

SCHEMKE

Ledenblad van de regio NOORD



Port Betaald



Assen en omstreken
Emmen
Fryslân
Groningen

16 NOORD

HUMANISTISCH
VERBOND

JUNI
2020

De SCHAKEL, waarin opgenomen Hugroniek, is het ledenblad van de afdelingen Fryslân, Groningen en Assen e.o. van het Humanistisch Verbond.

De Schakel verschijnt 4 x per jaar.

de komende nummers:

11 september 2020 **deadline 13-8-20**

11 december 2020 **deadline 19-11-20**

5 maart 2021 **deadline 9-2-2021**

11 juni 2021 **deadline 20-5-2021**

REDACTIEADRES SCHAKEL

Baukje Scheppink
Vijzelstraat 8, 8911 EW Leeuwarden
baukje.scheppink@gmail.com
0511-477083

WEBMASTERS

Groningen Donald Elsas
delsas@xs4all.nl

Assen e.o.

Fryslân Marjoleine Beers en Roeleke Naber
secretariaat@hvfryslan.nl

Meer adressen en contactpersonen achter in de Schakel.

Een ander e-mailadres?

Geef het ook door aan het Landelijk Bureau, leden@humanistischverbond.nl, dan komen de e-mails - ook die van de afdelingen - in het vervolg op het goede adres terecht.

POSTADRESSEN EN SECRETARIATEN

**Adreswijzigingen en opzeggingen naar:
Landelijke ledenadministratie**

Humanistisch Verbond, Postbus 75490,
1070 AL Amsterdam 020-5219000
leden@humanistischverbond.nl

Groningen

Humanistisch Centrum
W.A. Scholtenstraat 2, 9712 KW Groningen
Ieke Verveld, secretaris
secre.hvgron@gmail.com
Donaties: Penningmeester HV afd. Groningen
NL 69 TRIO 0391 04 29 47
Stichting Huisvesting HV Groningen
NL10 INGB 0004 1988 73

Fryslân

Postbus 2502, 8901 AA Leeuwarden
secretariaat@hvfryslan.nl
Marjoleine Beers, secretaris en ledenadm.
Facebook: Humanistisch Verbond Fryslân

Assen e.o.

*Het Humanistisch Verbond afdeling Assen e.o. actief in Assen, Hogeveen, Meppel, Steenwijk en de omliggende gebieden.
Sommige activiteiten worden samen met de afdeling Groningen georganiseerd.
Aankondigingen daarvan zijn te vinden op zowel de website van Groningen als die van Assen.*

Pottenbakkerstraat 49, 9403 VX Assen
secre.hvassen@gmail.com
Fieneke Stronkhorst, secretaris
Facebook: Humanistisch Verbond Assen

ADRESSEN

AGENDA NOORD

datum	afdeling	activiteit	.	pagina
zaterdag 5 september 2020	Fryslân	Verdiepingsdag	Leeuwarden	29
dinsdag 8 september 2020	Groningen	eten met gesprek	Groningen	45
dinsdag 8 september 2020	Fryslân	Filosofiecafé	Tresoar Leeuwarden, Coen Simon	28
zondag 13 september 2020	Groningen	Workshop	Schatkist vol herinneringen	32
donderdag 17 september 2020	Fryslân	Bolsward	Groene Weide, palaver	26
zondag 27 september 2020	Groningen	zondagmiddag	Arjen Struyk, Onze multicult. samenl.	34
dinsdag 3 november 2020	Fryslân	Filosofiecafé	Tresoar Leeuwarden, Pieter Hoexum	28
vrijdag 6 november 2020	Assen e.o.		Hans Schnitzler Waarheid	7
vrijdag 6 november 2020	Groningen	Film	Assen Arab on tour	30
zaterdag 7 november 2020	Fryslân	ALV	14.00 uur Café Wouters	22
woensdag 18 november 2020	Groningen	ALV	Groningen, Hum. Centrum	29
dinsdag 1 december 2020	Fryslân	Filosofiecafé	Tresoar Leeuwarden, Ron Muijzer	28

Het zijn roerige tijden, ook voor de organisatoren van allerlei HV activiteiten. Aan het rijtje hierboven en aan de dunne Schakel merkt u dat natuurlijk. Het was begin juni toen deze Schakel in elkaar gestoken werd en dan is het moeilijk voorspellen wat er in september mogelijk is.

U ziet een aantal lezingen en activiteiten uit het voorjaar die in het najaar een herkansing krijgen. Hou vooral e-mailnieuwsbrieven in de gaten voor actueel nieuws. Ook de afdelingspagina's op de landelijke website geven u het laatste nieuws.

Spraakje

De Grote Dierenvergadering was op verzoek van de Walvissen bij elkaar gekomen voor spoedoverleg. Zodoende mocht de Grote Walvis ook de vergadering openen. 'Het gaat zo niet langer!' sprak hij. 'De mensen hebben er nu echt een zootje van gemaakt. We moeten ze een lesje leren.'

'Eens', sprak de Olifant.

'Helder', sprak de Ooievaar.

'Glas!' beaamde de Lepelaar, die altijd graag aansloot bij de Ooievaar.

'Present!' hijgde het hert dat net kwam binnenrennen.

'Goed!' hernam Grote Walvis. 'Maar hoe gaan we dat doen?'

'Tja', somberde de Olifant. 'Dat ebola-akkefietje heeft niks geholpen.

Afrika hè. Vindt de rest van de wereld niet interessant.'

'En die sprinkhanenplaag daar deed ook niks', kloeg de Sprinkhaan.

'Dus zwaarder geschut is nodig', resumeerde de Grote Walvis. 'Iets waarmee je het mensenvolk echt wakker schudt.'

De Olifant schudde zijn slurf. 'Ik zou het niet meer weten. Tsunami's hebben niet geholpen, aardbevingen zijn ook niet echt meer dat je zegt wereldschokkend' – heel even grinnikte hij om zijn eigen woordspeling – 'en die orkanen, ach, mensen zijn even van de leg en gaan dan gewoon weer door met wat ze aan het doen waren.'

'Mijn ene neef is laatst gestikt in het plastic', kwam de Dolfijn ertussen. 'En drie van mijn nichten moeten elke dag kunstjes vertonen in een pierenbadje. Schande!'

'Vertel mij wat', bromde de Olifant. 'Mijn familie in het Verre Oosten wordt mishandeld opdat toeristen op hun rug kunnen rijden. Hoe haal je het in je hoofd?'

'Zullen we het dan ook nog even hebben over de bio-industrie?' loeide de Koe. De Kip, de Gans, de Eend en het Varken begonnen instemmend respectievelijk te kakelen, te gakken, te kwaken en te knorren. 'Eens!!'

'Hohoho', riep de Grote Walvis. 'We zijn het eens, dat is duidelijk. De vraag was: wat gaan we eraan doen?'

Toen werd het stil. Heel lang. Men keek verslagen voor zich uit.

'Ik zou het echt niet meer weten', jankte de Proefdierenhond.

Ineens kwam er een heel klein stemmetje achteruit de zaal.

'Ik weet iets!'

Alle dieren rekten de nekken. Wie had daar gesproken? Ah, daar bewoog iets aan het plafond.

De Vleermuis.

'Kom maar even naar voren, zodat we je allemaal goed kunnen zien', riep de Grote Walvis.



Over de hoofden van alle dieren vloog de Vleermuis naar voren. Daar streek hij neer, recht voor de Grote Walvis. Met zijn pootjes wreef hij in zijn oogjes, hij had net nog een klein slaapje gedaan, want hij had een enorm eind moeten vliegen om hier te komen.

'Zeg het maar', sprak de Grote Walvis.

Verlegen wreef de Vleermuis over zijn vleugels, beetje beducht voor al die ogen die op hem gericht waren.

'Eh...' begon hij.

'Toe maar', zei de Olifant.

'Een virus', zei de Vleermuis.

Een zucht van teleurstelling ging door de ruimte.

'Daar hebben we het net over gehad', snibde de Ooievaar. 'Ebola. Aids. En...'

'Neeneenee,' riep de Vleermuis. 'Corona. Dat hebben wij nog liggen. Is nog nooit eerder gebruikt.'

'En wat doet dat dan?' vroeg de Proefdierenhond.

'Dat legt alles stil.'

'Alles?' vroeg de Olifant.

'Alles. Het hele leven zoals de mensen dat leiden. Alles stopt. Ze worden ziek, maar niet allemaal. Maar wel zodanig dat iedereen op zichzelf moet blijven. Niemand reist meer, niemand vliegt meer, niem-'

'Doden?' onderbrak de Grote Walvis hem.

'Dat is een, eh, dingetje', antwoordde de Vleermuis. 'Er vallen ook doden. Best aardig wat.'

'Ja luister 's', sprak de Specht, 'Waar gehakt wordt vallen spaanders.'

'Maar op de hele wereldbevolking is het peanuts', hernam de Vleermuis.

'Mmm', sprak de Aap dromerig. 'Apennootjes.'

'Als het maar geen apekool is', zei de Ooievaar.

'Neenee, het is echt', piepte de Vleermuis.

De Grote Walvis verhief zijn stem. 'Ik vind het een goed voorstel en breng het graag in stemming. Wie is voor?'

Alle poten en pootjes gingen omhoog.

'Aangenomen', riep de Grote Walvis. De Vleermuis glom van trots.

'Maar dan nu de vraag: waar gaan we beginnen?'

'Mag ik een voorstel doen?' vroeg de Neushoorn.

'Ga je gang', zei de Grote Walvis.

'China', zei de Neushoorn. 'Daar maken ze nog steeds zogenaamde medicijnen van onze hoorns. Te bezopen voor woorden, maar het heeft ons bijna allemaal de das om gedaan, so to speak.'

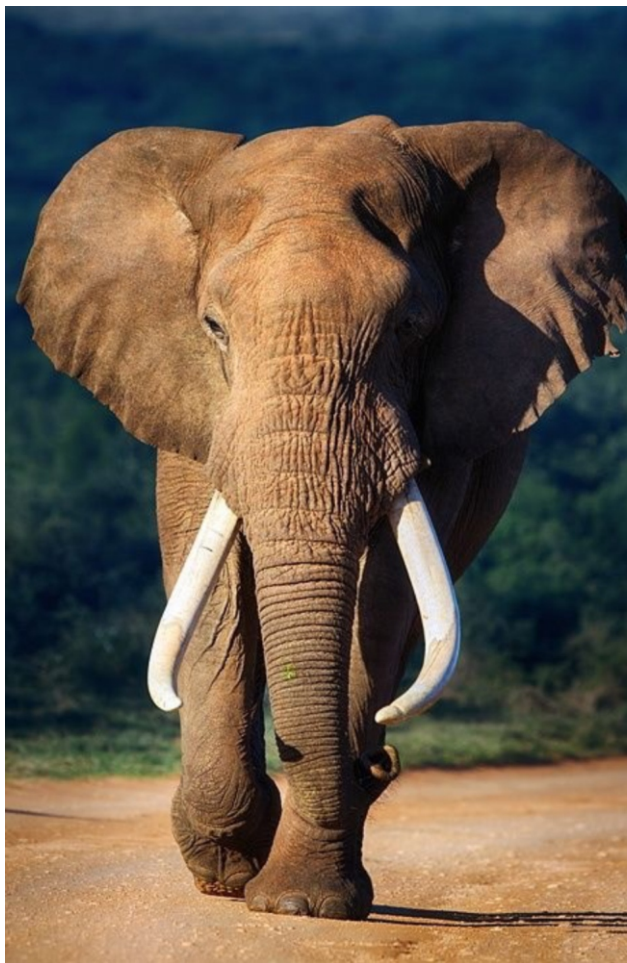
'Eens!' riep de Olifant. 'Idem dito met onze slag tanden.'

