunt wel even een wandelingetje maken, maar je bent toch ook gewoon aan het werk en 's avonds laat moet je de boel goed afsluiten."

WEEKENDBEHEER NIEUWE STIJL

Er zijn plannen voor een nieuwe vorm van weekendbeheer. "Die

Een soort huiskamer waar iedereen kan aanschuiven

plannen voor weekendbeheer 2.0 ontstonden toen we met een aantal Dopersduinse dopelingen bij elkaar waren" vertelt Kalle. "We willen dat Dopersduin in de weekenden, naast de groepen die dan komen, ook een soort huiskamer is waar iedereen die dat wil kan aanschuiven." "Samen ben je dan verantwoordelijk voor 'jouw' huis" vult Charlie aan. "Als het tocht doe je een raam dicht, je vult het wc-papier aan als het op is, je doet wat moet gebeuren." Er wordt nog wel weekendbeheer ingeroosterd, maar een ieder is welkom om voor een uurtje of een heel weekend (tegen vergoeding) langs te komen. Je draagt dan met elkaar zorg voor Dopersduin alsof het je eigen huis is. Kalle ziet voor zich dat je andere groepen in huis op deze manier minder hoeft uit te leggen wat voor huis Dopersduin is, maar dat je dat met elkaar kunt

uitdragen. De tijdelijke gemeenschap in Dopersduin wordt zichtbaarder.

VERSCHILLENDE WERELDEN

Charlie heeft in het dagelijks leven, zoals ze het zelf noemt, een 'kantoorbaan'. Ze is grafisch technicus bij een farmaceutisch bedrijf. "Het lijkt me leuk om te ontdekken wat er zo'n weekend op Dopersduin allemaal moet gebeuren", zegt ze. "Ik leer graag nieuwe dingen." Ze ziet vooral ook een ontspannen weekend op Dopersduin voor zich, in een totaal andere wereld dan haar werkomgeving. Voor Kalle ligt het gastheerschap op Dopersduin veel dichterbij z'n dagelijks werk voor Stem in de Stad in Haarlem, een huis van aandacht voor dak- en thuislozen en asielzoekers. Hij is daar verantwoordelijk voor zo'n 65 vrijwilligers en er komt daar dagelijks een verzameling

Kalle en Charlie hebben ondertussen 2x met veel plezier weekendbeheer gedraaid.



bijzondere mensen voorbij. "Maar toch is het werk ook heel verschillend, vooral de plek maakt het verschil." Groepen die op Dopersduin komen hebben vaak hun eigen gebruiken en rituelen en het huis heeft zelf ook zo z'n vanzelfsprekendheden. Kalle en Charlie willen graag gastvrijheid uitstralen, "we willen groepen meenemen in het ritme en de gebruiken van Dopersduin en groepen ook laten zien dat je hier met elkaar bent, zonder ze daarmee te overdonderen."

ONDERWEG

TIPS VOOR ONDERWEG: APP EN WEBSITE

BO

Bidden onderweg app

Zes keer per week verschijnt in deze app een meditatie van 10-13 minuten. Ideaal om 's avonds of tijdens het reizen te beluisteren. Het is geen preek of bijbelstudie, maar een houvast om zelf je gedachten te laten gaan over een thema dat aan bod komt.



De meditatie is een mix van muziek, bijbellezingen en reflecterende vragen. De ene dag spreekt de muziek en of de vragen je misschien meer aan dan de andere dag. Maar eenmaal gewend aan het zuidelijke accent is het een fijne app om ook elke dag een stukje Bijbel te horen. Bidden onderweg is geïnspireerd door de Ignatiaanse spiritualiteit.

De ignatiaanse spiritualiteit wordt sterk bepaald door het thema van 'God zoeken en vinden in alle dingen'. De wereld met heel haar wisselvalligheid en onvoorspelbaarheid is een vindplaats van God.



www.eenkwartiervoorgod.nl

Een fijne website met verschillende meditaties. Korte Podcasts om de dag mee te beginnen of mee te eindigen totaal niet zweverig.

Er is keuze uit ontspanning meditaties, Bijbelse meditaties, beeld meditaties en nog veel meer. Ook geschikt om te gebruiken bij een groepsactiviteit of bijvoorbeeld als ochtendgebed in Dopersduin.



De initiatiefnemers schrijven op hun website:

Middenin de drukke Kalverstraat in Amsterdam hangt een bescheiden uithangbord tegen een smalle, vrij onopvallende pui met een ouderwetse, houten draaideur.

Op het bord staat: een kwartier voor God.

Achter de draaideur bevindt zich De Papegaai, een prachtige kerk die in schril contrast staat met de koopgoot buiten.

Hoe vaak heb ik daar niet gezeten, een kwartier of langer. Vanuit de drukte van leren en werken mocht ik daar even vrij zijn. Echt vrij zijn. Mooi dat zo'n plek bestaat.

Maar helaas, niet overal vind je zo'n plek en niet overal vind je de stilte en de rust om je vrij te voelen. Toch kun je het overal zijn.

Laat de meditaties op deze website je erbij helpen om een kwartier vrij te zijn voor God.





DOUCHEN MET DE DEUR DICHT

Een rubriek waarin eigenaardige wetenswaardigheden en door de tijd gegroeide gebruiken van het huis worden toegelicht. Zo douchen we met de deur dicht omdat anders het brandalarm kan afgaan. Handig om te weten!

Te snel. Veel te snel is de vakantieweek alweer voorbij. Bonte Avond, het bedanken van vrijwilligers, de laatste viering...de laatste nacht rekken we tot de ochtend al bijna gloort... maar onvermijdelijk komt altijd dat laatste ontbijt. De laatste mededelingen van de gastenleiding. Standaard.

Dingen als: - 'neem al je boeken/zonnebrillen/speelgoed/make-upstasjes/breiwol etc. mee uit de serre/eetzaal/toiletten/bibliotheek'. Laat je kamer veegschoon achter. Als je een linnenpakket van het huis hebt gehuurd, wil je die dan bij de deur achterlaten?

Van die zinnen die je als trouwe gast al duizend keer hebt gehoord, en dus eigenlijk niet meer echt hoort. En dat is te merken.

Want, wat is eigenlijk 'veegschoon' opleveren? Waar vind je dan die

bezems? En voor je het weet loop je toch weer met je linnenpakket naar het hoofdgebouw. Want dat doen we toch altijd zo?

Geeft niks. We leggen het gewoon uit. Net als douchen met de deur dicht. Ook handig voor mensen die er voor het eerst zijn!

LINNEN

Of je nu een linnenpakket van het huis huurt (lekker makkelijk, dan doen wij de was!), of er voor kiest zelf je beddengoed mee te nemen (goedkoper!), iedereen die op Dopersduin logeert maakt zelf zijn bed op. Dan ben je meteen 'thuis' zoals één van onze buitenlandse gasten terecht opmerkte. Je bent meteen deel van het geheel, je hebt je kamer 'in bezit' genomen. Deze plek is voor jou, van jou, de jouwe. In ieder geval deze week. Prachtig.

Wat je begint moet je ook afmaken natuurlijk, dus aan het einde van de week haal je je bed weer af, als een laatste ritueel, een definitief ontruimen van de kamer. Als je je eigen beddengoed had meegenomen, dan prop je het onhandig in je tas (past nooit zo mooi als op de heenreis). Als je linnengoed van het huis hebt, prop je alles in een sloop en die zet je bij de deur van je kamer.

NB: aan de binnenkant van de kamer, NIET buiten.



VEEGSCHOON

Het was een fantastische zomerweek, en ongemerkt heb je een half duin mee naar Dopersduin genomen. In je schoenen, tussen je tenen, in je haren, oren, tas, handdoek, noem maar op. Heerlijk. Het voelt zo lekker aan je voeten, dat zand op de gladde vloer. Voelt echt als vakantie, als een week op Dopersduin. Thuis heb je dat niet zo lekker. En dat is precies het punt. Jij gaat straks naar huis. Het zand blijft hier. Maar over een paar uur komen er nieuwe gasten en die willen graag zelf hun vakantie-zand verzamelen tijdens hun uitstapjes naar strand en duin.

En omdat jij weet hoe vreselijk fijn dat is, ruim je je eigen zand op. Nadat al je spullen in tassen en koffers zijn gepakt en buiten staan, ga je op zoek naar een bezem, en stoffer en blik. Die zijn bijvoorbeeld te vinden

in de bezemkast van het toiletgebouw, boven op de gangen van de slaaphuizen, in de kasten van slaaphuis 3. En als er echt nergens een is, is daar altijd nog de Hoofd-vrijwilliger-die-raad-weet.

En dan, het is eigenlijk verrassend simpel: dan veeg je je kamer en eventuele badkamer. Je veegt en veegt tot alle zand, takjes, bladeren, schelpen etc. op een hoopje liggen en dan veeg je het hoopje op. En dat gooi je weg. Et voilà!

Je kamer is veegschoon.

Nu hoef je alleen nog maar je sleutel in te leveren. Tot volgend jaar!

Tot volgend jaar.



MATTHEÛS

5:3-7

Gelukkig wie nederig van hart zijn, want voor hen is het koninkrijk van de hemel. Gelukkig de treurenden, want zij zullen getroost worden.

Gelukkig de zachtmoedigen, want zij zullen het land bezitten.

Gelukkig wie hongeren en dorsten naar gerechtigheid, want zij zullen verzadigd worden.

Gelukkig de barmhartigen, want zij zullen barmhartigheid ondervinden.

Wanneer ben je gelukkig, of wanneer zou je gelukkig zijn? Wat zou je antwoord dan zijn? Ik ben gelukkig wanneer ik niet meer hoef te werken, of wanneer de zon schijnt of wanneer ik niet meer alleen zou zijn. Geluk verbinden we vaak aan iets wat er niet meer is, maar kun je dan ooit nog wel gelukkig worden? Er is altijd wel wat. En dan komt Jezus met de bergrede en zegt: 'Gelukkig de zachtmoedigen'.

