

WE MUST BE THE CHANGE WE WISH TO SEE IN THE WORLD

Jouw e-mail adres zit in ons bestand . Aangezien we je graag als lezer behouden, bieden we jou bij deze een gratis elektronisch tijdschrift aan.

LET OP: vanaf 1 oktober 2009 verbiedt de wet om zomaar mails te sturen. Als je geen e-mail wilt ontvangen van Asmi-ikben, klik dan op [verwijderen](#) en schrap jezelf van onze verzendlijst (of beantwoordt deze e-mail met in de onderwerpregel 'Verwijderen').

DE GROTE BEK IS ALOM AANWEZIG



Theodore Dalrymple is in Engeland jarenlang gevangenispsychiater geweest en schrijft boeken en artikelen die waarschuwen voor de gevaarlijke egomanie die de samenleving doordrenkt. Tijdens zijn reizen in Afrika was hem iets opgevallen. Vertelde hij aan de VPRO. In sommige landen was een dictator aan het bewind. Een bepaald onprettige manier van geregeerd worden. Niettemin waren vrijwel alle mensen die hij sprak buitengewoon vriendelijk en voorkomend. Zachtmoedig zelfs.

Hij bracht het als een verbazingwekkend feit. Alsof een dictator alleen maar nare onderdanen kan kweken, of dat alleen nare mensen een dictator kunnen voortbrengen. Zijn verbazing verbaasde mij.

Het is mogelijk dat een dictator juist de kans krijgt omdat de bevolking al te meegaand is. Opstandigheid is niet de meest geprononceerde eigenschap van lammeren. Omgekeerd redenerend zal een zelfbewust volk niet zo snel een dictator de ruimte geven.

Waar een Dalrymple veel hufters ontmoet, moet de overheid wel toegankelijk zijn. Dat is precies zijn thema. Hij betoogt dat de verwording van de westerse beschaving wordt veroorzaakt door de grote toegankelijkheid jegens dat deel van de bevolking, dat niet weet om te gaan met vrijheid en verantwoordelijkheid. Kiezen egoïsten uit welbegrepen eigenbelang een zachte overheid of brengt een zachte overheid egoïsten voort?

Ook andere reizigers valt in arme landen vaak op met hoeveel waardigheid de armoede en gebrek aan perspectief daar worden gedragen. Het weinige dat men heeft deelt men. Winst kunnen mensen behalen door te delen, elkaar te helpen en te steunen, door in het gemeenschapsleven vreugde en geluk te vinden, en niet in het najagen van egoïstische verlangens.

Het beroerde is dat overall waarde Westerse levensstijl en welvaart doordringen, het moeilijker wordt om de solidariteit te handhaven. Terwijl je het omgekeerde zou verwachten. Wie rijk is moet immers nog beter kunnen delen dan wie arm is. Het lijkt onmogelijk in een samenleving als de onze zachtmoedigheid en waardigheid te bewaren. Zelfbeheersing is een eigenschap die niet hoog wordt gewaardeerd. Assertiviteit is het woord. Daar kun je cursussen voor volgen. Hoe belangrijk het ook is voor jezelf op te komen, een grote bek haalt de schreeuwer meer naar beneden dan een beheerst gevoel van eigenwaarde.

Dalrymple heeft gelijk dat de grote bek onze maatschappij kapot maakt. Maar die grote bek is niet uitsluitend voorbehouden aan de lagere klassen in de samenleving, zo als Dalrymple wil. De grote bek is overall, juist ook in de hogere regionen waar hebzucht eerder regel dan uitzondering is.

De terugkeer van het begrip 'waardigheid' zag ik even in het welbekende 'rugzakje'-systeem. Niet meer afhankelijk van instanties en formulieren en niet meer gedwongen tot dankbaarheid voor elke toegeworpen vriendelijkheid konden mensen hun eigen behoefte aan zorg organiseren op de manier die het beste bij hen paste. Maar er schoof zich een hulpverlenersindustrie tussen de man of vrouw met de potentiële rugzak. Die helpers maakten bovendien de regeling fraudegevoelig. Opeens hadden veel meer mensen 'recht' op een rugzak dan gedacht. Waardigheid werd vervangen door hebzucht.