De Vleermuis piepte opgetogen. 'Dat komt mooi uit, want ik woon in China.'

De Grote Walvis boog naar de Vleermuis en sprak: 'Ga terug naar je land, Vleermuis. En doe wat je hebt beloofd.'

En zo gebeurde het. De Vleermuis ging met zijn familie met het virus rond en de rest is geschiedenis. Althans, nog niet. De geschiedenis is nog in volle gang. Maar wel rapporteerden de vogels dat de lucht in grote delen van China alsmáar schoner werd. En ook in andere delen van de wereld werd het luchtruim schoner, omdat de vliegtuigen aan de grond bleven staan. En vanuit Venetië meldden de vissen dat ze elkaar ineens konden zien in het heldere water nu de cruiseschepen daar dat water niet meer vervuilden. In de havens van Sardinië kwamen ineens dolfijnen binnenzwemmen. Allemaal gevolgen van de Coronacrisis. 'Tja mensen, als jullie niet horen willen, moeten jullie maar voelen', sprak de Olifant. En blies met zijn lange snuit dit sprookje uit.

Trix Broekmans, journalist



DE WAARHEID

nu op 6 november...

Afgelopen april had de maand van de waarheid moeten zijn. We hadden daarvoor in het samenwerkingsverband Metaforum een heel mooi programma van evenementen voorbereid, waaronder een bijeenkomst met de journalist Hans Schnitzler. Hij citeerde eind april in een column op het platform FTM (Follow the money) Awee Prins: "We moeten accepteren dat het leven niet beheersbaar en begrijpelijk is. Het leven is broos. Als je die broosheid omarmt en ook de broosheid van anderen, dan is er een nieuwe hartelijkheid mogelijk. En een nieuwe solidariteit. Er is alleen de broze alledaagsheid: laten we die omhelzen. Het gaat niet om zegevieren, het gaat om dulden."

Een interessante en treffende waarneming van de situatie waarin we in april en mei verkeerden.

We hebben nu **Hans Schnitzler** vastgelegd voor **6 november**. Ik verwacht dat hier weer veel mensen naar toe komen. Let op de mededelingen op de website en lees de nieuwsberichten die onze secretaris regelmatig verstuurt. U zult zich van tevoren moeten aanmelden, zodat we kunnen bepalen of en hoe we dit kunnen organiseren. Dat de waarheid ongemakkelijk is, ervaren we nu elke dag. Zeker als ik wereldleiders hoor en zie omgaan met de nieuwe werkelijkheid, voel ik mij zeer ongemakkelijk. Daar waar we nu de kans hebben om het anders te doen, lessen te leren uit het verleden en niet telkens weer in de valkuil van persoonlijk gewin en genot te vallen, zie ik alweer een teruggang naar de oude tijd. We grijpen niet de kans aan om te investeren in het cement van onze samenleving, de kunst en cultuursector, maar investeren in het behoud van onze nationale trots Schiphol en KLM. Juist nu zouden we moeten investeren in een echte sociale samenleving waarin we zorg voor elkaar en zorg voor ons milieu op een andere manier gaan inrichten. De noodzaak om deze discussie nu te voeren, is groter dan ooit. Zo zegt ook Jan Rotmans, hoogleraar transitiekunde aan de Erasmus Universiteit, maar ook Rutger Bregman in zijn publicaties. Wat vinden leden van het Humanistisch Verbond hier eigenlijk van? Waar kunnen we die discussie voeren en breder trekken? Hoe zorgen we dat het niet een verhaal van de elite blijft, maar dat het werkelijk tot in de aderen van onze samenleving doordringt. Zou "deep democracy" waarbij elke partij gehoord wordt en even zwaar telt hierin kunnen helpen of zijn er drastischer maatregelen nodig? Ik roep u op om uw zienswijze hierop op papier te zetten en dit te delen met ons. Daarvoor kunt u uw bijdragen insturen naar onze secretaris. Ook zijn er mogelijkheden om via discussiebijeenkomsten over dit onderwerp via internet het gesprek hierover met elkaar te voeren. Wilt u een keer zo'n bijeenkomst leiden, of deelnemen, laat dat dan weten. Op deze manier kunnen we invulling geven aan "Samen onze eigen weg bepalen".

Henk van der Zijden

Begrip solidariteit en verantwoordelijkheid

Naarmate we langer in een, al of niet versoepelde, lockdown leven is het interessant én soms beangstigend om te zien hoe de atmosfeer om ons heen verschuift.

In het begin werd het begrip Solidariteit veel genoemd. En getoond! Allereerst in de zorg, waar mensen bereid bleken keihard te werken met gevaar voor zichzelf en hun eigen gezinsleden. Mensen die ooit in de zorg hadden gewerkt, meldden zich opnieuw aan. Heel veel mensen waren bereid vrijwilligerswerk te doen: het aanbod was zelfs groter dan de vraag!

Solidariteit vertaalde zich veel in creativiteit: thuisonderwijs, bezoekmogelijkheden voor mensen in instellingen, muziek op balkons, vieren van bevrijdingsdag. T.v. en krant gaven veel opbeurende informatie over al deze creatieve en solidaire activiteiten

Maar het tij is gekeerd. Er is op dit moment veel strijd en rivaliteit. Het lijkt dat iedereen vanuit zijn of haar belang kijkt naar de maatregelen en de al of niet loskomende versoepelingen. Er zijn opnieuw veel boze mensen. Hierdoor ontstaat weer de tweedeling: mensen die vinden dat voorzichtigheid nog steeds geboden is, en mensen die vinden dat het wel genoeg geweest is. Ik vind het zorgwekkend dat de media, vooral t.v., net als vóór de Corona uitbraak, hier zo op inspeelt. Ze zouden er wat meer rekening mee moeten houden dat mensen in tijden van onzekerheid en stress het nodig hebben om opbeurende informatie te krijgen, en niet steeds geconfronteerd zouden moeten worden met steeds weer boze kappers, eigenaren van sportscholen, voetballiefhebbers etc. Het lijkt dat slecht nieuws het weer wint van goed nieuws.

Ik las zaterdag in dagblad Trouw een essay van Ethicus/ Filosoof Frits de Lange. Dit ging over de tweedeling, die ik hierboven noem. Hij geeft er namen en uitleg aan, en hij zoekt een uitweg uit de tweespalt.

Utilisme tegenover de absolute waarde van de enkeling (Kant). Twee grote ethische theorieën, die elkaar in een verlamdende houdgreep hebben.

De Kantiaanse waarde is terug te zien in de aanvankelijke aanpak van het kabinet: een lockdown als een beschermende muur om kwetsbare en oudere mensen. Elk mensenleven is evenveel waard, dus blijven we allemaal thuis. 'Let een beetje op elkaar'.

Utilisme gaat voor het grootst mogelijke nut voor zoveel mogelijk mensen. Dat uit zich nu in de opvattingen dat het beleid van de overheid averechts werkt: het aantal doden nu valt weg tegen de maatschappelijke kosten van de economische gevolgen, die zelfs ook tot doden leiden.

Deze beide visies leven in de publieke discussies van elkaars tekort: kantianen verwijten de utilisten dat ze discrimineren op basis van leeftijd en de utilisten verwijten omgekeerd de kantianen dat ze geen oog hebben voor de duivelse dilemma's waarvoor deze crisis ons plaatst.

De Lange constateert dat beide achttiende- eeuwse theorieën zijn, die in deze crisis

blijken gedateerd te zijn. Ze hebben beide geen oog ervoor hoe we als mensen fysiek verstrengeld zijn met elkaar en met onze omgeving. Ze zien individuen als onafhankelijke, geïsoleerde subjecten tegenover de wereld. Hij bepleit voor een nieuwe ethiek, die geworteld moet zijn in de praktijk. En hij stelt voor de ethiek van de zorg als uitgangspunt te nemen. De gezondheidszorg, de mantelzorg, de thuiszorg, de zorg voor kinderen, kwetsbaren en ouderen – de zorgpraktijk heeft de laatste maanden bewezen hoe vitaal zij is voor de samenleving.

Hij is hierbij geïnspireerd door de theoloog Dietrich Bonhoeffer, die in 1943 bezig was een ethiek van Verantwoordelijkheid te schrijven, toen hij vanachter zijn bureau opgepakt werd door de nazi's, gevangengezet en vermoord werd.

Er is al een brede stroming in de ethiek: de zorgethiek. Zorg wordt hier heel breed gedefinieerd: de menselijke activiteit die alles omvat wat we doen om onze 'wereld' te onderhouden, voort te kunnen zetten en te herstellen, zodat we er zo goed mogelijk in kunnen leven.

Dé vraag voor een ethiek die ons primair als zorgende wezens ziet is niet welke rechten individuen kunnen laten gelden, maar wie verantwoordelijk is voor de zorg voor zichzelf en voor de anderen die van zijn zorg afhankelijk zijn. In een democratische discussie vanuit dit perspectief gaat het dan niet meer om de afweging van belangen (Mark Rutte: 'De vrijheid van de één tegen de gezondheid van de ander') maar om een faire verdeling van verantwoordelijkheden, onder de gegeven omstandigheden, en over de vraag hoe je die het beste vorm geeft.

Daar mag in een crisis als deze flink over gesteggeld worden, zeker als je het water aan de lippen staat. Maar niemand kan dan zeggen dat hij alleen de eisende partij is die zijn recht komt halen. Je hebt je verantwoordelijkheid, gegeven de situatie en naar vermogen, te nemen.

Een voorbeeld van iemand die zelfs meer deed dan dat is Guiseppe Berardelli, een 72-jarige priester uit Casigno, die het beademingsapparaat dat zijn parochianen voor hem geregeld hadden, gaf aan een jonge coronapatiënt, die hij niet kende. Hij vond dit zijn verantwoordelijkheid, en stierf.

Dat is wel een dramatisch voorbeeld, je verantwoordelijkheid is natuurlijk niet alleen opofferen tot de dood erop volgt, maar vaak juist ook verder leven.

Elzelien van Duijn

IN MEMORIAM

Doaitse Swierstra

Op 3 maart is ons HV lid Doaitse Swierstra, de echtgenoot van ons bestuurslid Agnes Swierstra, heel plotseling overleden.

Doaitse was een markant en betrokken lid van het Humanistisch Verbond van de afdeling Assen e.o. Naast webmaster was hij ook lid van de activiteitencommissie en vrijwel altijd aanwezig bij alle HV-activiteiten.

Ik, Fienke Stronkhorst, heb bij de herdenkingsbijeenkomst de volgende toespraak gehouden.

Agnes heeft aan mij gevraagd of ik iets wil vertellen over Doaitse en over de afdeling Assen e.o. van het Humanistisch Verbond, aangezien ik bestuurslid ben van onze afdeling.

Als je HV zegt, zeg je ook Doaitse.



foto Ri Veens

Doaitse, als je hier naast mij zou hebben gestaan, dan zou ik het volgende tegen je gezegd hebben:

Afgelopen maandag, na jouw laatste chemokuur, hadden wij, Anne en ik, even contact met elkaar. We hadden afgesproken de volgende dag een kopje thee te komen drinken om dit moment te markeren. Wij zouden dan wat lekkers meenemen.

In de nacht van maandag op dinsdag ben je, heel plotseling, overleden. Nu sta ik hier zonder jouw aanwezigheid.