Maar: gelukkig de zachtmoedigen, die zachtmoedigen... het blijft een vergaarbakje van mensen die niet op kunnen boksen tegen, die liever iets ontlopen dan dat ze de confrontatie aangaan. Al met al, die mensen die juist in onze samenleving er niet toe doen. De prestaties moeten gemeten worden, de hokjes staan al vast en de kinderen worden veelal gepusht om 'normaal' gedrag te tonen. Sterk en onafhankelijk, maar wel

luisteren en gehoorzaam zijn.

En dan ga je voor het eerst in je leven naar Dopersduin, met twee kleine kinderen van 7 en 4 jaar. Twee gezonde Hollandse witkuijjes die ook op school alleen maar kinderen tegenkomen die mee kunnen doen. Waarmee je als kind ook geen rekening hoeft te houden, want ze kunnen goed voor zichzelf opkomen. En dan Schoorl, waar jong en oud, gezond

en ziek samen een weekje bivakkeren in de getijden van het huis. Met een bel, die toch na twee keer al een magische uitwerking heeft gekregen op bijna alle kinderen die daar die week waren.

En na een paar dagen zag ik ineens hoe helder de bergrede voor ons kan zijn. Gelukkig de zachtmoedigen...

Dat er werkelijk door ieder kind om de ander

wordt gedacht, hoe groot of hoe klein iemand ook is. Dat er met kinderogen gekeken wordt naar een zuurstofslangetje bij een ziek kind en dat dan de prachtige woorden gesproken worden: 'Dat is handig, zo raak je haar ook nooit kwijt'. Dat ieder kind met elkaar speelt, er niemand wordt buitengesloten. Er wordt gedeeld, er wordt in verwondering gekeken naar een pasgeboren baby. Alles wat kwetsbaar is, daar wordt zorgvuldig mee omgegaan.



Dat er geen beperkingen zijn, er wordt hooguit gekeken, geobserveerd en dan is het klaar. De eenvoud die daaruit spreekt, daar kunnen wij als volwassenen nog heel wat van leren. Je kwetsbaar opstellen is in het dagelijkse, zakelijke, leven bijna niet te doen. Voordat je het weet sta je gekrenkt aan de kant, of word je letterlijk verpletterd door een harde samenleving.

Jezus heeft ooit mooi gesproken in de bergrede over het echte geluk. Voor mensen die heel kwetsbaar zijn. Voor mensen die weten dat ze God nodig hebben. Voor mensen die verdriet hebben. Voor mensen die goed zijn voor anderen. Voor mensen die eerlijk zijn. Voor mensen die vrede sluiten, voor mensen die lijden omdat ze doen wat goed is in de wereld. Voor hen is het echte geluk.

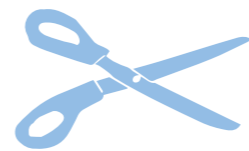
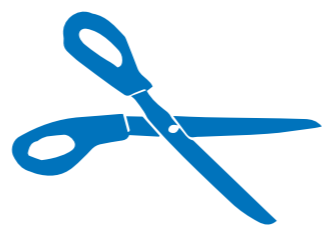
Wat ik er van snap is dat geluk veel dichterbij onze kwetsbaarheid zit dan dat we denken. We hoeven onze dagelijkse moeite en ellende niet te ontvluchten om het geluk te vinden. Zo vind je je geluk in je kwetsbaarheid. Gods nieuwe wereld is niet ver weg.

Jezus laat zien dat hemel en aarde elkaar kunnen raken, juist in kwetsbaarheid en dat daar je geluk in valt te vinden. En dat daar soms wel een paar kinderogen voor nodig zijn om die boodschap te ontdekken.












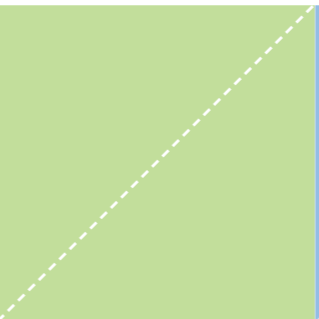
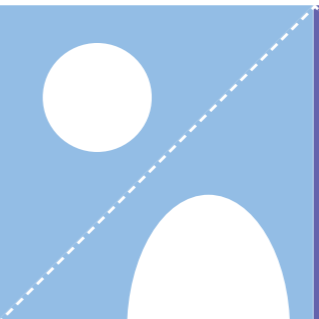
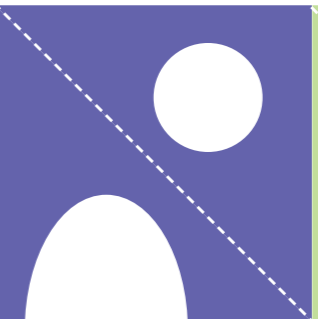

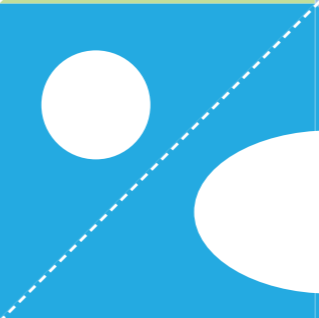


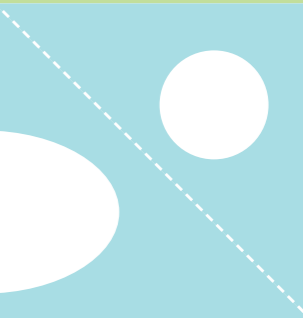
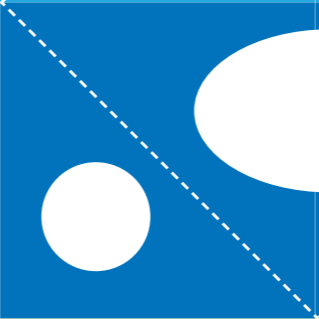


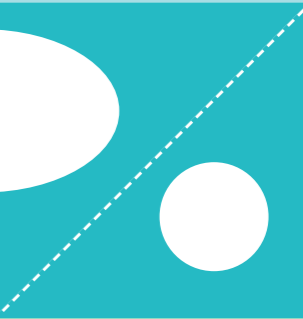
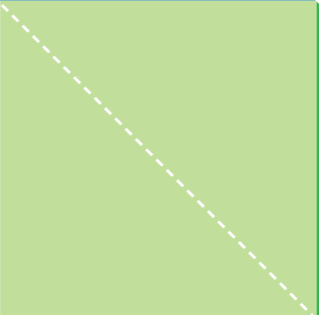
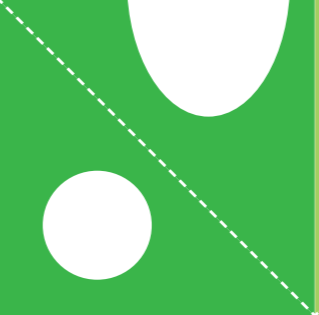
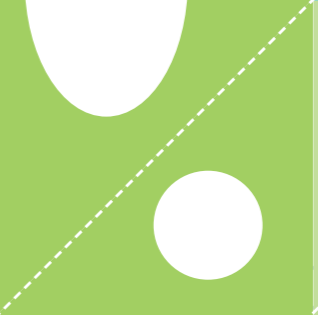
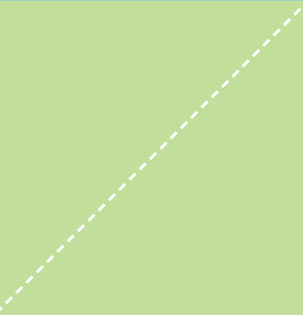
HAPPERTJE



Maak je eigen Dopersduin happertje!

- Knip het vierkant uit • Draai om (foto boven) • Vouw de hoeken met de punten naar binnen • Draai om
- Vouw de punten opnieuw naar binnen • Vouw de 4 flapjes naar binnen tot de buitenste hoeken • Stop je duimen en wijsvingers in de flapjes • Beweeg het happertje een gewenst aantal keer op en neer
- Kies voor jezelf of laat de ander een symbool kiezen en lees de opdracht voor.

	GEEF EEN COMPLIMENTJE AAN EEN VRIJWILLIGER	SCHRIJF JE IN OP DE CORVEE LIJST	
	SPRING OP DE TRAMPOLINE	BAK EEN ZAND TAARTJE	
	VERRAS IEMAND	DOE EEN DANSJE ALS NIEMAND KIJKT	
		MICHTERPAD OVER HET WANDEL	
		SPIEGEL IN DE LACH	



Zwerfie all around!

Het strand. Eindeloos. Waar de horizon zacht wijkt voor een eindelozer ruimte. Waar het lijf bruint, en het haar vol zand raakt. Waar uitgewaaid wordt, en binnengehengeld. Zandkastelen, hele forten, schelpen zoeken, golfje springen, och, dat strand.

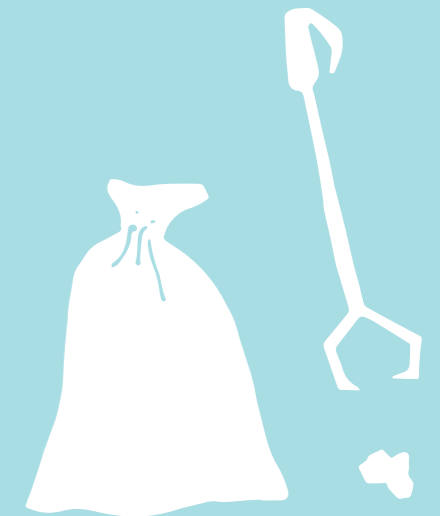
Maar tegenwoordig is het strand ook de plaats waar je na een stevige bries struikelt over aangespoeld afval, waar je de gruwelijkste voorbeelden vindt van wat plastic doet met zeedieren, waar dagjesmensen hun troep 'gewoon' maar in de zelfgegraven kuil achter laten. Een wandeling tussen

Hargen aan Zee en Bergen aan zee levert zomaar drie boodschappen tassen afval op. Hoef je niet eens je best te doen.