De democratie wordt verpest door de dictatuur van de hebzucht en het egoïsme. Onweegbare waarden als vriendschap en onbaatzuchtigheid zijn zeker nog hier en daar te vinden, maar zijn niet de kurk waarop onze maatschappij drijft. Omdat we het zo goed hebben, zijn we slechtere mensen geworden. Dit is geen pleidooi voor de nieuwe armoede, hoewel we de voordelen van een crisis niet moeten onderschatten. Het is een pleidooi voor ten open en solidaire samenleving bevrijd van het cynische egoïsme. Een permanente Sire-campagne voor verantwoordelijk gedrag en zelfbeheersing.

Overgenomen van Nelleke Noordervliet, Trouw 7 januari 2012

NATUURLIJKE DRANKJES TEGEN WINTERSE KWALEN



In de strijd tegen verkoudheid, afeten, misselijkheid, een opgeblazen gevoel en hoest laat je je al gauw overhalen tot drankjes en pilletjes uit de tv-reclame. Maar wist je dat je voor deze kwalen ook zelf een heilzame smoothie of kruidendrank kunt maken? In Medisch Dossier staan deze maand 8 gezonde drankjes die helpen tegen veel voorkomende winterse klachten.

- Bij verkoudheid

Een kiwdrankje vol met natuurlijke vitamine C: Twee kiwi's, een kwart ananas, een sinaasappel (zonder pitjes), een centimeter verse gemberwortel. Alles geschild en in stukjes in de blender, met een half mespuntje cayennepeper.

- Bij afeten

Meloen voor de mond: Een kwart honingmeloen, ontpit, geschild en in stukjes, 90 gram witte kool in stukjes, 2 afgestreeken theelepels (rode) ipepoeder, 1 eetlepel gemalen pompoenpitten. (Kun je ook zelf malen of stampen in een vijzel). Rode ipepoeder komt van de Noord-Amerikaanse iep (Ulmus Rubra) en is te koop bij de meeste reformwinkels.

- Tegen rinderigheid

Venkel-en-kamillethee: Zet thee van een zakje kamillethee met 180 ml kokend water, laat een kleine venkelknol in kleine stukjes een tijdje erin trekken.

- Om eetlust te stimuleren

Sapje van grapefruit, citroen en gember: Een halve grapefruit, een kleine citroen, een appel, alle geschild, ontpit en in stukken in de blender met een centimeter geschilder verse gember.

- Tegen obstipatie

Sapje van appel, pruim en Aloë Vera: Twee geschilder appels, 65 g pruimen, alle ontpit en in stukjes pureren met 250 ml water en 1 theelepel (puur) aloë-verasap. Bij ernstige obstipatie: een halve theelepel psylliumvezels toevoegen, verkrijgbaar via de apotheek.

- Tegen hoest

Warme sinaasappelkruidendrank: Twee grote takjes verse tijm, zes verse salieblaadjes, grof gehakt laten trekken met 250 ml kokend water, 1 theelepel biologische honing (niet verhit tijdens productie), een uitgerst teentje knoflook, sap van een grote sinaasappel en vier druppels vloeibare Echinacea. (Je kunt ook een kwart van de aangegeven dosis Echinacea voor volwassenen aanhouden). Salie is vers of gedroogd te koop op de markt of bij de supermarkt. Echinacea is te verkrijgen bij de reformwinkel.

- Tegen misselijkheid

Thee van gember en korianderzaad: Een centimeter fijngesneden verse gember en een theelepel korianderzaad een tijdje laten trekken in 250 ml kokend water. Gember is vanwege zijn bloedverdundende eigenschappen beter niet te gebruiken in combinatie met Aspirine.

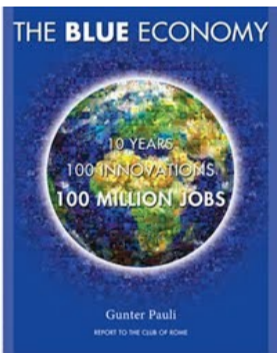
- Bij diarree

Banaan met rijstmelk: Een grote rijpe banaan met 125 ml rijstmelk, 125 g biogarde of yoghurt met acidophilus (liefst geiten- of schapenyoghurt) en een mespuntje nootmuskaat in de blender. Zowel de banaan als de nootmuskaat hebben goede eigenschappen tegen diarree.