Mijn eerste ontmoeting met jou en Agnes, als nieuwe leden van onze afdeling, was, volgens Agnes, op een HV-bijeenkomst die ik mij niet echt kan herinneren, wat gezien jouw markante persoonlijkheid zeer opmerkelijk is.

Echter, in juni 2015 hadden Agnes en jij jullie voor het eerst aangemeld voor een bijeenkomst “Eten met gespreksstof”.

Jij, een grote kerel, zat tegenover mij aan tafel.

Je was volop aanwezig tijdens het gesprek. Toen jij iets vertelde over jouw werkende leven, raakte ik extra geïnteresseerd, eerst nog als bestuurslid.

Ik vertelde aan jou dat wij een nieuwe webmaster zochten. “Zullen we na afloop even praten, zei jij en heb je je laptop bij je, dan kan ik even zien wat jullie zo al doen.”

Bam, actie. Zo'n snelle man binnen onze afdeling had ik nog niet ontmoet. Deze bijeenkomst c.q. ontmoeting maakte dat jij een paar maanden later onze webmaster werd en Agnes enige tijd later bestuurslid van onze HV-afdeling.

Wij hadden veelvuldig contact, eerst via FaceTime voor overleg, want ik stuurde jou de gegevens toe die jij op de website zou zetten.

Elke keer als je contact via FaceTime met mij zocht, of als wij elkaar persoonlijk ontmoetten, zei je nooit “Dag Fieneke, of goedemiddag Fieneke, nee, je zei altijd, echt altijd, “Wat zit je haar weer netjes, of dag secretaris.” Ik zal ook deze zinnen missen.

Wij hebben allerlei lezingen georganiseerd, te veel om op te noemen. Ik kan ze me niet allemaal herinneren, maar jij vast wel, want jij hebt altijd een fabelachtig geheugen.

Op deze bijeenkomsten had je een sterke mening en als je een vraag stelde, begon je met te zeggen, “Ik zal het niet te moeilijk maken voor jullie” en dat met een glimlach op je gezicht. Sommige HV leden moesten, zeker in het begin, wennen aan jouw altijd goed gefundeerde mening. Jij genoot daarvan.

Met het grootste gemak verzorgde jij ook de Socrates lezing, kritisch en enthousiast en zat je in de activiteitencommissie.

Jouw aanwezigheid, jouw inbreng en jouw kennis zal door alle betrokkenen bij het H.V. ernstig worden gemist.

En dat geldt niet alleen voor de afdeling Assen, maar ook voor de HV-afdelingen van Friesland, Groningen en Amsterdam, die allemaal hebben geprofiteerd van jouw kennis van zaken.

In december hadden we een Winterwandeling. Ik vertelde na afloop enthousiast aan jou dat we 10.000 stappen hadden gelopen. Ik was nog niet thuis, of je stuurde een artikel uit de NRC met de kop “Je hoeft geen tienduizend stappen te zetten om fit te blijven.”

Overdracht van kennis was kenmerkend in je werkende leven, maar ook na je pensionering. Al was het maar de nieuwste aanbieding van de Lidl, naast een visie op de kandidaten voor de presidentsverkiezingen in Amerika, die op ieder moment van de dag door jou werden verstuurd.

Ja, Doaitse, jij en overdracht van kennis en grapjes uit de NRC.

Agnes en jij zijn voor Anne en voor mij echte vrienden geworden. We deelden veel met elkaar, moeilijke momenten en meestal vele, spontane, blijde momenten. Het is nauwelijks te bevatten dat dit allemaal van het ene op het andere moment t.o.v. jou is gestopt. Maar het is wel zo.

Op 19 januari hadden we een Nieuwjaarsbijeenkomst. Jij, Doaitse, niet al te fit, was er ook. Eenieder van ons kreeg een houten sterretje met zijn of haar naam erop. Bij het weggaan zei je met een echte Doaitse glimlach tegen mij "Wil jij mijn sterretje als aandenken, want ... je weet maar nooit." Tja,

Fieneke Stronkhorst



Bezoekgroep afdeling Assen en omstreken

In de Afdeling Assen en omstreken zijn er mensen die vanuit het Humanistisch Verbond mensen willen bezoeken die prijs stellen op een bezoek. Het motief voor een dergelijk bezoek kan velerlei zijn. Het kan zijn dat u wilt praten over een ingrijpende ervaring of verandering in uw leven of het kan ook zijn dat u graag bezoek wilt omdat u tijdelijk in een ziekenhuis of verpleeghuis bent opgenomen.

Daarnaast kan het ook zijn dat u het op prijs stelt wanneer iemand gewoon bij uw thuis komt om te praten over kwesties die met het leven verbonden zijn, maar het kan ook zijn dat u het op prijs stelt wanneer iemand een kopje koffie of thee komt drinken. De reden voor een dergelijk bezoek kan dus velerlei zijn. Het gaat om contact die een mogelijk ontmoeting kan worden. Mocht u zich hierin herkennen en behoefte voelen aan een dergelijk bezoek, laat u het mij dan weten.

Namens het Bestuur van de Afdeling Assen en omstreken
Ton Koster, telefoon 0592 314450.

Geluk is ook niet alles

tips en adviezen voor een beter leven; door Willem van der Does.

Tegenwoordig kun je te kust en te keur als het om boeken of artikelen over geluk gaat. In die overvloed trok bovenstaande titel mijn aandacht. En na het lezen ervan kan ik zeggen: de titel dekt de lading. De auteur relateert en dat vind ik wel verfrissend.

Negen van de tien Nederlanders zegt gelukkig te zijn. Maar hoe gelukkig we ook zijn, steeds meer mensen ervaren stress. Apparaten maken ons leven gemakkelijker, maar tegelijkertijd ook ingewikkelder. We “moeten” van alles: gezond leven, bewegen, een goede man/vrouw, vader/moeder, zoon/dochter, vriend/vriendin zijn, blijven..... Bovendien zijn we altijd online: we staan altijd “aan”, waardoor we minder rust en privacy ervaren. Maar je weet: je hoeft niet altijd bereikbaar te zijn! Als je denkt dat er nog iets te verbeteren valt, dan heb je misschien iets aan de principes van gedragsverandering die in dit boek beschreven worden door Willem van der Does, hoogleraar klinische psychologie aan de Universiteit Leiden.

Hij vindt het belangrijk dat je doelen stelt. Als je die niet duidelijk hebt, mis je een richtinggevende energie. Dan is de kans groot dat je je laat leiden door datgene wat er op je pad komt. En dan zit je niet meer zelf aan het stuur.

Je moet ook weten welke stappen je moet zetten om het doel te bereiken en welke vaardigheden je daarvoor nodig hebt. Bovendien moet je die stap ook durven zetten! Vaak blijf je steken in oude patronen. De schrijver noemt acht verschillende manieren om van ongewenst gedrag af te komen.

De verhouding tussen theorie en vragenrubriek in het boek is voor mij enigszins zoek: 1/3 theorie en 2/3 vragen.

In het theoretische deel wordt vooral aandacht besteed aan het proces van aanleren én afleren. Pluspunt! De rest van de informatie was voor mij wel bekend.

De vragenrubriek is onderverdeeld in: Mijn geest/lichaam/ego, mijn partner/gezin, mijn vrienden en mijn bureu. De vragen komen uit zijn rubriek Dr. Does ziet het licht in het tijdschrift Zin. De antwoorden zijn kort en bondig met af en toe een kwinkslag. Maar of iedereen dat kan waarderen?!

Het gedeelte over gedragsverandering (ook m.b.t. angsten) vind ik het boeiendste. Het boek leest gemakkelijk en is ruimschoots geïllustreerd met cartoons van Peter van Straaten. Hij weet vaak met één tekening de pointe te verbeelden.

Tot slot nog enkele uitspraken van de auteur:

-Accepteer wat je niet meteen kunt veranderen.

-Moed is niet een gebrek aan angst; moed is iets doen óndanks angst.

-Erger je niet, verwonder je slechts.

-Blijf relativiseren; geluk is ook niet alles.

Etty de Boer

DE KUNST VAN HET

ongelukkig ZIJN

*door Dirk de Wachter,
psychiater en psychotherapeut,
diensthoofd systeem- en
gezinstherapie aan de KU in Leuven.*

Het lijkt erop dat het streven naar geluk een hoofddoel in het leven is geworden.

Volgens het CBS zegt 22% van de Nederlanders boven de 19 jaar perfect gelukkig te zijn (9 of 10/10) en 3% ongelukkig. Maar hoe valt dat te rijmen met de volgende percentages? 43% voelt zich eenzaam en 10% zeer eenzaam. Daaruit zou je toch de conclusie kunnen trekken dat veel mensen ongelukkig zijn?! De wachtlijsten voor psychische hulp worden steeds langer.

Geluk lijkt bijna een plicht geworden. Maar het obsessief najagen van geluk en succes maakt juist ongelukkig, want dat veroorzaakt stress en angst.

Iedereen krijgt in zijn leven te maken met problemen, tegenslag, verdriet, ongemak of ziekte. De één meer dan de ander. Dat hoort bij het leven. De auteur noemt dat alledaags ongeluk. Maar daarvoor hoeft je niet altijd naar de huisarts of de psycholoog.

In deze tijd streeft iedereen naar het ultieme geluk en succes, maar een gewóón

leven is goed genoeg. Wat een verademing om dat nu eens van een deskundige te horen! Een beetje ongelukkig zijn, hoort bij het leven. Dat aanvaarden en daarmee leren omgaan, dát is essentieel. De kunst van het leven is de kunst ongelukkig te zijn..... (interview Libelle 2020-3).

Tevens zegt hij: Streven naar het geluk als levensdoel is een vergissing. Streven naar zin en betekenis daarentegen, is waar het leven om draait.

Tegenslagen in het leven zijn tegelijkertijd ongelukkig- én gelukkigmakend. Ze kunnen verbinding en zin creëren. De auteur legt de nadruk op empathie, samenleven, medemenselijkheid, verbinding. Hij veronderstelt dat eenzaamheid ontstaat, omdat het ik vaak centraal staat. Evenals een aantal collega's vindt hij dat een zinvol leven een gelukkig leven is.

Het is een diep menselijke behoefte om gezien te worden. Je verbonden voelen met je omgeving, zorgzaam zijn en zorgzaam bejegend worden, kunnen je op een fundamentele manier gelukkig maken.

Je kunt een zinvol leven leiden, als je de ander ziet en als jij gezien wordt.

Volgens de schrijver gaat het vooral om empathie en samenleven.

Aangezien de mens bestaat door de ander (Ubuntu, Levinas) kun je niet zonder de ander. Je hebt de ander dus nodig om te kunnen zijn. De netwerken van familie, geloof en verenigingsleven zijn tegenwoordig minder hecht. Contacten zijn minder vanzelfsprekend, dus moet je er meer voor doen. Tijd en persoonlijk contact zijn daarbij van essentieel belang. De huidige mens lijkt daar een chronisch gebrek aan te hebben.

Praten -zeker over verdriet- is essentieel, maar gaat de meeste mensen niet gemakkelijk af. Daarom gaat men het uit de weg.

En antwoorden in de vorm van korte tweets en smileys noemt De Wachter een aanfluiting, een belediging, een zware tekortkoming.

Dus: Spreek! Luister! Heb oog voor elkaar!

Onderhand weten we wel dat sociale media niet altijd zo sociaal zijn: het contact is kort, vluchtig en oppervlakkig. Op Facebook e.d. komen vooral de succesverhalen voorbij. De tegenslagen vertelt men niet. Alles wat niet leuk, gezellig, gelukkig, groots is, lijkt afwijkend. Er lijkt een taboe te rusten op ongelukkig zijn.