Op Dopersduin weten we ons nauw verbonden met alle leven en natuur om ons heen. En op Dopersduin zijn we nogal van de 'handen uit de mouwen' én van 'de handen ineen slaan'. En dus starten we deze zomer met de actie 'Zwerfie': ieder kind dat een 'selfie' of foto maakt van zichzelf met een stuk opgeruimd zwerfafval (een zogenaamde zwerfie) krijgt een punt. Bij tien punten krijg je een snoepkaart van €2,50! Gewoon, om het opruimen

nét even leuker en lekkerder te maken.

Dus: handjes uit de mouwen, een schoon strand én een zoet bekkie op de koop toe!



DOE MIJ MAAR EEN AVONDGEBED

Het is bijna half 10. Het was een warme dag, de warmte zindert nog na op het terras waar iedereen gezellig keuvelend, lezend, append en breiend is neergestreken. De kerkklok. Zal ik naar het avondgebed gaan? Of blijf ik hier? Ik besluit te gaan. Het pad naar boven, naar het kerkje. De deur staat open.

Binnen verstomt het rumoer. Ik zoek een plekje in de kring. In het midden schelpen, de kaars, een veldboekje. Ik richt mijn blik op de bloemen. Daarna m'n ogen dicht. Er wordt nog een stoel bijgeschoven, een liedbundel aangereikt. Dan is het stil. De kaars wordt aangestoken. Als alles duister is, ontsteek dan een lichtend vuur dat nooit meer dooft.

Er wordt een bijbeltekst gelezen, de woorden dringen niet helemaal tot me door. De dag raast nog door m'n hoofd. Een lied. Stilte. Bidden. Als ik m'n ogen sluit laat ik de gebeurtenissen van die dag rustig aan me voorbij gaan: fietsen, spelen, eten, praten, zwemmen, luisteren, lezen, denken, appen.

De vreugde van vandaag. De zorgen. De kleine en de grote dingen. We leggen ze voor God neer. We vertrouwen ze aan hem toe. Dat wat we gezegd en gedaan hebben. De dingen waar we trots op zijn. De dingen waar we spijt van hebben. Dat waar we graag aan terugdenken. Dat wat we liever vergeten.

Hier in de kring komt het samen. In woorden en in stilte. We nemen de tijd om stil te staan. Om onze dag aan God toe te vertrouwen. Alle gebeurtenissen en gedachten van vandaag krijgen een plekje. Alles mag er zijn.

We zingen elkaar de zegen toe. Zegen wens ik je toe. Liefde wens ik je toe. Aandacht wens ik je toe.

De kaars gaat uit, we nemen het licht met ons mee. De avond in. De nacht in.



ONTMOET AFRIKA



“Echt in contact kunnen komen met de mensen daar, daar leer je van, dat geeft inspiratie...”



In 2004 richtte ik, Lianne van Rijssel uit Alkmaar, Ontmoet Afrika op. Een organisatie die een vrijwilligersperiode of stage in Ghana, en later ook in Malawi, mogelijk maakt. Vanaf 2006 hoort bij onze voorbereidingsfase een interculturele communicatie training. Deze geven we 4 keer per jaar voor de groep deelnemers die de komende 3 maanden naar Afrika vertrekt. Dopersduin is hiervoor een ideale locatie! Het buitengevoel, de afstand tot de drukke randstad en de eenvoud van de kamers in slaaphuis 1 vinden wij zeer goed passen bij onze voorbereiding op een verblijf in Afrika.



Onze deelnemers gaan in Afrika aan de slag bij lokale organisaties zoals een ziekenhuis, vrouwen coöperatie, agrarische vakschool, jongerenorganisatie, een ecotourisme locatie of een bamboefietsenfabriek. Vanaf 2017 hebben Nikki de Jong en Niko Winkel zich bij Ontmoet Afrika aangesloten.

Onze visie is dat mensen die met een open blik naar Afrika gaan, echt in contact kunnen komen met de mensen daar. Daar leer je van, dat geeft inspiratie, en dat leidt tot betrokkenheid. Dat spreekt ons meer aan dan naar het buitenland te gaan met het idee de mensen daar te

vertellen hoe het volgens ons moet. Vrijwilligerswerk via Ontmoet Afrika betekent dat je meewerkt bij een Ghanese of Malawiaanse organisatie. Wij vinden het belangrijk dat initiatieven vanuit het land zelf erkenning en ondersteuning krijgen. Zij zijn degenen die hun land kunnen ontwikkelen op een manier die goed bij hen past, waardoor de eigen identiteit behouden blijft en onafhankelijkheid bevorderd wordt.

Onze vrijwilligers/stagiaires verblijven bij een gastgezin. Dit geeft hen de mogelijkheid tijdelijk als zoon, dochter, tante of oom van een Afrikaanse familie mee te leven en hechte contacten op te bouwen. De meeste vrijwilligers vinden dit een van de indrukwekkendste aspecten van hun Afrikaanse ervaring. Ze komen in een gastgezin met een laag tot gemiddeld inkomen en mogen mee naar





www.ontmoetafrika.org

de markt, naar bruiloften, geboorten of begrafenissen. Binnen het gezinsleven worden ze uitgenodigd te helpen koken, vegen, water halen of spelletjes te doen met de kinderen. Naast de contacten en vriendschappen biedt de opvang van vrijwilligers de gastgezinnen ook een extra inkomen waardoor zij bijvoorbeeld beter in staat zijn kinderen naar school te sturen.

Tijdens de weekendtraining op Dopersduin focussen we op het bewust worden van eigen denk-, voel en gedragspatronen en (voor) oordelen in het contact met mensen uit andere culturen. En we oefenen met nieuwe manieren van contact maken die binnen culturen in Afrika

effectiever zijn. De trainingen geef ik samen met Nikki de Jong. Beiden zijn we antropologisch opgeleid, met ruim 15 jaar ervaring in het werken met mensen uit o.a verschillende Afrikaanse, Arabische, Zuid-Amerikaanse, Aziatische en Russische landen. In de trainingen gebruiken we veel persoonlijke anekdotes en voorbeelden zodat deelnemers de trainingen als zeer praktisch, diepgaand, levendig en effectief ervaren.

Vanaf 1 juli zullen Nikki en ik de trainingen als onafhankelijke partij aanbieden onder de naam Cultuurspiegel trainingen. De trainingen zullen dan

ook openstaan voor mensen die via andere kanalen een periode in Afrika willen wonen en werken. Ontmoet Afrika als vrijwilligersorganisatie zal verder worden geleid door Niko Winkel.

Dopersduin blijft zeker onze vaste trainingslocatie. We kunnen ons geen betere accommodatie voorstellen!



Vanaf de Koningsweg zie je het klimduin al liggen.
We zijn er bijna! Bij de receptie haal je de kamersleutel. Meteen op zoek naar je kamer.
Bedden opmaken, tassen uitpakken.
Zo.
De vakantie week kan beginnen!

MOMENT

Bijna iedereen doet tegenwoordig een of andere lichamelijke, mentale training, de tijdschriftenmarkt dondert in elkaar maar bladen als 'Happinez' en 'Flow' floreren als nooit tevoren. Yoga is de oplossing! Zelfs het

nationale voetbalelftal warmt op met de 'zonnegroet' en in Engeland is er inmiddels de 'maand van de Mindfulness'. Populaire workshops, cursussen, bestsellers en apps doen me geloven dat ik met meer plezier, rust én succes kan werken en leven want 'vitale en ontspannen mensen halen meer uit zichzelf, zijn gelukkiger ook, en creatiever en barmhartiger, zijn doelgerichter en succesvoller'. Ik word er een beter mens van en kan zelfs de wereld veranderen. Dat belooft wat, want in het nieuwe tijdperk van technologische revolutie en efficiëntie ben ik zelf aan zet! Vanuit m'n luie stoel met mijn smartphone als prothese binnen handbereik, ligt de wereld aan mijn voeten, oh zo handig. Ik hoef de deur niet meer uit want alles wat m'n hartje begeert, regel ik online. Om het leven te leiden en te begrijpen download ik appjes

en buitenshuis baan ik mijn weg via scanapparaten en contactloos betalen, lekker snel en efficiënt. Zelfs 'chatten' doe ik via Whatsapp en als ik echt m'n stem wil laten horen plaats ik een 'tweet' op Twitter. Om te 'chillen', kijk ik op Facebook of Instagram, oh zo ontspannend. Efficiëntie is waar het om draait! Afschaffen van contact met een ander lid van het menselijk ras is een pluspunt van de technologische revolutie en levert tijdwinst op in mijn drukke bestaan. Dat is maar goed ook want een dag telt maar 24 uur en 'tijd is geld'. Pijnpunten en alledaagse ergernissen zijn er om weg te werken en het leven comfortabel en rimpelloos te laten verlopen ...

Maar dat juist inefficiëntie me tijd geeft om even na te denken, om in te kunnen spelen op veranderende omstandigheden en dat ik

vaker moet navelstaren, me moet vervelen om een 'burn-out' te voorkomen, dat ik helemaal niet in staat ben om als efficiënte ouder, vriendin of geliefde door het leven te gaan (rare combinatie), maakt me tot mens en mijn leven de moeite waard.