Minstens zo gezond en ook nog eens veel lekkerder dan de bittere pilletjes van de drogist!

Bron: Medisch Dossier, februari 2012

BLAUW IS HET NIEUWE GROEN



Gunter Pauli, auteur van The blue economy, legt uit hoe we kunnen innoveren door naar de natuur te kijken. Het resultaat: meer welvaart en meer banen.

Waarom 'blauw'?

'Vanuit het heelal gezien is de aarde blauw. Door al het blauwe water en de blauwe lucht is de aarde in feite een blauwe soort.'

'De groene economie heeft ernstige tekortkomingen: we vragen consumenten om meer te betalen voor minder kwaliteit, we vragen geldschieters om meer te investeren voor minder rendement. Misschien werkt dat voor een klein deel van de wereldbevolking zolang het goed gaat met de economie. Maar we worden geconfronteerd met een economische crisis en de werkloosheid is overall hoog. Het is dus niet logisch te verwachten dat mensen meer gaan betalen zonder dat ze daar betere kwaliteit voor terugkrijgen, of meer gaan investeren en genoeg nemen met een lager rendement. Een economie van hogere prijzen en lager rendement gaat gewoon niet werken.'

'Ik zeg niet dat we in het verleden dom bezig waren. Wat we op dit moment hebben, is het beste wat we konden bedenken. Nu kunnen we onszelf een schouderklopje geven en zeggen: "Goed gedaan, laten we daarmee doorgaan." En we kunnen zeggen: "Eens kijken of we het nog beter kunnen doen." Ik denk dat de groene economie een interessant begin was, maar in tijden van crisis moeten we naar een ander type economie kijken: een economie die minder investeringen nodig heeft, een economie met meerdere geldstromen die sociaal kapitaal opbouwt, een economie die kan voldoen aan onze basisbehoeften met wat er voorhanden is.'

Een blauwe economie heeft bedrijven nodig. Bestaan er al 'blauwe bedrijven'?

'Ja, ik weet zeker van zo'n honderd businessmodellen, in verschillende delen van de wereld, die deze fundamentele verschuiving in de economie vertegenwoordigen. Elke zakelijk leider in welk segment van de markt dan ook zal erachter komen dat wat deze pioniers doen helemaal niets te maken heeft met wat de grote bedrijven ons vandaag de dag te bieden hebben.'

Geef t u eens een voorbeeld.

'Neem de batterij. Wie kan zich een computer, mobiele telefoon of hoortoestel voorstellen zonder batterij? Maar natuurlijke systemen produceren constant elektriciteit uit verschillende bronnen die niets te maken hebben met batterijen of accu's, en ook niet met fossiele brandstoffen, kerncentrales of windturbines. Wat kunnen we leren van een boom die elektriciteit opwekt via zijn gewicht op de rotsen? Hoe kunnen we elektriciteit creëren door kalium, natrium en calcium te genereren, de manier waarop ons hart werkt? Als we eenmaal begrijpen hoe elektriciteit wordt opgewekt in ecosystemen over de hele wereld - van Afrikaanse woestijnen tot Antarctica, van het Amazoneregenwoud tot het afval in onze eigen achtertuin - dan kunnen we beginnen met het opnieuw ontwerpen van honderden producten. Daar liggen de grootste mogelijkheden.'

Maar er zijn al heel veel groene, oplaadbare batterijen verkrijgbaar. Bieden die niet een afdoende oplossing voor het batterijprobleem?

'Een groene batterij is nog steeds een batterij, en voor alle batterijen is mijnbouw nodig. In een blauwe economie kunnen we deze afhankelijkheid van metalen tot nul terugbrengen. Niet alleen gebruiken we dan geen loodzuur en cadmium meer, maar ook geen zeldzame aardmetalen, die nu nog steeds nodig zijn voor die zogenaamde "groene" batterijen. Daarom kunnen groene batterijen nooit bijdragen aan een duurzame wereld. Als je de batterij helemaal wegdenkt, ontstaat er ineens een heel nieuwe wereld.'