De auteur houdt een pleidooi voor de gevoelige mens. In de ogen van anderen zijn zij afwijkend en lastig, maar zij staan meer en langer stil bij de problemen in onze maatschappij, omdat zij ze beter aanvoelen. De Wachter vindt het belangrijk om goed naar hen te luisteren, omdat ze de signaalgevers van onze tijd zijn. Zij zijn de kanaries in de kolenmijn.

Ook zegt hij: Zonder kwetsbaarheid en gevoeligheid maakt onze samenleving geen schijn van kans.

Ik heb diverse boeken over geluk gelezen en ook in De Schakel besproken, maar dit boek vertelt niet alleen hoe je dat misschien zou kunnen bereiken, maar het houdt vooral een pleidooi om jezelf toe te staan om je af en toe ongelukkig te voelen. Dat is heel normaal. De schrijver probeert het taboe te doorbreken.

Bovendien waardeert hij de gevoelige mens op zijn merites. Fijn om te horen!

Hij spreekt met gevoel over zijn patiënten en reflecteert op zijn rol als psychiater.

Wat is de kern van dit boek?

-Leg de lat minder hoog. Een gewóón leven is goed genoeg.

-Een beetje ongelukkig zijn, hoort bij het leven.

-Een zinvol leven is een gelukkig leven.

-Een vriend hebben is een vriend zijn. Dus: toon interesse in de ander. En praat! De volgende uitspraak (de bron is mij onbekend) wil ik u niet onthouden: Pas wanneer je leert te luisteren om te begrijpen i.p.v. te luisteren om te reageren, ontstaat er écht contact.

Het boek is onderverdeeld in: Geluk? Ongeluk? Zin..... Quotes staan dikgedrukt in de kantlijn en ervaringen en opmerkingen staan apart in grijze blokken.

Sommige alinea's heb ik overgelezen om de tekst goed te kunnen laten bezinken, maar het boek is wel helder geschreven. De auteur is Vlaming en dat is heel goed te merken aan het taalgebruik en sommige zinswendingen. Dat heb ik niet als storend ervaren, ook al waren niet alle woorden in het woordenboek te vinden.

Een verfrissende en empathische benadering. Van harte aanbevolen!

Etty de Boer

Rectificatie

In de Schakel van maart 2020 staat een interessant stuk, op pagina 15, met de titel Koffieleut in Assen een boekenlijstje.

De naam van schrijver is niet Coos Salo, maar **Coos Salomé**.

geluk

Des duivels was ik. Een ongepaste uitdrukking voor een humanist maar wel op zijn plaats. Marianne Zwagerman omschrijft de waarde van onze alleroudsten als 'dor hout'. Zij ridiculiseert het huidige dilemma van economie en gezondheid tot een harde keuze tussen welvaart en welzijn, tussen hebzucht en beschaving. Ik ben niet tegen een eerlijke discussie in crisistijd. Soms moeten er keuzes gemaakt worden die niet voor iedereen positief zijn. Maar mevrouw Zwagerman verengt de huidige problemen en reduceert een groep kwetsbaren tot een louter economische waarde. Van nul en generlei waarde, om precies te zijn. Natuurlijk heb ik mijn oordeel te snel klaar en als ik al foeterend haar antecedenten natrek word ik in dit oordeel bevestigd: zij deugt niet. Marianne Zwagerman is betrokken bij websites GeenStijl en Dumpert en bij de omroepen PowNed en WNL, hoewel ze die later zelf weer bekritiseerde. Maar ik sla iets over. Het waarom. Wat beweegt iemand tot een dergelijk provocerend en in mijn ogen ethisch verwerpelijk standpunt. Er zijn vergelijkbare situaties. Wat wil iemand zeggen met de bagger die hij anonim op Twitter loost en de bedreigingen die hij uit. Waarom zegt iemand in crisistijd: "Niemand kan mij iets verbieden" en isoleert zichzelf daarmee in egoïsme. Ontbreekt redelijkheid? Speelt ontevredenheid, een lacune in empathie, misschien een tekort aan zelfwaardering? Het ontbreekt aan geluk.

Ieder heeft recht op kwaliteit van leven. Ik ken intens tevreden en naar ik kan oordelen gelukkige ouderen. Soms is dat niet gegund. De leeftijd gooit roet in het eten. Gezondheidsproblemen en fysieke beperkingen stellen hun grenzen. De wereld wordt kleiner. Geluksmomenten worden als vanouds nog gevonden in het contact met de anderen. Als dat contact wegvalt, en daar is nu sprake van, zakt de kwaliteit van leven onder het draaglijk minimum. Als de kwetsbaarheid groot is en het virus toeslaat, vloeit het leven weg en neemt het geluk met zich mee. 'Dor hout', het zijn giftige woorden.

In de jaren zestig en daarvoor staat geluk voor de christelijke waarden tevredenheid en rechtschapenheid. Lang gold de mens als 'onbekwaam tot enig goed en geneigd tot alle kwaad' en lag het geluk niet hier op aarde maar in het hiernamaals. Tegenwoordig ziet men geluk meer in de lijn van zelfontplooiing. Carl Sederström, auteur van 'Ons geluksideaal', omschrijft het huidige geluk als zelfontplooiing met de connotatie van succesvol. Inmiddels is levensgeluk een morele plicht geworden. Geluk is maakbaar. Geluk is te koop. Je bent mislukt wanneer je niet gelukkig bent. Of niet gelukt bent. Op deze manier is geluk een sociaal opgelegde norm en

daarmee selectief en discriminerend. Daarom houdt hij een warm pleidooi voor een investering in sociale verbanden gebaseerd op kwetsbaarheid en empathie.

Geluk is de resultante van positieve sociale interactie in een sociale situatie. Een voorbeeld. Ik help iemand en vind dat niet meer dan vanzelfsprekend. De ander reageert oprecht dankbaar. Meestal ben ik dan alleen tevreden; soms gaat het verder, dieper. Dan klopt alles. De situatie, het resultaat, de dieperliggende emoties, de actie-reactie, de herinnering, de genegenheid, de biochemie, alles is congruent en in balans. Dan is er sprake van geluk. Geluk is een intense en diepe tevredenheid met het bestaan.

Geluk laat zich ook omschrijven als een biochemische ervaring door de aanwezigheid van bepaalde hormonen zoals het genieten van sport met endorfine, het genieten van een heerlijk diner met dopamine of het genieten van elkaar met oxytocine. In de huidige crisis is het knuffelhormoon, dat ontstaat in menselijke interactie, natuurlijk mijn favoriet. Er bestaan dus gelukshormonen. Dat zou betekenen dat de mate van geluk uit te drukken is in een bepaalde bloedwaarde. Interessant maar beperkt.

Geluk valt je ten deel, het waait je als het ware aan. Je bent voor het geluk geboren. Een geluksvogel. Degenen die dat overkomt zijn de bokkenten die profiteren van positieve condities. Plezierig, dat wel, maar geen garantie voor geluk. Geluk vraagt inspanning en investering, werken aan zingeving, het dragen van verantwoordelijkheid voor de ander en het maken van principiële keuzes. Geluk vraagt zelfkennis en empathie. Kun je gelukkig zijn als je je bewust bent van racisme, discriminatie, onderdrukking, homogeweld, armoede en eenzaamheid? Kun je gelukkig zijn wanneer je daarover zwijgt? Geluk vraagt een uitgesproken standpunt, geluk vraagt actie, in welke vorm dan ook. Met als resultante een intense en diepe tevredenheid.

Jan Wijbenga
Voorzitter HV Fryslân

E-MAIL NIEUWSBRIEF VAN DE AFDELING FRYSLÂN

De afdeling Fryslân wil leden en niet-leden uitnodigen voor de nieuwe e-nieuwsbrief die op (on)geregelde tijden in uw mailbox zal opduikt. Zo kunnen we u altijd het laatste nieuws doorgeven én de link naar de digitale Schakel die op de afdelingspagina's van de landelijke website staat. Ook leden uit Groningen en Drenthe zijn natuurlijk welkom! Wilt u onze e-mails (waarmee we u niet zullen overvoeren) ontvangen: stuur dan even een e-mail naar hvfryslan@gmail.com. Dan krijgt u voortaan onze nieuwsbrief als 'extra' naast de papieren Schakel. Wilt u helemaal digitaal, dan kunt u dat natuurlijk ook aangeven.

Leden die nu al de Schakel alleen digitaal ontvangen, hoeven geen actie te ondernemen. De gebruikelijke link naar uw digitale Schakel zal voortaan bovenaan de nieuwsbrief staan.

Algemene Ledenvergadering HV Fryslân

Zaterdag 7 november 2020

Grand Café Wouters – Sophialaan 5 – 8911 AE Leeuwarden

14.00 uur inloop en ontvangst met koffie & thee

Start vergadering 14.15 uur

Agenda

1. Welkomstwoord
2. Vaststellen agenda
3. Ingekomen stukken en mededelingen
4. Notulen ALV 2019 ter vaststelling
5. Jaarverslag 2019 ter vaststelling
6. Verslag kascommissie en kiezen nieuw lid kascommissie
7. Balans en Winst & Verlies rekening 2019 ter vaststelling
8. Begroting 2020 ter vaststelling
9. Terugkijk op 2019 en toelichting plannen 2020
10. Rondvraag

Na de vergadering is er gelegenheid om na te praten onder het genot van een drankje.

LET OP: in tegenstelling tot onze eerdere aankondiging in de vorige Schakel en op de website, vindt onze ALV plaats in LEEUWARDEN.

Rob Bakker

in memoriam, 1944-2020

Half mei ontvingen we een overlijdenskaart van ons HV lid Rob Bakker. Rob verzorgde samen met zijn levenspartner Helene jarenlang de organisatie van de HV Zuidwest Fryslân bijeenkomsten. Zonder opsmuk, met rijke inhoudelijke bijdragen en ruimte voor de inbreng en initiatief van anderen. In de tekst van de rouwkaart staat dat Rob als toegewijde en lieve kinderarts veel betekende voor kinderen in de knel. We weten dat hij daarbij ook veel betekend heeft voor de ouders, hulpverleners en collega-artsen. Bij Rob stond in zijn werk de mens bovenaan en niet de protocollen en de regels. Rob nam ons afgelopen tijd openhartig mee in zijn relaas van de maagkanker die hem vorig jaar overviel. Ondanks de ellende van de behandelingen en later zware operatie, leefde Rob vanuit zijn instelling het lot te omarmen en daarmee ruimte te creëren voor het geven en ontvangen van aandacht, liefde en betekenisvolle contacten. Hij noemde dat de secundaire ziektewinst. In mei vorig jaar hield Rob een betoog met aanhalingen van bekende filosofen over de 'zin van het leven'. Dit betoog is ook verschenen in het juni nummer van de Schakel van 2019. De persoonlijke inzichten van Rob raakten daarin het meest, zoals:

“Ieder mens laat in zijn leven wel een spoor achter, ook al is het miniem. Maar is dat de zin van het leven: een spoor achter laten in de wereld? We laten allemaal veel te veel sporen achter. De wereld wordt er niet beter van. Misschien is het daarom maar beter om helemaal geen sporen achter te laten en zou dat de zin van het leven moeten zijn?”