Ik wil helemaal niet efficiënt door het leven, altijd gericht op een doel of moment ergens in de toekomst. Ik wil kunnen dagdromen, wat rondscharrelen en proberen er nú wat van te maken met alle kleine irritaties en ergernissen die daarbij horen. Ik wil naar buiten en staande worden gehouden voor een 'kletspraatje' (bestaat het nog?), daar word ik blij van! Ik wil tijd en ruimte voor de kleine dagelijkse contacten, dat is hoe gemeenschapsvorming werkt, daar heb ik de TV-spot 'Omkijken naar elkaar' van de KRO-NCRV niet voor nodig. Ik wil de heilzaamheid van 'leven in het nu' en 'in



het moment zitten' ervaren in mijn dagelijkse leven, niet als buitenschoolse activiteit of via een workshop of cursus.

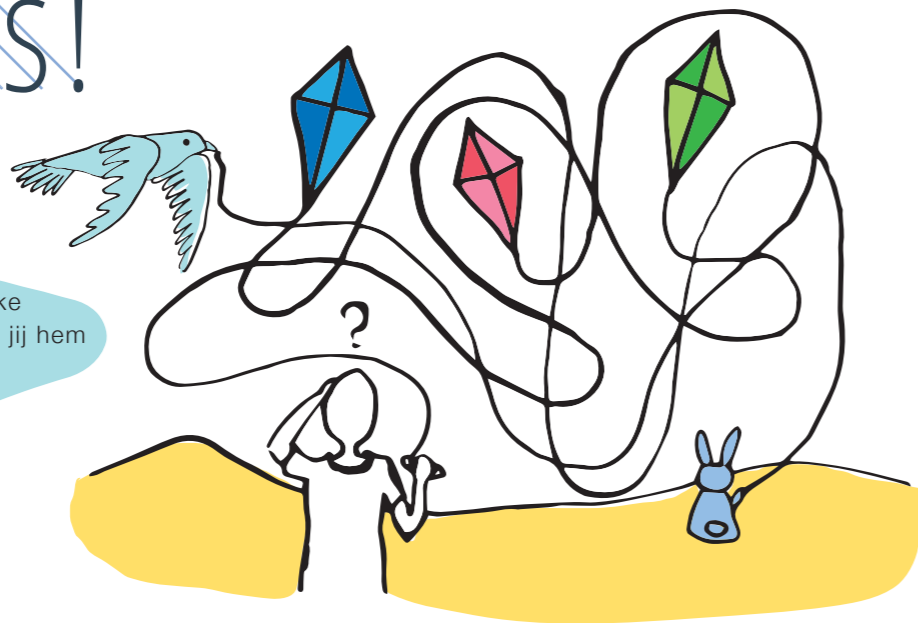
Daarom is Doperduin mijn favoriete plek! Op Dopersduin neem ik afstand van mijn horloge, agenda, smartphone en auto en leef het leven op het ritme van bel naar bel. Op Dopersduin

is een stoel in het kerkje mijn 'meditatiekussen', het stapelbed in een eenvoudige kamer in slaaphuis 1 mijn 'yogamat' en aanvaard ik 'mindful' de dingen zoals ze komen. Zonder ze beter of anders te willen maken. Ik laaf en verslaaf me aan een ander want ik heb de ander nodig en die ander heeft mij nodig. Zo simpel ...

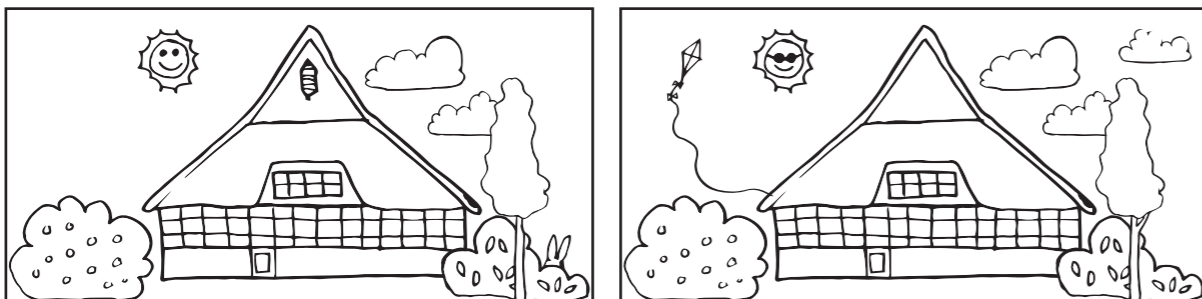


KIJK EENS!

Martijn weet niet meer welke kleur zijn vlieger heeft, kun jij hem helpen?



Zoek de 7 verschillen.



Omcirkel steeds 4 schelpen, hoeveel schelpen blijven er over?



ZEEËN VAN TIJD

Zomer, strand, zand, zee. Met een zucht laat ik mijn gedachten gaan en voel, hoor en ruik meteen een vakantie dag. Zo'n dag waarop je zeeën van tijd hebt.

Stel je voor; je ligt op het warme zand, de golven spelen hun lied speciaal voor jou. Maar... wacht! Vergadering, wat eten we vandaag, relatie, collega's, onmin of gewoon fijne min, wat gingen we ook weer eten vandaag, de toestand in de wereld...*

Jouw zee van tijd wordt al gauw ingepolderd door wat er allemaal moet of door wat juist niet zou moeten. Voor zo'n moment geef ik je deze beproefde handreiking om uit die overheersende gedachtcirkels te komen zodat jij je kunt overgeven aan zeeën van tijd, niet alleen op het strand, maar overal en in alle jaargetijden.

Ga liggen in Savasana. Ik houd van de praktische beelden die de oude houdingen meekregen. Asana betekent houding en sava betekent lijk. De lijkhouding, savāsana, is de bedrieglijk eenvoudige houding van de totale overgave, want voor je het weet lig je weer te denken of je valt in slaap, en dat is dan wel weer fijn als je niet kunt slapen. Maar het gaat om de bewuste overgave.

Je ligt (lieftst zonder kussen) op de rug, de benen ontspannen, een opgerold badlaken onder de knieën kan helpen de onderrug te ontspannen, de voeten vallen naar **buiten**.

De armen liggen iets van het lichaam af met de handpalmen naar boven, de vingers ontspannen.

Het gezicht is ontspannen, de kaken zijn los, de tong ligt tussen de kiezen, de ogen zijn dicht.

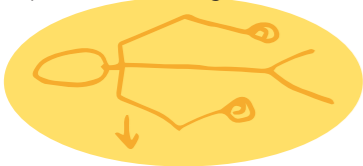
Geef toe aan de zwaartekracht en voel je lijf van top tot teen.

Voel nu de voeten, kuit, knieën en dijbenen. Adem in en span alle spieren van de benen aan; houdt de adem even vast en ontspan je spieren op de uitademing.

Span buik- en bilspieren aan; houdt vast en ontspan op de uitademing.

* Note to self: Lees Prediker 3:1-8 nog eens

Duw de schouders tegen de grond zodat de rugspieren aanspannen en bal de vuisten zodat ook de armspieren aangespannen zijn; houdt vast en ontspan op de uitademing.



Span alle gezichtsspieren aan en duw je hoofd zacht tegen de grond zodat de nek en halsspieren aanspannen; houdt de adem even vast en ontspan op de uitademing.



Span nu je hele lijf aan; houdt de adem weer vast en ontspan op de uitademing. Blijf zo liggen en adem langzaam en diep in en uit. Zodra je aan je gedachten blijft hangen ga je weer voelend, met aandacht, door je lijf om de cirkels te doorbreken.

Als je deze ontspanningsoefening thuis doet en niet in slaap wil vallen dan blijf je alert én ontspannen tijdens de oefening door bewust de diepe ademhaling te volgen.



Na 7 tot 15 minuten rek je je uit, draai handen en voeten, schud de armen boven je uit.



Breng je knieën richting de borst en sla je armen er omheen, til tegelijk je hoofd op en breng de kin richting de borst, adem een paar keer diep in en uit.



Strek je nog eens uit en kom rustig overeind. Blijf nog even zitten voor je opstaat.





GEEN SPELT TUSSEN TE KRIJGEN

Een kookrubrick, waarin onze koks ons op de hoogte houden van de nieuwste trends in de keuken van Dopersduin.

Door Willemijn Heerlien,
vrijwillige kok
op Dopersduin



PAVLOVA

INGREDIËNTEN

voor 8 personen:

- 3 eiwitten
- 150 gram suiker
- 1 tl citroensap
- 2 tl maïzena

BEREIDING

- Klop in een vetvrije kom de eiwitten met de suiker, citroensap en maïzena stijf.
- Verdeel 8 gelijke hoopjes schuim op bakplaten die je met bakpapier bekleed. Je kunt cirkels tekenen, maar de kleine pavlova's maak ik zelf altijd meer op gevoel. Met een lepel maak je ze iets ronder, maar ook een klein kuiltje in het midden. Dat is straks handig bij het vullen.
- Bak de kleine pavlova's in 1,5 tot 2 uur op 100 graden.
- Wanneer je pavlova klaar is kun je hem vullen met room (mascarpone, banketbakkers, zwitserse, etc.)
- Maak het af met verse vruchten bovenop.

Het is tweede kerstdag 2018. Wouter en Wieteke kijken me meewarig aan wanneer ik weer eens de strijd aanga met het eiwit. Zij geloven er allang niet meer in, en ik geef ze geen ongelijk, ik win het eigenlijk nooit. Maar vastberaden ben ik. Dit keer gaat het lukken. Onze samenwerking in de keuken begon tijdens het Pinksterweekend van 2016. Dat bleek het begin van heel veel vreugdevolle vakantieweken en weekenden samen in de keuken.