'Het is geen fantasie. Het gaat om een visie die kan worden vertaald naar de werkelijkheid. Een van mijn mentoren vertelde me ooit dat sommige mensen dromen om aan de realiteit te ontsnappen, maar ik droom om de realiteit te veranderen. Ik denk dat we dat aan jonge mensen moeten voorleggen, die opgroeien in een wereld met veel werkloosheid, een wereld waar we niet in staat zijn te zorgen voor genoeg eten of drinkwater voor een miljard mensen. Tegen deze jonge mensen moeten we zeggen: "We kunnen dromen en de realiteit veranderen - voorgoed."

CHEMIECONCERN MONSANTO GROOTSTE ZAADBEDIJF



Wereldwijd heeft het chemieconcern Monsanto momenteel 23% van de zaai- en pootgoedmarkt in handen. In de afgelopen 5 jaar heeft het bedrijf drie grote internationaal opererende zaai- en pootgoedbedrijven in Nederland opgekocht: naast De Ruiter Seeds ook Western Seed en Seminis. Daardoor beheert Monsanto nu ook de wereldmarkt voor groentezaden.

Daarnaast is Monsanto marktleider in genetisch gemanipuleerde koolzaad, soja, mais, suikerbieten en katoen en hebben ze een groot marktaandeel in de verkoop van pesticiden. "Boeren en tuinders worden steeds afhankelijk van grote zaai- en pootgoedbedrijven. Gepatenteerde zaden maken dat alleen maar erger," zegt Flip Vonk, werkzaam op een tuinderij en aanwezig bij de actie.

Monsanto is een chemisch bedrijf dat groot geworden is door de productie van pesticiden, Agent Orange en PCB's.[2] Na talloze schandalen rond deze chemische middelen heeft het bedrijf een nieuwe marktstrategie gevonden: ontwikkeling en verkoop van gepatenteerde, genetisch gemanipuleerde gewassen. Deze worden geteeld in enorme monoculturen, met overmatig gebruik van kunstmest en pesticiden. "Monsanto vertegenwoordigt een destructief model van chemische landbouw", vinden de actievoerders.

Landbouw en klimaatverandering

Het huidige landbouwsysteem, gebaseerd op massale import en export, is afhankelijk van het gebruik van fossiele brandstoffen. Chemische landbouw is verantwoordelijk voor een kwart tot een derde van de uitstoot van alle broeikasgassen. Meer dan 80% van de geteelde gewassen zijn resistent gemaakt tegen onkruidgif, de rest maakt zelf gif aan tegen insecten. Deze wijze van voedselproductie is bijzonder schadelijk voor mens, natuur en klimaat. Gewasgewassen gaan niets bijdragen aan oplossen van het klimaatprobleem.

Monsanto lid Ronde Tafel Verantwoorde Soja

Monsanto neemt deel aan de 'Ronde Tafel voor Verantwoorde Soja' (RTRS), een initiatief om genetisch gemanipuleerde RoundupReady gifsoja van een groen en verantwoord imago te voorzien. Het bijbehorende keurmerk wordt in Juni 2010 gelanceerd.

Genetische manipulatie wordt vaak gepresenteerd als oplossing voor het voedselprobleem. Ondanks 15 jaar teelt van genetisch gemanipuleerde gewassen kende de wereld in 2009 een recordaantal hongerende mensen. Onderzoek heeft laten zien dat genteel geen grotere opbrengst geeft[3]. "Het voedselprobleem vraagt om heel andere oplossingen. We moeten weg van de grootschalige chemische landbouw. Nodig is een radicale omslag naar lokale voedselproductie in evenwicht met de natuur, zonder pesticiden en zonder genetisch gemanipuleerde gewassen. Een wereld zonder Monsanto is een stap in de goede richting," aldus Miranda de Boer van Verdelg Monsanto.

Als u wilt dat we uw naam van onze verzendlijst verwijderen, [klikt u hier](#).

Vragen of opmerkingen? Stuur een e-mail naar info@asmi-ikben.nl