“De zin van mijn leven begon al ruim voor mijn geboorte. Het eind van de oorlog was in zicht en ik werd geconcipieerd. Vol verwachting werd er door mijn ouders naar mij uitgekeken. Toen ik in Amsterdam geboren was, was de oorlog echter nog niet tot een eind gekomen en moest er eerst nog een hongerwinter komen. Ik heb met mijn oudere zuster een mooie jeugd gehad. Mijn ouders hadden zelf nooit de kans gehad verder te leren. Ik was de eerste die naar het Gymnasium ging en later voor dokter ging studeren. Ik was de eerste topsporter in de familie. Mijn ouders ontzegden zich veel om mij de mogelijkheden te geven, die zij zelf niet hadden gehad. Trots waren ze op mij en daarmee wellicht ook op zich zelf. Ik was net als mijn zuster de zin van hun leven door er te zijn. En nu ben ik 50 jaar de partner van mijn vrouw en heb ik 4 kinderen, 3 'aangeliefden' en 3 gastkinderen en 11 kleinkinderen voor wie ik de vader, schoonvader en grootvader ben. Ik heb in mijn werk als kinderarts en vertrouwensarts voor ouders en kinderen iets kunnen betekenen alleen door er beroepsmatig te zijn. Voor mij is de zin van mijn leven niet meer dan het zijn met de anderen waarmee ik leef.”

In maart dit jaar kreeg Rob te maken met een darmafsluiting, waarvoor hij nog vol vertrouwen onder narcose ging. Rob zelf verbloemde daarna in zijn persoonlijke mail aan familie en vrienden niet de constatering 'van een uitgebreide kankermassa' die de chirurgen deden. En dat hij nog maar enkele weken te leven zou hebben. Die weken heeft Rob doorgebracht met zijn geliefden.

In zijn afscheidsmail lezen we Rob zijn eigen woorden: *“Ik kijk terug op een mooi leven. Uit veel reacties die ik inmiddels heb gehad, merk ik dat ik wat heb kunnen betekenen voor hen. Ik kijk met dankbaarheid terug. Natuurlijk had ik er nog veel jaren aan toe willen voegen, maar het is zoals het is. We zullen elkaar niet meer zien. Dank dat jullie deel hebben gehad in mijn leven.”*

Een onvermijdelijk, toch o zo pijnlijk en intens verdrietig afscheid van een prachtmens, voor de familie en ook voor ons. Hartverwarmend met hem geleefd te hebben.

Jac Konig en Piet Postma, namens Palavergroep Humanistisch Verbond Zuidwest Friesland

De Schakel komt bij iedereen thuis *maar op maat...*

De Schakel is het gezamenlijke ledenblad van de afdelingen Fryslân, Groningen, Emmen en Assen en omstreken van het Humanistisch Verbond. Het is een belangrijke bron van informatie en verbinding voor onze leden, zowel op het terrein van activiteiten als op het gebied van vindbaarheid (namen, functies, (mail)adressen en telefoonnummers). De Schakel is een uniek samenwerkingsproject in HV-land. Uit een in Drenthe uitgevoerde enquête is gebleken dat de lezers er zeer veel waardering voor hebben.

De Schakel is niet duur, maar kost wel veel geld

Het budget dat de afdelingen krijgen vanuit de landelijke HV-organisatie is beperkt. Het drukken en vooral het versturen van de Schakel slokt een groot deel van dat budget op. Het kost de afdelingen bijna 6 euro per lid/adres per jaar. Hoewel het enerzijds fijn is dat we voor dat geld alle leden vier keer per jaar bereiken, willen we anderzijds ook nog graag overige activiteiten organiseren.

We weten dat een deel van onze leden de Schakel bij voorkeur alleen digitaal zouden willen ontvangen. Aan die wens willen we graag tegemoet komen. Bovendien willen we uit oogpunt van duurzaamheid ook onnodig drukwerk vermijden. Maar er zijn ook veel leden die graag een papieren Schakel blijven ontvangen. Beide groepen willen we graag met een 'Schakel op maat' blijven bedienen.

Er is daarom in gezamenlijk overleg besloten om de volgende weg te kiezen. Daarom willen we u iets vragen.

Gaat u digitaal?

De Schakel blijft in gedrukte vorm, dus op papier, beschikbaar voor die leden die liever het papieren blad thuis krijgen, als vanouds. Voor de leden van Emmen is die keus in het verleden al gemaakt, zij krijgen de Schakel allemaal digitaal, dus **leden uit Emmen hoeven niets te doen**.

In Fryslân bestaat inmiddels al een aardige lijst van leden met een digitale voorkeur. **Wie dat in Fryslân al heeft doorgegeven, hoeft nu ook niets meer te doen.**



De leden die de Schakel in het

vervolg alleen nog digitaal willen ontvangen, kunnen dit bij voorkeur digitaal aangeven met een e-mail naar het eigen secretariaat, maar ook met een briefje of een kaartje in een gefrankeerde envelop met uw adresgegevens dat kunt u sturen naar Postbus 2502, 8901 AA, Leeuwarden.

Wij verwachten dat met deze actie er voldoende bezuinigd kan worden, zonder dat het blad in kwaliteit achteruitgaat of in het aantal nummers vermindert.

Gaat u voor papier?

Wilt u de Schakel op papier blijven ontvangen? Dan hoeft u niets te doen, al zouden we het best leuk vinden als u ook een kaartje stuurt om te vertellen waarom u juist papier zo fijn vindt...

Twijfel?

Misschien wilt u eens een poosje de papieren Schakel én e-mails van uw afdeling met de digitale Schakel allebei ontvangen? Dan ervaart u hoe het digitaal lezen van de Schakel bevalt, en krijgt u alle actuele informatie tussen de Schakels door ook direct. Geeft u dat dan ook door bij uw eigen secretariaat.

Hiermee denken we recht te doen aan alle leden en iedereen kan blijven genieten van de prachtige, informatieve Schakel.

Formulier verzenden per post naar: Postbus 2502, 8901 AA, Leeuwarden

E-mailadres Fryslân: secretariaat@hvfryslan.nl

E-mailadres Groningen: secre.hvgron@gmail.com

E-mailadres Assen e.o.: secre.hvassen@gmail.com

Verdiepingsdag

Goed leven, goede dood

5 september 2020 in dBieb – Blokhuispoort te Leeuwarden
van 9.30 tot 16.30 uur

beeld: Vizerskaya

*Hoe kijk je naar de dood?
Die van jezelf en de ander.
Welke emoties komen er bij
je naar boven? Hoe verhoud
je je tot jouw sterfelijkheid?
En hoe vertaalt zich dit naar
het gesprek met de ander,
ook als die ander dat
gesprek aangaan lastig
vindt?*

*Praten over de dood
helpt ook bij het
nadenken over wat je
belangrijk vindt in het
leven. Bij een goed
leven hoort een goede
dood.*

Verdiep je in jezelf en de ander

Ronald Gerritsen, docent

Wat is voor jou een goede dood? En wat betekent een goed leven voor jou? Op de verdiepingsdag ga je op zoek naar jouw omgang met de dood. En door de dood in de ogen te kijken krijgen je ook scherper waar je blij van wordt. Waar je het allemaal voor doet. Je onderzoekt de gevoelens die de dood ongemakkelijk maken. En je oefent hoe je het gesprek over de dood aan kan gaan.

Je leert jezelf kennen, hoe je erin staat, wat je wilt en juist niet wilt. En hoe je het gesprek met een ander hierover voert. We gebruiken de inzichten van verschillende filosofen maar de belangrijkste bron van wijsheid zijn de andere deelnemers en jijzelf.

Prijs (inclusief reader en koffie/thee):

€ 60

€ 40 leden Humanistisch Verbond

€ 30 bij minimum inkomen en studenten

€ 20 leden met een beperkt inkomen

Lunch is niet inbegrepen, graag zelf meenemen

Aanmelden via de website cursushumanisme.nl

In
mijn
werk
spreek ik vaak
met mensen over
zingevingsvragen:
wat vind je
belangrijk?

LEDENCONTACTEN FRYSLÂN

Bolsward
Heerenveen
Leeuwarden

Palaver

Als Bezoekergroepen Fryslân coördineerden we tot nu toe 1:1 bezoeken gericht op oudere HV leden. Het concept hierbij is, dat een jonger lid met een afgesproken regelmaat een ouder lid bezoekt. Met daarbij de veronderstelling dat in een contact tussen een humanist en een andere humanist de gespreksonderwerpen wederzijds verdieping kunnen geven en het oudere lid extra aanspraak heeft. Dit blijkt steeds minder aan te spreken. Oudere leden melden zich in de praktijk echter niet spontaan zelf aan voor het krijgen van een dergelijk bezoek.

Daarom zijn wij als bezoekerscoördinatoren Fryslân tot de conclusie gekomen, het concept aan te willen passen. We gaan de bezoekersgroep omzetten in onderlinge 'ledencontacten', met als doelstelling het onderling in contact brengen van leden van het HV, 1:1 of in groepjes. Praktijkvoorbeeld: tijdens de laatste ALV van HV Fryslân had Lenie Dijkstra aangegeven in Heerenveen met een groepje te willen beginnen. Roeleke heeft vervolgens de **Heerenveen** leden aangeschreven en inmiddels is daar een huiskamer 'Palavergroepje' gestart!

Bolsward – Zuidwest Friesland

Een welkom voor een ieder lid of belangstellend lid uit Friesland! Kom naar onze Palaverbijeenkomst. Verbinding maken door met elkaar te spreken over thema's die ons aangaan. Het nieuwe seizoen starten we op donderdagavond 17 september om 19.30 uur in De Groene Weide, Snekerstraat 2, Bolsward. We delen die avond onze persoonlijke ervaring gedurende de afgelopen tijd, uiteraard gedomineerd door het Corona virus en ook door het overlijden van Rob Bakker, die zoals hij zelf wel een aangaf 'een beetje leiding te geven aan deze bijeenkomsten'. Zie ook het in memoriam van Rob in dit nummer. Na inbreng van ieders ideeën bepalen we op 17 september eerst met elkaar de thema's en onderwerpen, die we in een aantal avonden dit seizoen met elkaar willen uitdiepen. Zo waren de onderwerpen van het afgelopen seizoen tweedeling, identiteit en zelfinzicht. Het blijken ieder jaar weer onderwerpen, die bij ons leven, iets met ons doen, of we ons persoonlijk beter mee willen verhouden. Onze 'Humanistische inslag', staat borg voor boeiende gesprekken en vaak iets om mee te nemen.

De organisatie van deze avond vraagt een Corona verantwoord samenzijn. De ruimte van De Groene Weide is groot genoeg om afstand te houden en toch niet ver weg te zijn van elkaar. En de gastheer heeft een Coronaprotocol. We moeten daarbij ook de aantallen borgen. De vaste bezoekers van deze HV Zuidwest Friesland bijeenkomsten hoeven zich niet apart aan te melden voor een reservering, die staan bij deze genoteerd als gereserveerd. Omdat we graag ook anderen welkom heten, zeggen we: kom juist nu en reserveer je deelname via de mail op secretariaat@hyfryslan.nl.

Palaver in Heerenveen

Begin dit jaar zijn wij een gespreksgroep gestart in **Heerenveen**.

In onderling overleg bepalen we de bijeenkomstdatum en het te bespreken onderwerp.

Het samenkomen is in de Anjelierstraat 7 in Heerenveen.

Bel voor de eerstvolgende datum met Leny Dijkstra.

Starttijd 10 uur, eindtijd 12 uur. Meld je dan aan bij Leny Dijkstra, 0513 650 720.