Ik geloof dat ik in de zomer van 2016 voor het eerst een toetje ging maken met merengue. Eton Mess om precies te zijn: slagroom, merengue, en aardbeien. Heel makkelijk. En super lekker. Zeker makkelijk als je ook nog de merengue bestelt bij de Sligro. Veel leuker is het om het zelf te maken, vond ik. Dus ik klopte voor 100 man eiwitten. Het verhaal gaat dat het eiwit tot op het plafond zat. Ik kan me dat zelf niet herinneren, maar zij blijven eraan refereren, dus zal het misschien toch zo zijn. Mooie rondjes spoot ik ervan, totaal zinloos. Het heet niet voor

niet 'mess', de vorm is totaal irrelevant. Maar goed. Het zag er leuk uit. In de steameroven leek niet veel te gebeuren, dus ik deed ook een paar bakplaten in de gasoven. Lang verhaal kort: het mislukte jammerlijk. Er waren wel wat bruikbare stukken, maar niet genoeg voor honderd man. Gelukkig waren er toch nog zakken merengue van de Sligro, dus niemand die het verder merkte.

Daarna volgden nog vele pogingen in andere vakantieweken. Ik geef niet makkelijk op. Ik maakte ook heus andere toetjes. Hele lekkere. Chocolademousse bijvoorbeeld. Daarvan herinner ik me vooral dat ik tot mijn elleboog onder de chocolade zat. Maar lekker dat het was. En laatst nog, toen ik tijdens het paasweekend limoncello-tiramisu maakte, zag ik het in mijn wenkbrouwen zitten toen ik in de spiegel keek. Maar oh, lekker dat het was. Mijn ultieme happy place is het. De keuken in Dopersduin. En zelfs met het geklooi met die toetjes ervaar ik zelden stress of tijdsdruk. Het leukst vind ik, net als mijn

kookmaten, om iets te maken met wat er in huis is. Koelkast en vriezer opentrekken en verzin het maar. En proeven tot we het zelf heel lekker vinden, anders geven we het niet uit.

Terug naar kerst 2018. Ik doe precies wat er in het recept staat. Pavlova maak ik dit keer, voor het toetjesbuffet. Het schuim is prachtig en stevig, ik spuit het in grote ronde kringen op de bakplaten zodat het mooie ronde platen worden, kan niet misgaan. Maar eenmaal in de oven gaat het weer fout. De merengue wordt bruinig en uit de oven blijkt het een kleverige massa die niet eens van het bakpapier af te schrapen is. Teleurgesteld maar niet uit het veld geslagen maak ik twee bakken Eton Mess met de stukken die nog wel eetbaar zijn. Lang niet zo mooi als pavlova, maar ach, het gaat uiteindelijk om de smaak. Volgende keer beter. Eén van de gasten kwam na afloop van het diner naar me toe, wees naar de bak Eton Mess en zei: "Ik vond die trifle echt goddelijk". Tja.

NUMMER 3

UIT DE IONABUNDEL

Ik zing voor God mijn morgenlied In eerbied en ontzag Want dwars door diepe duisternis Schept Hij een nieuwe dag

Net wakker, nog niks gezegd.
Maar ergens klinkt er al een lied.
Schor zoek ik naar hetgeen die dag stem
moet krijgen.
De hoge noten van; 'dwars door de duisternis'
blijven steken.
Alsof ik me er nog niet aan durf te wagen, die
nieuwe dag.

Ik zing voor God mijn morgenlied In eerbied en ontzag Want dwars door diepe duisternis Schept Hij een nieuwe dag

Eenmaal op de fiets, ontbijt achter de kiezen,
vat ik moed en kan ik luid zingend de
duisternis achter me laten.
Niemand die dan hoort dat ik er qua toon
vaak knal hard naast zit.
En in mij groeit het verlangen de dag te
ontvangen.
Als nieuw, vol verwondering.

Ik zing voor God mijn morgenlied In eerbied en ontzag Want dwars door diepe duisternis Schept Hij een nieuwe dag

Op het werk stop ik met zingen,
maar de muziek blijft me dragen.
Wil me wakker houden, de hele dag.
Om te zien, de schoonheid die schuil kan

gaan in het alledaagse.
Om ontzag te hebben en los te komen van mijn
eigen gedoe.

Ik zing voor God mijn morgenlied In eerbied en ontzag Want dwars door diepe duisternis Schept Hij een nieuwe dag

's Avonds op weg naar een afspraak of
vergadering,
lijkt het lied zich te verdiepen; het is nooit te
laat voor een morgenlied.
Juist in het donker schept Hij een nieuwe dag.
Ik hoef niet te bedenken hoe dat gaat
gebeuren.
Dankbaar mag ik deelhebben aan dat
geheimenisevolle.

Ik zing voor God mijn morgenlied In eerbied en ontzag Want dwars door diepe duisternis Schept Hij een nieuwe dag

Met het lied in gedachten poets ik mijn tanden
en ga ik naar bed.
Ik neurie het nog eens zacht voor die mij lief
zijn en mezelf.
Als belofte, als geloof, als vertrouwen, als
verlangen.
Tegen het donker.
Morgen schept Hij een nieuwe dag.



DRIELUIK WEEKENDBEHEER OP DOPERSDUIN

DEEL 2 Melle Verhagen en Laura Hoogcarspel

Laura en Melle zijn, samen met hun zoontje Willem van bijna twee, nu drie keer weekendbeheerder geweest. “Martijn had al vaak gevraagd wanneer hij onze aanmelding kon verwachten”, zeggen ze lachend. Een tijdje geleden besloten ze dat het er dan maar van moest komen.

WENNEN

De drie kennen Dopersduin goed, Laura als gastenleiding en van Doopsgezinde jeugdactiviteiten, Melle als vrijwillige kok in de vakantieweken en Willem van het spelen op Dopersduin. Het eerste weekend dat ze weekendbeheer deden was het ‘boom en naald’ weekend zoals Melle het noemt (Bomenweekend en Door het oog van de naald). “Dat waren allemaal

mensen die het huis goed kennen”, vertelt Melle, “die wisten beter hoe alles werkt dan wij”. Ook de tweede keer waren er groepen in huis die Dopersduin al kenden, zo konden ze een beetje wennen aan wat het weekendbeheer precies inhoudt.

JE GEZICHT LATEN ZIEN

Op vrijdag ontvangen ze de groepen en laten ze vooral ook hun gezicht zien, “dan weten de mensen bij wie ze moeten zijn met vragen” zegt Melle. Dat kan van alles zijn: “een kapot lampje vervangen, iets wat op is aanvullen, een fiets verhuren, tips geven over de omgeving, iets doorgeven aan de keuken”. ’s Avonds staan ze graag in de bar, “groepen mogen ook zelf hun drankjes afstropen, maar wij vinden het juist wel gezellig om even een praatje te maken” zeggen Laura en Melle. Daarna moet er worden

afgesloten, “met een grote zaklamp het hele terrein over om te kijken of iedereen slaapt en of alles dicht zit en dan lekker zelf naar bed”. ’s Ochtends moet er soms een ontbijtje worden gemaakt voor een paar logies en ontbijtgasten, maar verder worden de maaltijden en koffie en thee verzorgd door het personeel. Overdag maken ze vooral veel praatjes met mensen en moeten er veel deuren geopend en gesloten worden met de moedersleutel. “We proberen ook wel wat tijd voor onszelf te hebben overdag”, zegt Laura, “maar er moet wel altijd een van ons aanwezig zijn om gasten te woord te staan.” Er zijn ook altijd kleine klusjes die moeten gebeuren, “even bestek naar de Duinzaal brengen of een flipover die in de verkeerde zaal staat verplaatsen, dat soort dingen”. Ze komen niet snel voor verrassingen te staan, “als ik iets moet oplossen

Het voelt als een weekendje weg

denk ik altijd ‘hoe zou ik dat thuis doen’”, zegt Melle, “met gezond verstand komt eigenlijk alles wel goed”.

RELAXED

De werkzaamheden op Dopersduin sluiten voor Melle naadloos aan op zijn werk als manager van een hotel in Haarlem. “De omgeving is wel heel anders natuurlijk, in de stad of in de duinen dat is een wereld van verschil. Mensen lijken hier altijd wat relaxter te zijn dan in de stad. Voor mij voelt het ook meer als een korte vakantie waarin ik af en toe wat klusjes doe”. Laura is op Dopersduin vaak

‘in functie’ als gastenleiding, weekendbeheerder of als jeugdwerker van de ADS (Algemene Doopsgezind Sociëteit). “Ik kan hier niet goed niks doen, als ik hier ben moet ik wat te doen hebben” aldus Laura. In het dagelijks leven is Laura coördinator van de voorschoolse educatie in de kinderopvang. “Het werk dat ik op Dopersduin doe, voelt niet als werk. De sfeer is hier altijd heel ontspannen. Dit weekend is er een yogagroep, dat is helemaal relaxed, die hebben zelfs rustgevende muziek op staan tijdens de afwas”. “Het voelt ook wel echt als een weekendje weg met het

gezin” vult Melle aan. Laura en Melle willen vooral graag betrokkenheid uitstralen naar de groepen en gasten toe. “Weekendbeheerder Ruud is daarin ons voorbeeld” zeggen ze, “die doet dat met zoveel plezier en levenslust, die is oprecht betrokken bij de gasten op Dopersduin”. Willem scharrelt intussen lekker rond in de eetzaal en maakt praatjes met de mensen van de yogagroep, die is alvast aan het oefenen om ooit ook weekendbeheerder te worden.





