



'De aarde is onze Moeder, is heilige grond, daar loop je met blote voeten op' zeggen de Aboriginals. Wat gebeurt er als je bewust verbinding zoekt tussen je lichaam en de aarde?

## De aarde die ons draagt

Als jong meisje ging ik op ballet. Danseres of balletlerares of danstherapeute: dat waren mijn toekomstdromen. Maar ik werd theoloog en ik bleef dansen. Naast ballet kwam meditatieve dans en daarbij kwam bibliodans. Dit laatste is een methode waarin bijbelse teksten, thema's en beelden met beweging onderzocht worden. 'Het Woord in beweging' werd mijn leidraad: als voorganger in de liturgie en in de dansprogramma's die ik begeleid.

### LIGGEN IS TOEVERTROUWEN

Hoe is de verbinding met de aarde als wij dansen? Die verbinding is lichamelijk: als we met onze voeten op de aarde staan, is het de aarde die ons draagt. Als we lopen zijn het onze voeten die ons de weg wijzen. Maar het duidelijkste is die verbinding er voor mij als we op de grond liggen. Liggend voelen we onze botten in contact met de grond en hoe onze spieren ontspannen en loslaten. Liggen is toevertrouwen, overgave, afhankelijkheid. Liggen tijdens het dansen is ook: ontdekken dat de aarde je weer omhoog duwt; de beweging wil verder en gaat op enig moment 'omhoog'.

Een voorbeeld. In de veertigdagentijd werkte ik een keer met psalm 130: 'Uit de diepten roep ik U, Heer.'

Na een goede opwarming lezen we samen de psalm. In de loop van mijn programma nodig ik de deelnemers uit om op de grond te liggend de tekst te lezen. Hierna leggen ze de tekst weg en laat ik hen vanuit deze liggende houding bewegen. De overgave aan de eigen diepte wordt door het liggen intenser ervaren. De bewegingen zijn traag, tastend, maar soms ook krachtig en doelgericht: de psalm krijgt een aardse diepte. Dan nodig ik hen uit om rond te lopen met de woorden 'Blijf vertrouwen op God'. Ik vraag ze om het lopen door die woorden te laten bepalen: snel, langzaam, grote of kleine stappen? In het nagesprek hoor ik hoe dit raakt aan eigen ervaringen, aan keuzes om trouw te blijven aan de eigen weg.

### DE AARDE EN JEZELF EREN

Je laten dragen én je eigen weg gaan: de aarde nodigt mij uit om beide te doen. Verbinding zoeken met de aarde helpt me om me hiervan bewust te worden. Mij toevertrouwen aan de aarde is als

Als wij het land verkopen moet u bedenken dat het gewijde grond is en u moet uw kinderen leren dat het heilig is.

Wat er met de aarde gebeurt, gebeurt met de kinderen van de aarde. U moet uw kinderen leren dat de grond onder hun voeten de as van onze grootvaders is. Leer ze eerbied voor de aarde, vertel uw kinderen dat de aarde vervuld is van de levens van onze voorouders: dat de aarde onze moeder is.

Wat er gebeurt met de aarde, gebeurt met de kinderen van de aarde.

Dit weten wij: de aarde behoort niet aan de mens. De mens behoort aan de aarde.

OPPERHOOFD SEATTLE

UIT DE REDE 'HOE KUN JE DE LUCHT BEZITTEN?', 1854.

een eren van de aarde én van mezelf. Het is ook: ontdekken (en genieten van) wat er nu is én wat mijn volgende beweging is. Dat kan op ieder moment van de dag. Stilstaan, liggen, lopen of dansen: de aarde kan in samenspel met het lichaam richtingwijzer zijn. ■

**Leonie van Straaten** is theoloog met specialisatie dans en priester in het Oud-Katholieke bisdom Utrecht.

ZIE VOOR MEER MATERIAAL [WWW.HETWOORDINBEWEGING.NL](http://WWW.HETWOORDINBEWEGING.NL)  
EN [WWW.7EVENDEHEMEL.NL](http://WWW.7EVENDEHEMEL.NL)