Palaver in Leeuwarden

Inlichtingen bij Jan Wijbenga, 06 22958047 of wijbenga@emfs.nl

Actuele data van bijeenkomsten vindt u op de afdelingspagina's van de landelijke HV website.

Roeleke Naber, Sake van der Kloet en Jac Konig



dinsdagavond 8 september 20.00 uur
Pleidooi tegen enthousiasme – Coen Simon

dinsdagavond 3 november 20.00
Pieter Hoexum

dinsdagavond 1 december 20.00 uur
Kalliope – Ron Muijzer

Gysbert Japicx Seal
zaal open 19.30 uur

Ron Muijzer – 1 december –Kalliope

De avond in mei, met drs **Ron Muijzer** cultureel antropoloog en docent, is vanwege de Corona-maatregelen verplaatst naar het najaar. Ron zoekt op dinsdagavond 1 december zijn inspiratie bij de Griekse Muzen, de negen gespecialiseerde godinnen en de dochters van Zeus en Mnemosyne.

Pakweg 2500 jaren filosofie vormen een vrijwel onuitputtelijke bron van inspiratie. We roepen de hulp in van Muze Kalliope, de muze van filosofie, schrijfstift en perkamentrol, en gaan grasduinen in het rijke gebied van de filosofie en ons laten inspireren door inzichten van filosofen.

De oude Grieken gingen ervan uit dat goddelijke, eeuwige, onzichtbare ideeën rondzweefden in de werkelijkheid. De Muzen, negen gespecialiseerde godinnen en de dochters van Zeus en Mnemosyne, hadden het beheer over deze ideeën.

Als een sterfelijke mens gebrek had aan frisse ideeën, was het verstandig om een wandeling te maken in de natuur, en oren, ogen, neus en wat ook maar wijd open te zetten. Als je geluk had, werd je dan een mooi, fris idee ingeblazen door een van de Muzen: je werd 'geïnspireerd', en kon weer verder, soms zelfs in een onverwachte, nieuwe richting.

Wij, moderne burgers, gaan ervan uit dat we ideeën zelf bedenken, en als we een idee 'krijgen', beschouwen als privébezit. Maar in ons moderne taalgebruik klinkt het verleden door: je 'krijgt een idee', maar kun je iets krijgen wat niet al bestaat? En in woorden als 'muziek' en 'museum' zijn de Muzen nog duidelijk te herkennen.

Reserveren is verplicht. info@filosofie.frl

Wij zijn over het algemeen meer gericht op het resultaat dan op het proces. We zijn blij met een goed idee, maar hebben vaak geen idee hoe we eraan zijn gekomen: het 'kwam uit de lucht vallen' of 'borrelde op'. En ook bij ons spelen muziek, geschiedenis, poëzie, en wat dies meer zij, de werkterreinen van de afzonderlijke Muzen, nog een belangrijke rol bij inspiratieprocessen.

De Muzen zijn niet dood (dat kan ook niet, want goden zijn onsterfelijk), maar ze zijn wellicht met hun tijd meegegaan en van gedaante veranderd.

We gaan ze opzoeken. We gaan op zoek naar inspiratie. En we gaan goed opletten hoe we geïnspireerd worden, want hoe meer inzicht je hebt in hoe dingen werken, hoe groter de kans dat je stuurman kunt worden van je eigen schip (vrij naar Nietzsche).

Drs. Ron Muijzer studeerde culturele antropologie in Nijmegen, met speciale aandacht voor psychologie en taalwetenschap. Na kortstondige carrières in de kinderpsychiatrie en op een ministerie is hij het onderwijs ingerold, en er niet meer uitgerold. Op dit moment begeleidt hij hoogopgeleide buitenlanders. In de afgelopen 35 jaar heeft Ron zich intensief beziggehouden met filosofie. Hij organiseert en begeleidt cursussen op dit gebied, sinds enkele jaren ook in eigen beheer (www.ronmuijzer.nl). Interne link

Coen Simon – 8 september– Pleidooi tegen enthousiasme

Als waarheid een kwestie van smaak wordt

Hoe meer we factchecken hoe minder we de feiten vertrouwen. 'Uit onderzoek blijkt' is een sleets geworden autoriteitsargument en 'evidence-based' is een marketing tool. De retorica, de macht van het woord, is sinds de klassieke oudheid ingezet om een overtuiging kracht bij te zetten, maar wat gebeurt er als er achter de retorische middelen geen waarachtige overtuiging meer schuilgaat? Wat als van de drie Aristotelische pijlers van de welsprekendheid, de redelijkheid (logos) en de deugdelijkheid (ethos) het moeten afleggen tegen louter *pathos*? Een gloedvol pleidooi tegen

Coen Simon (1972) is schrijver, kinderboekenschrijver, filosoof en medeoprichter van de filosofische denktank Nieuw Licht. Zijn essays in NRC, de Correspondent en Trouw zijn spraakmakend in het publieke debat. In 2012 won hij de Socrates Wisselbeker voor het beste filosofieboek met *En toen wisten we alles*. De jury schreef: 'In een bedrieglijk lichtvoetige stijl behandelt hij de ongemakken en eigenaardigheden van het moderne leven.' Zojuist verscheen zijn Pleidooi tegen enthousiasme. Als waarheid een kwestie van smaak wordt.

Pieter Hoexum – 3 november

Meer over deze filosofieavond leest u in de volgende Schakel of in de e-mailnieuwsbrief van het filosofiecafé.

Op de hoogte blijven van de activiteiten van het Filosofiecafé Fryslân? Geef u op voor de e-mailnieuwsbrief van het café via info@filosofie.nl

VOORZICHTIG HERSTARTEN *Het bestuur van de afdeling Groningen*

Als een donderslag bij heldere hemel kwam de lock-down over ons. Sindsdien leven we totaal anders dan op de ons zo vertrouwde manier. Iedereen zal deze periode op zijn eigen manier hebben beleefd en nog beleven.

Dat is in hoge mate afhankelijk van de impact die het virus en de lock-down op ieder persoonlijk heeft en heeft gehad.

Naast verdriet, eenzaamheid en verwarring was er ook sprake van saamhorigheid, aandacht en zorg voor elkaar en creativiteit.

De activiteiten van het Humanistisch Verbond Groningen zijn zo goed als volkomen stilgevallen. Er leek meer behoefte aan allerlei praktische ondersteuning door bijvoorbeeld de vrijwilligers van Humanitas. Wij willen ons nog wel een keer bezinnen op de vraag of wij als afdeling op een andere manier van betekenis hadden kunnen zijn.

Heel langzaam komt er weer wat meer bewegingsruimte. Het is mogelijk om onder strikte voorwaarden weer bijeenkomsten te houden. Gerrit Botke heeft het Humanistisch Centrum nu zo ingericht dat het, met inachtneming van die voorwaarden, mogelijk is met 19 personen bij elkaar te komen.

Het bestuur heeft op 4 juni weer fysiek vergaderd en wil graag laten weten welke activiteiten we, voorzichtig en onder voorbehoud, in gang hebben gezet.

Jaarvergadering

Allereerst willen we de Jaarvergadering 2020 die we moest afzeggen alsnog houden. Die hebben we nu gepland op

18 november 2020

Gezien de ruimtelijke beperkingen kunnen er naast enkele bestuursleden slechts 15 leden aanwezig zijn. Aanmelding is dan ook noodzakelijk en van de gezamenlijke maaltijd zien we af.

Nadere informatie volgt via de mail en via de website.

Introductie cursus Humanisme

Deze cursus bestaat uit vier avonden en is in de maand maart na twee avonden onderbroken. Hiervoor waren twee avonden in september gereserveerd, maar daar hebben we toch van afgezien. De landelijke organisatie heeft aangeboden deze cursus te vervolgen, bij voorbeeld in de maand november, met drie avonden: één als herhaling van de eerste twee avonden en dan de twee gemiste avonden. De deelnemers zullen hierover binnenkort worden geïnformeerd.

Cursus mens zijn in de 21e eeuw.

Voor deze cursus waren twee zaterdagen in het begin van september gereserveerd, maar die is inmiddels geannuleerd. Wij hebben de landelijke organisatie gevraagd deze opnieuw in te plannen in het voorjaar van 2021.



Workshop schatkist vol herinneringen

Deze workshop wordt verzorgd op 13 september a.s. Meer informatie vindt u elders in deze Schakel.

Vrijdenkers

De gespreksbijeenkomsten voor en van vrijdenkers zijn weer voorzichtig van start gegaan.

Het filmpje van en over de vrijdenkers dat onlangs is gemaakt, wordt op 6 november as in Assen vertoond tijdens het filmfestival Arab on Tour. Mogelijk kan daar een debat aan worden verbonden.

Thuis wonen met alzheimer

In 2018 heeft het Humanistisch Verbond samen met Human een tour georganiseerd met de titel "In Leeuwenhoek on Tour". In deze tour ging het met name om mensen met alzheimer in instellingen. In vervolg hierop organiseert het Humanistisch Verbond verspreid in het land een aantal bijeenkomsten over de documentaire "Thuis op Zuid". De documentaire wordt in het najaar door de NPO uitgezonden. Het gaat om langer thuis wonen met alzheimer en wat daarvoor komt kijken. HV Groningen wil daaraan graag meedoen en we willen graag een Groningse gespreksbijeenkomst organiseren over de documentaire. Wij houden u op de hoogte.

Wij hopen u in het komende seizoen een keer in goede gezondheid te ontmoeten.



Namens het bestuur van de afdeling Groningen, Ieke Verveld, secretaris.

Uitnodiging

Schatkist vol Herinneringen

Herkansing:

Vanwege het coronavirus kon deze workshop op 29 maart niet doorgaan.

Wie zich al had opgegeven krijgt persoonlijk bericht voor de herkansing.

Het Humanistisch Centrum is veilig ingericht voor 1 1/2 meter bijeenkomsten.

Workshop Herinneringen ophalen en bewaren

Zondag 13 september 14.00 - 15.30

(zaal open 13.45)

Humanistisch Centrum, WA Scholtenstraat 2
Groningen

In deze workshop neemt Marianne je mee op reis door het leven van haar moeder aan de hand van een Schatkist Vol Herinneringen.

Het verhaal van Marianne's moeder is tegelijkertijd een herinnering en een ode aan al onze moeders. Zie hoe Marianne haar dierbare herinneringen op een creatieve manier vorm heeft gegeven en hoe zij die bewaart en deelt. Doe inspiratie op voor het bewaren van jouw eigen herinneringen aan je moeder of aan iemand anders.

Aan de workshop kunnen maximaal acht personen deelnemen.

Aanmelden graag bij leniekooststra@gmail.com

The background of the cover is a photograph of a coastal dune. In the foreground, there are sandy dunes with clumps of dry, yellowish-brown grass. A path or gully leads from the bottom center towards the background. In the distance, a blue body of water meets a clear blue sky at a flat horizon line.

*Fertelsels
fan
Terschelling*

KEES STADA

Boekbespreking door Victor Bom, Bibliotheekcommissie HVG

FERTELSLS FAN TERSCHELLING

Boek

Gebundelde verhalen door Kees Stada

Kees is al > 40 jaar lid van het HVG. Hij regelt al vele jaren “Eten met Gesprekstof” en is daarbij gespreksleider. Tevens zorgt hij voor exposities van schilderijen of foto's aan de wanden van de zaal van het HVG-centrum aan de W.A. Scholtenstraat. Hij is ook al 20 jaar voorzitter van het bestuur van de Stichting Huisvesting HVG.