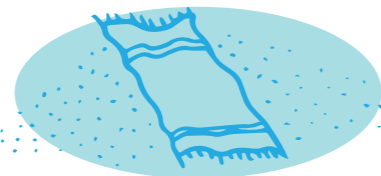
Het is zomer. Zand tussen je tenen, pootjebaden, sproeten op je verbrande neus, de wind in je haren. Zandkastelen, ijsjes, zonnebrand. De zaligheid. Maar de zee biedt nog veel meer mogelijkheden dan kwallenballen en skinny dippen:



GOLVEN BATSEN

Golven batsen, dat is voorwaar geen sport voor mietjes. Golven batsen kan alleen bij een fikse bries uit zee, zo fiks dat het nog nét veilig is, maar de strandwacht al wel wat zenuwachtig zijn portofoon bevingert. Een lekker zonnetje helpt, maar is niet strikt noodzakelijk. Natuurlijk benader je de zee met respect. Eerst je grote teen erin, voorzichtig! Stoot 'm niet aan de branding. Ga

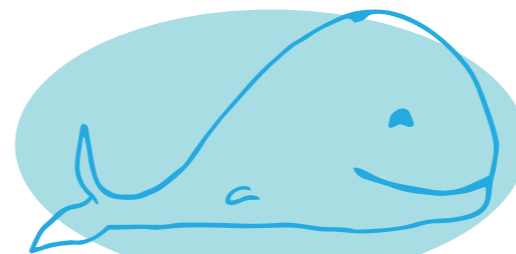
steeds verder. Geef je door de zon verhitte lijf tijd om af te koelen, om te wennen. Enkeldiep, knieën, etc. net zo lang tot je 'door' bent. En dan, dan is het tijd om positie te kiezen. Kijk goed waar de golven vandaan komen. Kijk voor de zekerheid ook nog even over je schouder: waar ligt je handdoek?



Tijdens het batsen verlies je namelijk regelmatig ieder besef van plaats uit het oog, dus het is handig als je dan een ijkpunt hebt. Voor je het weet ben je honderd meter verderop 'gebatst'. En dan kan je moeder je nergens meer vinden. Wordt ze niet blij van.

Je staat in de zee, ergens tussen knie- en heuphoogte, zodat je stevig staat. Je

tuurt naar de golven, wikt, weegt, en dan, als je een mooie ziet...dan ren je er zo hard mogelijk op af, en vlak voor de golf over je heen dondert spring je er tegenop, terwijl je je schouders naar achter trekt en je borst breed maakt. Want golven batsen doe je met je bast. BATS! Je batst met alles wat je in je hebt tegen de golf (NB: niet ín de golf, je bent niet aan het duiken) en de golf batst met alles wat hij in zich heeft tegen jou en het is een gigantische BATS, dat het water meters hoog spat. En je brult je overwinningsbrul. Door de BATS ben je meters verderop terecht gekomen, en dat voelt FANTASTISCH! Schaterlachend schud je je druipende haar uit je gezicht en zoekt een nieuwe golf uit: BATS, BATS, BATS. Net zo lang tot de golven hun verlies nemen en afvlakken. Dát is pas golven batsen. Ha!



JONASSEN

Jonassen is een teamsport, je redt het niet in je eentje. Je hebt tenminste drie spelers nodig. Ga op een rijtje staan, in de branding, parallel aan het strand. De buitenste spelers grijpen de middelste bij enkels en polsen, en zwaaien hem/haar een aantal keer omhoog. Dan, als je een lekker vaartje en een goeie zwaaibeweging te pakken hebt, laat je hem of haar op het hoogste punt los. NB: op het hoogste punt aan de kant van de zee. Anders is de landing best hard. Eventueel kun je er een leuk liedje bij zingen.

ZWEMMEN

Zwemmen in zee klinkt mooi, maar is lang niet eenvoudig. Daarom zie je ook verreweg de meeste mensen een beetje pootjebaden en batsen. Je krijgt al snel zeewater in neus en ogen, en die golven slaan maar over je heen, je ziet niet

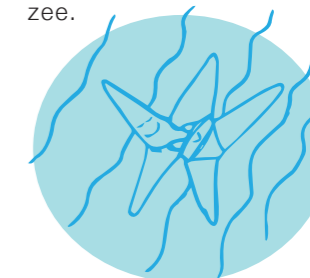
waar je heen gaat...gedoe. Gelukkig voor jou slaan er al sinds mensenheugenis zeelieden over boord, en zoals dat gaat met de evolutie, diegenen die weer aan boord wisten te komen bleken een andere zwemslag te hebben ontwikkeld: de zeemansslag. Dit is eigenlijk een soort schoolslag, die je op je zij zwemt, waarbij je één arm steeds gestrekt voor je houdt. Die arm zorgt voor stabiliteit, richting én het werkt een beetje als golfbreker.



Omdat je op je zij zwemt heb je minder last van golven in je gezicht. Probeer maar!

DRIJVEN

Tenslotte, als je moe bent, of gewoon als je een heel relaxt, ontspannen type bent, dan is er nog het drijven in zee.



Veel mensen vinden het eng, want het lukt alleen als je je echt door de zee laat dragen. Je moet je helemaal overgeven aan de golven. Waad de zee in tot het water ongeveer tot aan je heupen komt (ga sowieso nooit dieper dan dat). Draai je naar het strand, met je rug naar de golven. Leun langzaam achterover, vlij jezelf in het water. Laat je benen omhoog drijven. Ontspan je nek, je schouders, je heupen. Spreid je armen licht, en je benen ook. Je bent een zeester, je bent een zeester.



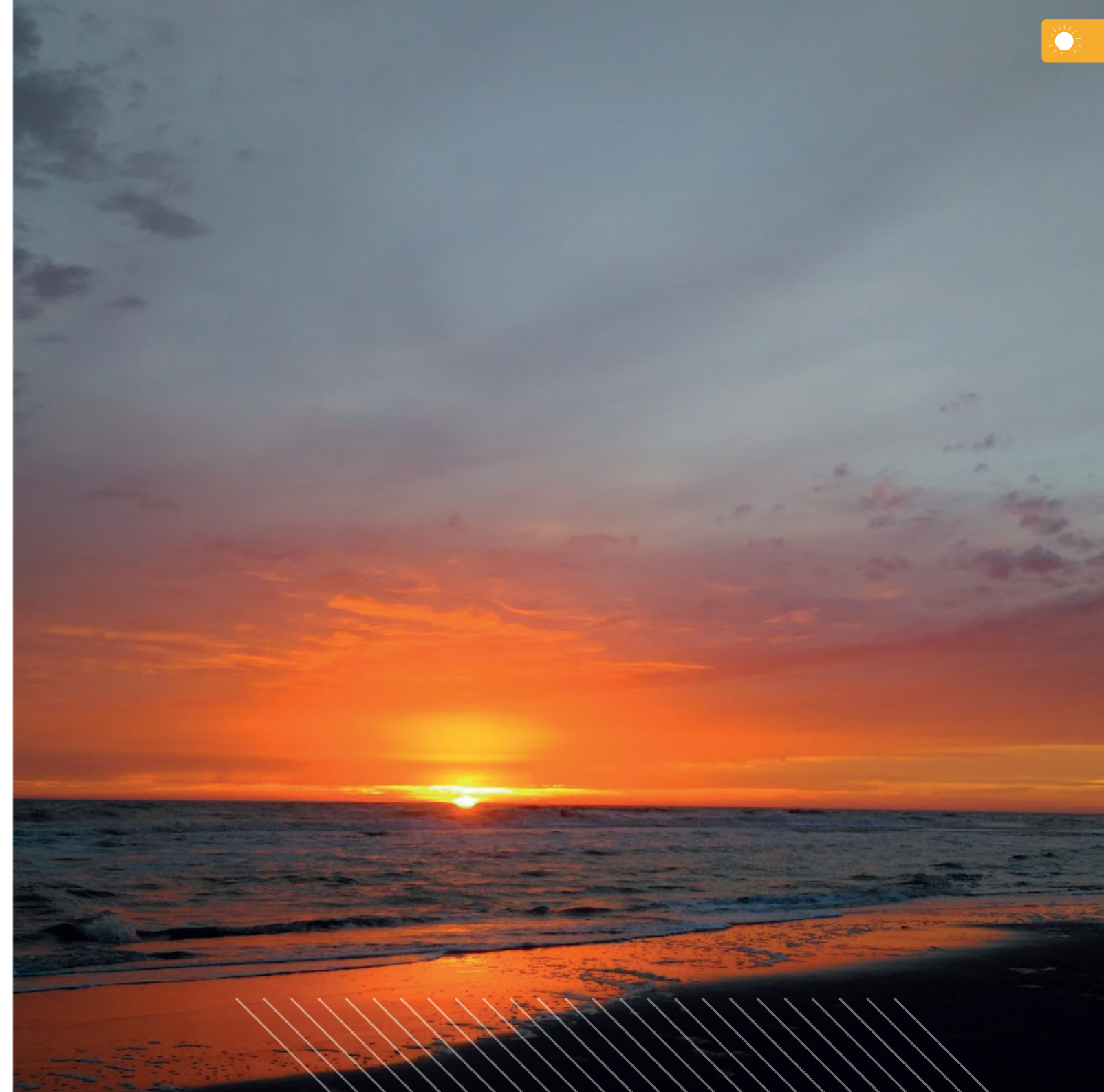
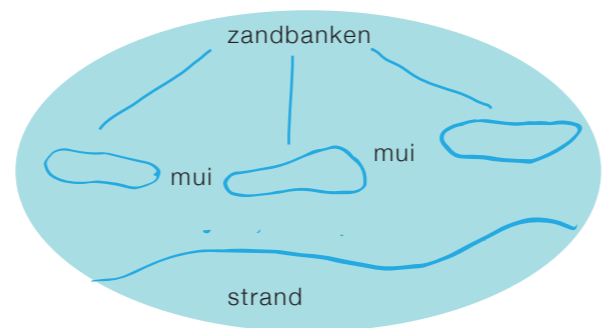
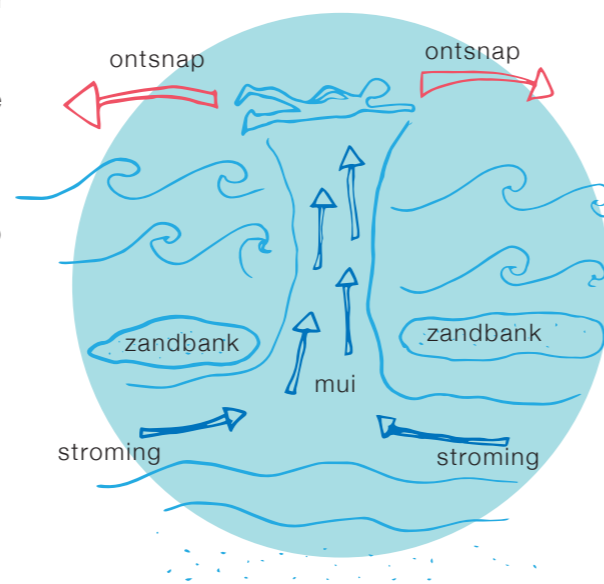
Beweeg gewoon mee met de golven, verzet je niet, zet je niet schrap. Als je meebeweegt, deel wordt van de beweging, zul je merken dat ze als het ware door je heen spoelen. Voel hoe het water precies genoeg druk geeft om je boven te houden. Hoe je overal perfect ondersteund wordt. Laat je wiegen. Dit is waar je voor gemaakt bent. Wiegen in de zee.