Van de achterflap: Een bundeltje luchtige persoonlijke vertellingen die zich afspelen op Terschelling. Kees 'van Dirk en Neel', zoals men elkaar noemde op het eiland, bracht er zijn jeugd door en beleefde er memorabele, merkwaardige, soms spannende en vermakelijke voorvallen. Ze zijn spontaan opgetekend en nemen je mee naar een Terschelling waar het eiland nog echt eiland was, maar ook in de tijd van nu. Een vader op zee, een dorp waar iedereen elkaar kende, de zee, het wad, de gebruiken, de tradities en de Terschellinger stamboom. Ze vormen de achtergrond van deze herinneringen.

Voorwoord: Dit boek bevat een verzameling verhalen over of verwant aan Terschelling. Veel artikelen zijn eerder geplaatst in landelijke kranten en bladen, de Harlinger Courant, de Terschellinger, het historisch blad Schylge myn Lântse, de Leeuwarder Courant, het blad 'Centraal Bureau voor Genealogie', het Dagblad van het Noorden en op Facebook. Het is onvermijdelijk dat een enkele passage in verschillende verhalen voorkomt. De hoofdstukken over de 'stamboom' zijn informatief en kunnen lezers aansporen eens in de eigen stamboom te duiken. Met dit boek kom je een klein beetje dicht bij het verleden en het heden op Terschelling en het gevoel van verbondenheid dat een eilander nooit loslaat.

De verhalen in dit boek zijn opgedeeld in 5 delen. Het 1^e deel **1940-1945 als kind bekeken** bevat een 17-tal verhalen van de kleine Kees die, met een afwezige vader die voor de geallieerden vaart, met verwondering en soms angst de gebeurtenissen ondergaat, maar er ook op uit trekt. Het begint met 'Moord op ome Iemke in de Javazee' en hoe hij vertrok: De zeildoeken plunjezak staat met koord door de nestelringen dichtgeknoopt, in de gang te wachten. Het witte vlaggetje tussen 2 spijkers aan de boom gestoken hangt er droevig bij. Een slim systeem en een teken voor de buschauffeur dat de bus voor het huis moet stoppen. In het volgende verhaal: Omdat we thuis ruimte over hebben, krijgen we in de voorkamer een aantal Duitse soldaten ingekwartierd. Ik kan maar niet begrijpen dat ik van mijn familie niet bij hen naar binnen mag gaan, want ze zijn best aardig. Later, in een ander verhaal: Moe

roept: 'Niet doên, schiet mij dan maar dood!' Gelukkig kan mijn zus met haar schoolduits de man tot andere gedachten brengen en hij vertrekt lallend. Of: 'Nou Neel, wat Kees nou achter diek fonnen hêt!' Opgewonden vertelt hij haar dat ik een zeemijn heb gevonden en dat, toen we al een eind verder gereden waren, de bom ontplofte. 'Dat had niet feul scheeld, Neel,' ... Helaas kan ik me niet meer herinneren of het verhaal van Jort helemaal klopt .. Op een dag wordt ik uit bed gehaald en dan wordt er gezegd: 'Dat is nou je vader'. Maar het wil er bij mij niet in, zo'n wildvreemde man! 'Wie denk je dan dat het is?'

In het 2^e deel **Op Terschelling** maken we kennis met een aantal gebruiken en tradities op het eiland, zoals spinnen, twienen, môskenflappen en uiteraard jutten en stropen, maar ook met eerbetoon aan verdronken redders door hun graven op te knappen en netjes bij te houden.

De begraafplaats 'onder' de Brandaris bestaat al 185 jaar. Je ziet onmiddellijk aan de afbeeldingen van zeilschepen op de grafstenen dat het vaak verwijst naar de zeevaart. Je kunt er niet omheen als je de gebeitelde teksten leest, om even stil te staan bij de vele rampen die de Terschellingers meemaakten. Er liggen veel zeelieden en/of redders van drenkelingen begraven Van de graven van zijn ouders en vier grootouders in Midslân heeft Kees de rechten voor 30 jaar gekocht en ieder jaar gaat hij samen met zijn vrouw Henny, gewapend met staalborstel, zwarte verf en kwastje of kurk, de graven schoonhouden en bijwerken. Een leuke anekdote gaat over Gonda Stada die in de kerk in Hoorn plotsklaps Kees ziet zitten, die de gastprediker een keer wil horen preken en keihard door de holle kerk roept: 'Kees Stada, wat doêst dou hier?' Ik steek traag en minder enthousiast mijn hand op. Massaal draaien alle hoofden zich om; kennissen en ook de badgasten weten nu dat Kees er is en dat het kennelijk uitzonderlijk is, haha. Stropen zit de Terschellinger in zijn aard. Naast het jutten was het stropen een aangenaam tijdverdrijf en welkome aanvulling. Dus als er niet te jutten valt, dan maar wat stropen. Een beetje eilander doet daaraan mee. Ook nog een lijst met Meslânzer plantennamen met eigenzinnige namen als haagjys voor liguster, heideroaske voor duinroos en segaren voor lisdodde.

Het 3^e deel **Vakanties en reünies** vangt aan met zomerhuisje de Bikkel. Als mijn zus Lia ouder wordt en slecht kan zien, vraagt ze me de Bikkel te beheren. Er zijn nog maar 3 huurders en via Facebook en een blog maak ik van de verhuur wat meer werk. Mede omdat de huur laag blijft, verhuur ik dat het 1^e jaar aan 17 huurders. In een ander verhaal het dennenbos van Terschelling, waar ze midden in de nacht getuigen zijn van de landing op de maan met commentaar van 'Apollo Henkie'. Ook een vers in het Terschellinger dialect over de vlag/vijfkleur: reade wolken, blaue lucht, gele helmen, griên ges, wyt sân, dat is 't wapen van Schylgeralân. Over een tocht met zijn zoon: Een Terschellinger zegt níet oostelijkst deel van Terschelling, niet Amelander gat, maar De Hoek. Ik zeg plagerig tegen Henny: 'We blijven natuurlijk daar overnachten en als het

ineens hoogwater wordt en we weg spoelen, hoef je daar niet te zoeken. Hooguit boven Ameland.' In een ander verhaal: Oma zit dan middenin de heide om heide te knippen en maakt met zwart garen een heideslang om een heidemandje te maken. Halverwege het boek een loflied op Terschelling: 'Schylge' en een uitleg over het oude spel 'triepelen', op Ameland 'tiepelen' geheten.

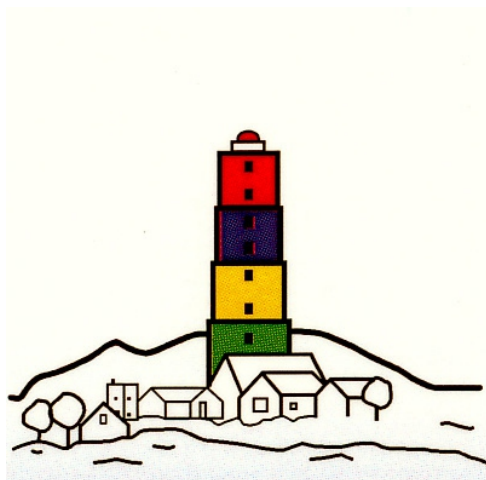
Het 4^e deel **Terschellinger Genealogie** gaat over een interessante, soms dagvullende hobby van Kees, waarover al vele verhalen in diverse media verschenen zijn. Hij pluist met veel enthousiasme de stambomen uit van alle 30 Terschellinger families (inmiddels 83.000 namen), die als 1 grote familie in de computer zit en hij stuit daarbij op bijzondere verhalen en anekdotes zoals "Ineens had ik er broer bij ...". Hij begint met enige uitleg over stamboom, parenteel en kwartier- en gezinsstaat en gaat dan over op zijn eigen stamboom die aanvangt met Jillis Jacobsz Stada uit Makkum die in 1668 met een Terschellinger meisje trouwt en die loopt tot voorbij zijn eigen zoon die in 1998, dus 330 jaar later, in de Brandaris op Terschelling in het huwelijk treedt met een Makkumer meisje. 'Via Internet heb ik contact gelegd met honderden familieleden waar ik het bestaan niet van wist. Een uitgestorven familienaam dook plotseling weer op en paste naadloos aan de grote Terschelling-familie.' Contact met een nazaat uit Nieuw-Zeeland, waar de Terschellinger Johannes Groeneveld in 1861 naar toe verhuist vanuit Ballarat in Australië. Nazaten van Sil de Strandjutter, (vermiste) Terschellingers in het buitenland en in de Koloniën van Weldadigheid in Drenthe en een verhaal over zijn opa die als stuurman voor zijn bemanning zelf een haallied bedacht en zong, waardoor zij met vereende kracht aan een touw trokken en die in een vliegende storm het dramatische 'man overboord' meemaakte. Kees heeft ook (net als 20 andere familieleden) zijn DNA laten analyseren en meldt dat de genetische geschiedenis van zijn Y-chromosoom/DNA teruggaat tot zo'n 60.000 jaar geleden toen zijn voorvader ergens in het huidige Soedan en Ethiopië heeft rondgelopen. Vandaar, via het Arabisch schiereiland, naar Centraal-Azië en toen, circa 30.000 jaar geleden, westwaarts Europa in en na de laatste ijstijd langzaam richting Noord-Europa en de eilanden. Tot slot melding van een milde genetische afwijking, 'De Keltische Klauw', bij meerdere families op Terschelling. Uiteraard gaat Kees nog uitzoeken of dit afkomstig is van een gemeenschappelijke voorouder.

In het 5^e deel **Verhalen vanaf de vaste wal** wordt afgesloten met een aantal prachtige verhalen. SOS 'Man overboord' is herkenbaar voor menig ouder. Kees ligt met migraine op bed, als zoonlief vraagt of hij hem en zijn neefje met de kano's niet even naar Harlingen kan brengen. Na een ½ uurtje vangt Kees de rit aan, maar bij aankomst blijken de peddels nog thuis te liggen! Dus terug naar huis en dan weer naar Harlingen, waar het tij nog net gunstig is om aan de tocht over de Waddenzee te beginnen. Gelukkig zou de uitkijk op de Brandaris een oogje in het zeil houden, maar zij gaan uit van 3 kano's en dus wordt na enige tijd gebeld: 'Kees, er is een kano zoek!'

Het volgende verhaal vind ik een hoogtepunt: het verslag van het WK Snertkoken 2007, waar Kees tot zijn eigen verbazing met snert 'naar het recept van Omoe van Terschelling' tot winnaar bij de amateurs wordt uitgeroepen. 'Snertkoken hobby? Pure oorlog! Ik overdrijf, want het is er oud-Hollandsch gezellig.' Ook het verhaal van de nieuwe Terschelling schoenen waar de koper zelf zo trots op is dat een enkeling begint op te merken dat hij vroeger rechterop liep, is een pareltje!

Het boek sluit af met een **quiz**, die ooit begon bij de Eindejaarsinloop van familie, vrienden, en kennissen rond de meegebrachte stamboom van alle Terschellinger families en die een steeds grotere response in de vorm van inzendingen van de oplossingen bracht. Zoals Kees zelf stelt: 'De quiz is heel erg moeilijk en zie het dan ook als een leuk spelletje, zeg maar bijzondere weetjes. Soms zijn meerdere antwoorden mogelijk. Laat je niet van de wijs brengen door de foto's, soms horen ze bij het juiste antwoord en soms niet. Succes!'

Mocht u meer willen weten of contact zoeken met Kees, ook voor de stamboom: www.stada.nl/terschelling of www.fertelsels.blogspot.com of kees.stada@home.nl



GRONINGEN 2020

ETEN

met gespreksstof

De datums voor eten met gespreksstof in 2020 zijn **ONDER VOORBEHOUD:**

8 september, 14 oktober en 1 december 2020.

De groep bestaat meestal uit 12 tot 15 deelnemers, waarvan 5 koks (m/v).

Er is nog plaats voor enkele enthousiasten. Meegenomen als ze meehelpen het menu compleet te maken. De koks maken soms thuis een deel klaar en in de zaal de rest. Alles in het centrum kan ook, er is hulp genoeg.

Gezellig is het wanneer er met de groep de aardappelen geschild en de groente wordt gesneden.

De inloop is vanaf 5 uur en we drinken dan een kop koffie, thee of een glas fris of wijn. Om 6 uur gaan we aan tafel en na het afruimen kiezen we een onderwerp om over te praten. Na de afwas gaan we naar huis. Het is dan inmiddels halfnegen.



Voor €7 per persoon krijgt je een heerlijk compleet menu, inclusief naar keuze frisdrank, wijn, koffie of thee voor.

**Geef je 4 dagen van tevoren op bij
kees.stada@home.nl of bel 0598-320706.**

Kom gerust eens een keer gezellig vrijblijvend meedoen. Iedereen is welkom in het Humanistisch Centrum, W.A. Scholtenstraat 2 in Groningen.

WANDELEN ZONDAGMIDDAGEN *in Groningen*

Er zijn geen wandelen gepland voor de komende periode in verband met maatregelen rond de Corona-crisis/

Inlichtingen:

Marijke en Pieter Hofman
Tel. 0592 - 343595 /
0619003043.

email: hofbak@ziggo.nl

Ten gevolge van de Coronacrisis hebben we de zondagmiddaglezingen van 22 maart en 24 mei moeten afgelasten. We hopen nu na de zomer weer door te kunnen gaan, en wel op 27 september met een Inleiding door Arjen Struyk over het thema: Onze multiculturele samenleving. Daarna is er op 22 november een lezing gepland die door Sjaak Swart verzorgd zal worden.

We zullen echter pas over een paar maanden een definitief programma dat voldoet aan de dan geldende coronamaatregelen kunnen vaststellen. Dat programma zal worden meegedeeld in de Schakel van september.



in Groningen **ZONDAGMIDDAGEN**

27 september 2020, AANVANG: 14:00 UUR

Humanistisch Centrum,
W.A. Scholtenstraat 2, Groningen

Onze multiculturele samenleving

De vooruitgang is onvermijdelijk

Inleiding door Arjen Struyk

In multiculturele samenlevingen is communicatie tussen groepen met verschillende culturen een centraal probleem. Om dit aan te kunnen pakken is verdraagzaamheid nodig. Hoe kunnen we een verdraagzame houding bevorderen? Dit dient in ieder geval te gebeuren in een vroeg stadium van de opvoeding, dus in het gezin en in het onderwijs. Bijvoorbeeld, racisme dient actief bestreden te worden, en de vrijheid van levensovertuiging en meningsuiting zijn essentieel, onder de voorwaarde dat dit tolerantie van andersdenkenden inhoudt. Aan de hand van voorbeelden uit onze eigen Nederlandse historie zullen enkele actuele problemen aan de orde worden gesteld en tot welke oplossingen dat heeft geleid. Dit zullen we samen bediscussiëren aan de hand van stellingen.

Na de inleiding en discussie is er volop ruimte voor verdere, gezellige gesprekken.

Voor suggesties van onderwerpen en/of aanbiedingen van lezingen kunt u zich richten tot de werkgroepleden: Victor Bom, Donald Elsas en Jeannette & Doekele Stavenga; e-mail: D.G.Stavenga@ruq.nl



BESTUREN

Afdelings

FRYSLÂN

Jan Wijbenga, voorzitter@hvfryslan.nl
Marjoleine Beers, secretaris en ledenadministratie
secretariaat@hvfryslan.nl, 06 5311 2732
Bart van 't Veer, penningmeester@hvfryslan.nl
Roeleke Naber, lid
vacant: vrijwilligerscoördinatie

ASSEN e.o.

Henk van der Zijden, voorzitter, 0592 20 33 12 / 06 23 60 91 01
henkvanderzijden@outlook.com
Fieneke Stronkhorst, secretaris
0592 34 27 20 / 06 21 36 32 23 secre.hvassen@gmail.com
Henk Marrink, penningmeester
0599-35 35 69 / 06-15 96 14 18 penn.hvassen@gmail.com
Ri Veens, bestuurslid, 0592 31 85 27 / 06 14 86 15 72
Agnes Swierstra, bestuurslid, 0592 85 32 21 / 06 28 80 16 80
agnes@swierstra.net

GRONINGEN

Marijke van de Hel, voorzitter
Schuitendiep 29, 9711 RA Groningen
marijkevandehel@gmail.com 050 549 2796
Ieke Verveld, secretaris
secre.hvgron@gmail.com 050 850 3655 06 10264135
Willem Waard, penningmeester
penningm.hvgron@gmail.com
Lenie Kootstra, lid, Leniekootstra@gmail.com
Martijn van Loon, lid, vanloonmac@gmail.com
Ivo Hengst, jong hv: ivo_hengst@hotmail.com

Ledencontact Fryslân

Zuid West

Jac. Konig, 06 5317 2732,
postcodes 8441-8899

Zuid Oost

Sake van der Kloet 0512 342996 /
0650643629 sake@litsriverranch.com
postcodes 8391-8434 en 9109-9296

Noord Oost

Karel Klevringa 06 5362 3715
klevring@home.nl
postcodes 8911-9091

Humanistische uitvaartbegeleiding

0900-9005030 Groningen
0900-3302020 Drenthe
0517 417799 Coördinatie Fryslân

Activiteitencommissie Assen

e-mail: hvassen-activiteiten@outlook.com
Contactpersonen:
Jan Kolkman 0592 413291
Wim Roeleveld 06-51322851

Humanistische geestelijke begeleiding

Het leven vormgeven is niet altijd eenvoudig. Humanistische geestelijke begeleiders helpen - met gesprekken, advies en ondersteuning - om evenwicht te vinden als het even moeilijk gaat. Humanistisch geestelijk verzorgers werken bij defensie, justitie, in de zorg of zijn vrijgevestigd. Vrijgevestigde geestelijk verzorgers kunnen ook helpen vorm te geven aan een humanistische relatievering.

Humanistische Uitvaartbegeleiding

Nabestaanden vinden het moeilijk een toespraak te schrijven of uit te spreken. Een humanistische uitvaartbegeleider helpt u daarbij. Mogelijkheden zijn een gesprek-bij-leven en een gesprek met nabestaanden. Een humanistische uitvaartbegeleider heeft een speciale opleiding gevolgd en biedt hulp op basis van kennis en ervaring. De begeleider is humanist en heeft oog voor de waardigheid en eigenheid van elk mens en begrip voor de kronkelwegen van het leven. Er is een speciale website waar u alle informatie vindt: www.humanistischeuitvaart.nl Telefoonnummers van plaatselijke contactpersonen vindt u achter in de Schakel.

Een executeur testamentair van het Steunfonds Humanisme?

Wat moet er gebeuren als ik er niet meer ben? Het is misschien niet plezierig, maar wel goed om er eens bij stil te staan. Want wie regelt uw uitvaart? Wie zorgt ervoor dat de wensen uit uw testament worden uitgevoerd en handelt allerlei praktische zaken af? Als er in uw omgeving niet direct iemand is om dit voor u te regelen, kunt u het Steunfonds Humanisme als executeur inschakelen. De medewerkers regelen uw zaken met respect, zorg en oog voor detail.

REGIO NOORD

Humanistische contacten

voor een landelijk overzicht van humanistische organisaties: zie www.human.nl

Humanistisch Vormingsonderwijs HVO

HVO Primair- Org. voor docenten HVO en
Levensbeschouwing in het openbaar
basisonderwijs Linda Kuper,
Regiobegeleider Friesland
Mobiel: 06 28053041
bgg: 030-7604812
Mail: l.kuper@hvo.nl
Internet: www.hvoprimary.nl

Filosofiewerkgroep Fryslân

Ron Muijzer, Raard, 0519 22 20 22
ron@muijzer.nl

Humanistisch geestelijk raadslieden

Myriam van der Vorst, 0513 685 739
Tjongerschans Ziekenhuis Heerenveen

Jan Sipma 06 8320 7732
Meriant

Marcelle Mulder, 0515 570870
Zorggroep Tellens
Agaath Heijboer, 050 3613884 of 3612030
a.a.heijboer@umcg.nl

NNCZ/Jannes van der Sleedenhuis
Hoogeveen
Bas van der Sijde, contact: 0528-266944
Nannie Bos

Humanistische geestelijke verzorging bij

Justitie

Dr. S van Mesdagkliniek, Groningen
Jeannette van der Meijde, 050 5221221

Penitentiaire inrichting Ter Apel
Wietske Cuperus

Eva Boer, PI Veenhuizen,
locatie Esserheem 08807 37123
locatie Norgervhaven 08807 36885/36882

GGZ Friesland, locatie Franeker

Wietske Cuperus, geestelijk verzorger
aanwezig: di, do, vrij 06 83 263 099
wietske.cuperus@ggzfriesland.nl

Vrij gevestigde Humanistische Raadslieden

Mirabelle A. Schaub-de Jong
050-5252253 / 0620732179

Jan Sipma
050 2099 1738

Stichting Abraham Vellinga

Piet Postma secr. Murnserdyk 13-15,
8573 WN Mirns piet@pjpostma.nl
N158 RBRB 0706 5789 02

Bijlenga Stichting

Jan Dijkstra jan.dijkstra.mz@gmail.com
Marjoleine Beers secretariaat@hvfryslan.nl

Humanitas Assen

Brunelstraat 77, 9404 KB Assen
0592 311 121 assen@humanitas.nl

Humanitas Groningen

A-kerkhof 22 ZZ, 9711 JB Groningen
050 3120633 info.noord@humanitas.nl

Humanitas De Stellingwerven

Secr. Hieke Scheletens, Laak 48, 8431 MZ
Oosterwolde, jaapscheltens@hethnet.nl
DeStellingwerven@humanitas.nl
penningmeester: Rikus Hermelink

Humanitas Leeuwarden

leeuwarden@humanitas.nl

Humanitas NO-Friesland

no.friesland@humanitas.nl

Humanitas NW-Friesland

nw-friesland@humanitas.nl

De Fryske Marren (DFM)

defriesemerren@humanitas.nl

Humanitas Smallerland/Opsterland

smallerland-opsterland@humanitas.nl

Humanitas ZW Friesland

zw-friesland@humanitas.nl
Hennie Boschma-Feenstra scr.
0515-575138

Humanitas Heerenveen

heerenveen@humanitas.nl



3	AGENDA
4	Sprookje
7	Waarheid
8	Solidariteit & verantwoordelijkheid
10	IM Doaitse Swierstra
13	Geluk is ook niet alles
14	Kunst van het ongelukkig zijn
16	Geluk
19	ALV Fryslân
20	IM Rob Bakker
22	De Schakel komt bij u thuis:
23	laat u horen!
24	Verdiepingsdag
25	Palavers
27	Filosofiecafé Fryslân
29	ALV Groningen
31	Schatkist vol herinneringen
32	Boekbespreking
37	Eten met gespreksstof
38	Wandelen?
39	Zondagmiddag in Groningen
40	Besturen
41	Adressen

INHOUD