MUIEN

En na al die fantastische dingen om te doen in zee, ook nog iets om vooral niet te doen! Muien. Muien zijn geen grap. Een mui is een heel sterke zeewaartse stroming vlak onder de kust. Die stroming is zó sterk, dat het onmogelijk is om ertegenin te zwemmen. Toch proberen de meeste mensen dat instinctief: ze proberen tegen de stroom in weer op het veilige strand te komen. Maar als je dat

probeert is de kans groot dat je oververmoeid raakt, of kramp krijgt. Het risico op verdrinking is groot. Probeer je hoofd koel te houden en laat je meedrijven met de stroming, tot je voelt dat die minder sterk wordt. Zwem dan een flink eind opzij, tot je uit de stroom bent. Zodra de stroom geen vat meer op je heeft kun je veilig terug zwemmen naar het strand. Om hulp roepen en met je armen zwaaien is ook geen verkeerd idee.

Op een vlak zandstrand kunnen muien elke dag op een andere plek ontstaan. Sowieso ontstaan ze rondom harde constructies als strandhoofden en golfbrekers. Zorg dus dat je daar uit de buurt blijft als je zwemt!



EEN (BUITENSCHOOLSE) VRIJWILLIGER

Sophia Mons

“Sommige mensen hebben de luxe van een tweede huis, maar wij hebben het voorrecht van een tweede thuis met een grote familie ...” Zo omschrijft Sophia Mons (21) het Broederschapshuis waar ze van kinds af aan is opgegroeid tijdens weekenden en vakantieweken. Toen de zusjes Mons klein waren bestond de zomervakantie uit een vroege en een late zomerweek, om tussentijds thuis bij te slapen en met schone was opnieuw het avontuur aan te gaan, altijd pret. Buiten Kerst en Pasen om, hebben ze alles wel meegemaakt.

Vastbesloten om als vrijwilliger op de lijst te komen, meldde Sophia zich

als 13-jarige in de zomer van 2011 aan. “Je kon er maar op tijd bij zijn ...” In de meivakantie van 2012 mocht ze voor het eerst aan de slag. Sinds die tijd kun je niet om haar heen tijdens het Pinksterweekend of de Nieuwjaarsweek, dat is inmiddels traditie.

Sophia is een bezige bij en overal voor in. Na het gymnasium en een afgeronde BA International Studies, heeft ze inmiddels haar tweede jaar Midden-Oostenstudies afgerond, om na de zomer aan een onderzoeksmaster te beginnen. Naast haar studie zit ze in het bestuur van de reünistenvereniging van haar middelbare school, in het bestuur van Menno's Global Village, in het bestuur van Leids studenten muziekgezelschap Sempre Crescendo en werkt ze als student-assistent bij het

Nederlands Instituut voor het Nabije Oosten. Waar ze voorheen meerdere malen het eerstejaarsweekend van de studievereniging organiseerde, is ze inmiddels leiding bij de AKC. Verder helpt ze op z'n tijd bij andere Doopsgezinde klussen, zoals de kinderconferentie op Dopersduin en bij de organisatie van de Global Mennonite Peacebuilding Conference and Festival.

Maar het buitenbeentje in dit rijtje is haar vrijwilligerswerk als juf bij weekendschool Petje Af in Den Haag, 30 zondagen in het jaar. Sophia

zoekt het werk niet op, maar het komt op haar pad. “Toen ik een cursus volgde over de Koran, buiten de studie om, ontmoette ik twee islamitische jongens. Het was Ramadan en na afloop nodigden zij mij uit om met hen en andere vrienden het vasten te breken tijdens de zogenaamde iftar. Daar ontmoette ik de Turkse Buse en het klikte meteen tussen ons. Op enig moment nam ze contact met me op om te vragen of ik coach wilde worden bij de nieuwe locatie van Petje Af in Den Haag. Daar kon ik geen nee tegen zeggen.”

Petje Af is een stichting waar kinderen uit 'sociale achterstandsituaties' de kans krijgen hun talenten te ontdekken, met in elk blok van vier weken een beroep dat centraal staat. Door middel van gastlessen, werkbezoeken en presentaties aan de ouders werken de kinderen aan hun

interesses, zelfvertrouwen en sociale- en taalvaardigheden. “Natuurlijk denk ik soms op zondagochtend, ‘kon ik maar in mijn bed blijven liggen’, maar ben ik eenmaal onder de kinderen, dan is het altijd weer leuk en hebben we dikke pret. Het is mooi om te zien dat kinderen groeien in eigenwaarde. Er gaat een wereld voor ze open: ze raken geboeid, stellen interessante vragen, stoere maskers brokkelen af en andere kinderen kruipen uit hun schulp. Zij leren van mij, maar ik leer ook heel veel van hen. In een klas van veertien nationaliteiten is er sprake van wederzijdse integratie en respect. Dat gaat twee kanten uit.”

Niet haar 'CV', maar haar intrinsieke motivatie maakt dat Sophia overal inspringt. Als het haar pakt en interesseert, gaat ze de uitdaging aan mits het nog in de agenda past.

“Ik doe wel veel, maar dat is helemaal niet zo bijzonder. Ik ben niet anders gewend. Ook bij mijn beide ouders zie ik veel liefdewerk oud papier. Het zal in de genen zitten. Zolang ik tijd en ruimte heb en hart voor de zaak, is een vrijwillige klus nooit een last maar eerder een lust. Het kost wel energie, maar ik krijg er ook heel veel energie voor terug. Wat wil ik nog meer. Ik hou van mensen en bezig zijn en het is mooi als je met leuke mensen een klus kan klaren. Nog mooier is het als je daarmee ook iets voor een ander kan betekenen. Net als op Dopersduin.”





EEN OCHTENDGEBED

MET EN VOOR KINDEREN (4-8 JAAR)

Op de achtergrond een rustig muziekje, zitzakken of kussentjes rond de kaars.

We gaan beginnen. Wat fijn om samen hier in een kring te zitten. Hebben jullie allemaal lekker geslapen?

Wie wil de kaars aansteken? We steken de kaars aan omdat God bij ons is. En we wensen elkaar een fijne nieuwe dag.

En vandaag wordt weer een super leuke dag op Dopersduin. Weet je wat ik het allerleukste vind op Dopersduin? Dat iedereen zichzelf kan zijn en dat we mogen ontdekken hoe leuk het is dat iedereen anders is. Of zijn we allemaal hetzelfde?

.....uitwisselen.....

Ik heb er ook een verhaal over meegenomen. Een verhaal van kikker. Het heet 'Kikker is kikker' van Max Veldhuis.

Lezen verhaal (prentenboek beschikbaar in bibliotheek Dopersduin) Wanneer was kikker blij in het verhaal? Kikker moest ontdekken wat bij hem past, wat hem mooi maakte. En hij kon heel veel dingen niet die varkentje of eend wel konden.

Zo zijn wij ook allemaal anders. En iedereen houdt weer van andere dingen. En dat is goed. Wat vind jij leuk?

.....uitwisselen.....

Kan je iets vertellen over wat je leuk vindt bij de ander? Laten we vandaag ontdekken wat bij ons past en wat bij de ander past.

Afsluiten We zingen met elkaar een lied van vrede: De vrede van de aarde en de hemel.

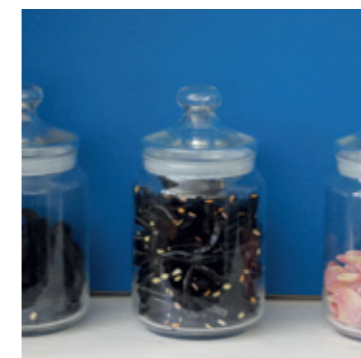
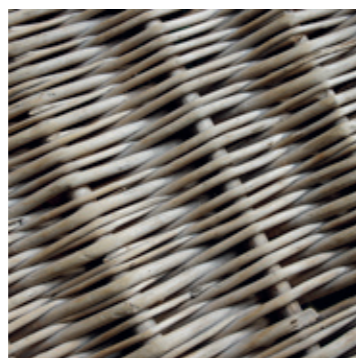
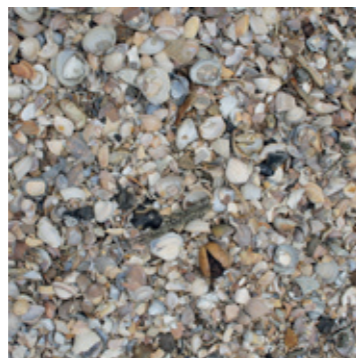
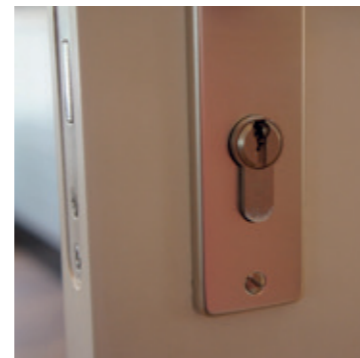
Straks blazen we met z'n allen de kaars uit. En beginnen we een nieuwe dag en gaan we van hier. En God gaat met ons mee. God is net als een onzichtbare vriend. Die je troost als je valt. Die je aanmoedigt om plezier te maken. Die van je geniet als je ontdekt wat je echt leuk vindt.

God is een goed gevoel van binnen die je herinnert: Je bent goed zoals je bent, je mag er zijn, zoals je bent. God is als een onzichtbare kus op je wang die nooit verdwijnt. Een aai over je bol die je nooit vergeet.

En nu blazen we de kaars uit, en we blazen het licht naar elkaar 1...2.....3...(BLAZEN!) Hieper de piep! HOERA! Een nieuwe dag!



FOTOSPEURTOCHT



Wat zie je op de foto? Kun jij ze alle 16 vinden?

- | | |
|----|-----|
| 1. | 9. |
| 2. | 10. |
| 3. | 11. |
| 4. | 12. |
| 5. | 13. |
| 6. | 14. |
| 7. | 15. |
| 8. | 16. |

DRIELUIK WEEKENDBEHEER OP DOPERSDUIN

DEEL 3 Ruud Jansen

Zo'n 15 jaar geleden kwam Ruud in een herfstweek per toeval in Dopersduin terecht. Hij viel voor de warmte en sfeer van het huis en hij blijft sindsdien terugkomen op deze plek aan de duinrand. "Elke keer als ik kom denk ik: 'yes, wat een leuke plek', ik voel me er echt thuis". Ruud komt uit een Katholiek nest, maar hij ontdekte gaandeweg dat 'het Doopsgezinde' erg goed past bij wat hij wil, denkt en voelt. Hij heeft net de cursus Doperse theologie afgerond en voelt zich erg verbonden met de Doopsgezinden.

GEVEN

Vlak na het moment dat de toenmalige financieel medewerker er in 2012 met een hoop geld vandoor ging, besloot Ruud dat hij een bijdrage wilde leveren aan Dopersduin. Niet in geld, maar als weekendbeheerder. "Ik wilde iets geven, echt iets voor het huis doen. Niet alleen uit goedertierenheid hoor, ik vind het ook heel leuk om te doen". De verschillende groepen die in de weekenden op Dopersduin te gast zijn maken het weekendbeheer zo leuk. "Van vreemde vogel tot gemiddelde Nederlander, er is voor iedereen plek". "Ik maak het de gasten graag naar de zin, ik loop ook altijd met een glimlach rond" vertelt Ruud. "Laatst was er een mevrouw die was haar kruik vergeten, toen zei ik: 'nou dan ga ik toch eerst een uurtje in uw bed liggen om het op te warmen, dan kunt

u er daarna in', ik probeer altijd mogelijkheden te zien en meestal gaan mensen dan vanzelf lachen om hun eigen vragen of klachten".

RAAD EN DAAD

"Soms vind ik het ook wel spannend hoor, vooral in het begin had ik dat weleens. Dan dacht ik: 'stel dat er nou brand uitbreekt?' En 's nachts goed slapen vind ik soms lastig, ik ben toch altijd alert. Er gebeuren ook wel vervelende dingen; mensen die ziek zijn, kinderen die vallen, mensen met psychische problemen. Die probeer ik met raad en daad bij te staan. Mijn achtergrond als maatschappelijk werker en verpleegkundige helpt me in dat soort situaties wel. Je moet soms creatieve oplossingen bedenken, er liggen geen uitgebreide draaiboeken klaar". Ruud vindt het leuk om groepen met elkaar in

Zonder opsmuk. Gewoon puur en naturel.

contact te brengen tijdens de maaltijd of bij de afwas. "Laatst waren er twee heel verschillende groepen in huis, een groep jongeren die zich voorbereidde op hun reis naar Afrika en een vrouwenkoor uit Friesland. Die heb ik met elkaar kennis laten maken en toen zijn de jongeren 's avonds naar een optreden van het koor komen luisteren en daarna hebben ze samen gedanst in de kerk".

GEEN GEZEUR

Zijn verhaal is tot nu toe erg rooskleurig en hij vraagt daarom aan zijn partner Gerard: "Heb ik weleens gezeurd over het weekendbeheer?" Gerard vertelt dat Ruud weleens klaagt over de lange rit naar Schoorl vanuit Tilburg, dat de bar te laat dicht gaat of dat dingen onduidelijk zijn. Ruud beaamt dat, maar benadrukt toch meteen weer hoe leuk en warm en sfeervol hij Dopersduin vindt. Gerard is een paar keer mee geweest, "die staat dan veel in de spoelkeuken", maar sinds de twee een hond hebben kan dat niet meer zo gemakkelijk. "Hij is ook wel blij als ik 's een weekendje weg ben" lacht Ruud.

FRIS EN FRUITIG

Ruud komt vier tot zes weekenden per jaar naar Schoorl voor het weekendbeheer. "Ik vind het

belangrijk dat ik Wieteke en Martijn daarmee kan ontlasten. Dat zij het huis in vertrouwde handen kunnen achterlaten en zelf lekker kunnen gaan zeilen. Als er iets gebeurt weet ik inmiddels wat ik moet doen. Ik spring bijvoorbeeld ook wel eens bij om het personeel even te helpen bij de maaltijden, met hen kan ik het heel goed vinden. Ik kan het iedereen aanraden om een keer weekendbeheer te komen te doen. Ga het gewoon eens proberen". "Ik kom altijd een beetje moe, maar ook fris, fruitig en blij weer thuis. Dopersduin is zo'n bijzondere plek, daar kun je echt zijn wie je bent. Zonder opsmuk. Gewoon puur en naturel. Dat probeer ik zelf ook uit te stralen".





DOE MIJ MAAR EEN AVONDGEBED

Voor stilte
Voor almaar golven en klippen
Voor dat moment
Voor golven die breken
Wind die walst en walst
Door, door, door
Eindeloos brekend
Geen einde, maar eeuwigheid

Voor stenen
En dat dingen soms gewoon zo gaan
Voor dingen die geen uitleg behoeven
Voor die stenen
Door, door, door
Geen einde, maar eeuwigheid

Voor stilte
Voor elk moment van absolute eindigheid
Stilte in de wind
In golven
In dingen
Voor stilte in golven die breken
Door, door, doorbreken
Voor beuken en beuken
Stilte
In die stilte zit de uitleg van dingen die
geen uitleg behoeven





DOPERSDUINDING

De kopjes op de koffiekar rinkelen, daar is de vrijwilliger met de koffie. Een onovertroffen kopje Dopersduinkoffie. Met een koekje. Heerlijk wakker worden in de zon op het terras.

SSVS

Word Vriend van Dopersduin



want 'Vrienden' hebben hart voor de zaak en maken zich hard voor het wel en wee van Dopersduin. Zij dragen financieel bij aan 'de krenten in de pap', aan voorzieningen die uit eigen middelen van het huis niet mogelijk zijn. Daarnaast kunnen de 'Vrienden' bijdragen aan de interactie tussen gasten, directie en bestuur, en Dopersduin ondersteunen en versterken in waar het voor gaat en staat.

Aanmelding

- per e-mail: vrienden@dopersduin.nl
- per post: secr. Eddy v.d. End, p/a Zorgras 76, 3648 HW te Wilnis, o.v.v. naam en adres.
- maak jaarlijks een bedrag vanaf € 15,- over op IBAN NL14INGB0005079173, t.n.v. Stichting Steunfonds Vrienden van Schoorl te Wilnis, o.v.v. donatie 2018
- ontvang 2x per jaar de Schoorlse Berichten

Voor meer informatie of het downloaden van een machtigingsformulier zie www.dopersduin.nl (optie vrienden)



Dopersduin

Schoorlse Berichten is een gezamenlijke uitgave van de SSVS en het doopsgezind broederschapshuis Dopersduin, een inspirerende omgeving voor vakanties, groepen, vergaderingen, schoolreisjes en B&B.

Dopersduin
Oorsprongweg 3
1871 HA Schoorl
072- 509 1274
www.dopersduin.nl
info@dopersduin.nl



Colofon

Oplage 500
Verschijning 2x per jaar

Met medewerking van
Agnès Schlüter (blz. 33)
Annelies Mons (blz. 30, 48)
Annegreet van der Wijk (blz. 12, 38, 50)
Geertje Damstra (blz. 10, 25, 29, 40, 52, 54, 58)

Gertjan Huisman (omslagfoto)
Ietsje de Boer (blz. 16)
Jelien Veenstra (vormgeving)
Kalle Brüsewitz (blz. 57)
Wieteke van der Molen (blz. 3, 5, 14, 23, 26, 44)
Willemijn Heerlien (blz. 36)



neem de bocht
en als je wilt
vlieg je er zingend uit
klim de berg
en als je mag
stop je vlak voor de top
volg de lijn
als het je past
blijf je steeds erbinnen
dwaal doodlopend
als je botst
verleg en laag je lat
maar blijf
in godsnaam
op het echte
en niet het rechte pad

-Merel Morre, 'Pad'
uit: Met mijn ogen dicht ik alles heel, 2013