

DANS ALS EEN SPEL MET HEILIGE RUIMTE

Riëtte Beurmanjer

Een dansante lezing van psalm 23

Bibliodans is een dansmethode die mensen helpt zich bijbelverhalen eigen te maken. Door middel van beweging en improvisatie verkennen de dansers de verhoudingen, emoties en spanningen van en tussen de personages in een bijbeltekst. In dit artikel legt Riëtte Beurmanjer aan de hand van Psalm 23 uit hoe dat gaat.

Drs. R. Beurmanjer is theologe en dansdocente en geeft workshops en cursussen (biblio)dans voor de zevende Hemel en het Ignatiushuis (Amsterdam).

Je hoeft niet bang te zijn in het donker. God is toch bij je?', zei mijn tante Maaïke, toen ze merkte dat ik bang was in de donkere kamer. Dezelfde tante gaf me mijn eerste boekje: over een goede herder die toch minstens één bang schaapje terugbracht bij de kudde. Bij de voorbereiding van dit artikel over psalm 23 schoten mij deze herinneringen weer te binnen. En daarmee de sfeer van vertrouwen en het besef van G'ds aanwezigheid die ze opriep, zoals ze dat deed met haar persoon en aanwezigheid. Misschien hebben deze en andere dergelijke ervaringen wel de basis gelegd van mijn altijd weer zoeken naar de verbinding tussen Bijbelse teksten en mijn leven van alle dag. En voor het ontwikkelen van de methode waarin ik met anderen met bijbelverhalen werk: bibliodans.

Bibliodans

Bibliodans is een praktijk waarin de deelnemers zichzelf vormen in een christelijk-spiritueel zelfverstaan door middel van geïmproviseerde dans bij teksten en thema's uit de bijbelse traditie. Deze vorm is ook wel bekend als 'dans en meditatie' of 'dans en christelijke spiritualiteit'. Bibliodans vertoont familiegelijkenis met bibliodrama en *sacred dance*. Net als in bibliodrama gaat het om een zich toeëigenen van een bijbeltekst. Anders dan in bibliodrama gebeurt dat niet zozeer doordat men zich vereenzelvigd met een van de personages in het verhaal, maar door te dansen naar aanleiding van beelden, spanningen en ontwikkelingen in de tekst. In *sacred dance* nemen dans en meditatie een belangrijke plaats in. Maar waar in de *sacred dance* kringdansen met vastgelegde bewegingen bij ruimtelijke symbolen centraal staan, maakt bibliodans gebruik van zelf geïmproviseerde bewegingen en bijbelse teksten en thema's.

Workshops bibliodans worden gegeven in gemeenten en bezinningscentra, in het kader van studiedagen van beroepsgroepen als predikanten en geestelijk verzorgers, mensen die werkzaam zijn in de gezondheidszorg etc. Soms komt uit een workshop een vorm voort die gepresenteerd wordt in een viering – dan wordt de bibliodans liturgische dans. Workshops bibliodans worden aangeboden door De zevende Hemel, centrum voor bibliodrama en dans en door mensen die door deze stichting getraind zijn.

Vanuit de bijbelwetenschap gezien is bibliodans een vorm van lezersgerichte exegese. De betekenis van de tekst wordt niet primair gezocht in de betekenis die de schrijver of redacteur voor zich zag, of in de betekenis die in de tekst 'op zich' te vinden is, maar in de betekenis die de lezer er in het leesproces ontwaart. Daarin vertoont het gelijkenis met bijvoorbeeld de *lectio divina* en exegese vanuit feministisch perspectief. Het eigene van bibliodans is dat dans de manier van lezen is.

Wat is nu de weg waarlangs deze leeswijze tot stand komt? En wat voor soort zelfverstaan brengt deze voort? Dat wil ik duidelijk maken aan de hand van een 'dansante' lezing van psalm 23. Deze weg kent vier stappen: de lezing van tekst door de begeleider als basis voor dansopdrachten, de dansinstructies tijdens de danssessie, de dans zelf en de uitwisseling tussen de dansers onderling over wat ze in de dans hebben ervaren. Op al deze momenten speelt de dans een cruciale rol. De dans geeft de hermeneutische toegang tot de ruimte en betekenis van de tekst.

Danselementen in de tekst

Kijk ik als bibliodansbegeleider naar de tekst met het oog op het maken van dansinstructies, dan zoek ik welke mogelijkheden tot beweging de tekst geeft. De methode van de dansexpressie, ontwikkeld met het oog op het dansonderwijs aan kinderen, reikt mij daarvoor een aantal vragen aan. Zijn er beelden of symbolen die tot dansen uitnodigen? Is er een muzikale ingang tot een dans bij deze tekst? Zijn er dramatische gegevens om tot dansen te komen: gevoelens, spanningen, tegenstellingen of ontwikkelingen? Welke bewegingselementen spelen een rol? Welke acties, houdingen, gebaren zijn er te vinden in de tekst? Hoe wordt er door de ruimte bewogen? Is er een specifiek gebruik van tijd? Welke kracht of kwaliteit van bewegen ontwaart ik in de tekst? Welke rollen en relaties zijn er in de tekst te vinden? Laten we eens kijken wat we in psalm 23 tegenkomen.

Er is iemand – ik noem hem de dichter – die ligt, die gaat en die zit.

Er is iemand – de herder en gastheer – die de dichter doet neerliggen, die bij hem/haar is, die een

tafel bereidt en zalft. En dit laatste ten overstaan van belagers die toekijken.

De ruimte waarin dit alles plaatsvindt, wordt gekarakteriseerd als grazige weide, een aartsdonker ravijn en een tafel.

Er is een spanning tussen tekort en overvloed, tussen onrust en rust, tussen vrees en vertrouwen, tussen belaagd zijn en welkom zijn.

Naast de verschillende ruimtes vind ik als beelden een herder met een stok en staf, een gastheer met een tafel en olie.

Er is een sfeer, kwaliteit van rust, troost en overvloed.

Dansinstructies

Wat zou nu een goede ingang zijn om de dansdeelnemers mee te nemen in de beweging van de tekst? Ik ontkom er niet aan een keuze te maken. Kan ik zo kiezen dat er genoeg ruimte is voor de dansers om tot een eigen beleving van de tekst te komen?

Bibliodans is een lezersgerichte methode. Het gaat erom dat de lezers, in casu de dansers, een weg gaan met de tekst en zien welke gevoelens en betekenissen die bij hen oproept. En hoe kan ik de tekst recht doen? Ik herinner me het beeld van de tekst als een weefsel: als je een draad neemt komt het hele weefsel mee. Ik kan erop vertrouwen dat via één ingang het geheel van de tekst zal opengaan. Verder zal ik tekst en lezer niet als twee elkaar uitsluitende grootheden beschouwen, maar als twee polen waartussen een beweging heen en weer gaat.

Als ingang kan ik de bewegingen van de dichter kiezen, die van de herder en gastheer, die van de belagers en hun onderlinge relaties. Ik kan de kwaliteit van de ruimte als uitgangspunt nemen of ik kan beginnen met de beelden van herder en gastheer. Ik kan de aandacht richten op tekort en overvloed. Ik kan de scene met de belagers uitwerken

Vanwege het thema van deze *Interpretatie* besluit ik om te beginnen met de ruimte met bijbehorende kwaliteiten. Via de beweging wil ik de dansers de kwaliteit van de ruimte laten ervaren: de dichter ligt, gaat en zit. Dat zijn heel basale bewegingen. Hoe kan ik zo instructies geven dat het dans wordt: een beweging die gekenmerkt wordt door een spel met ruimte, tijd en kracht/kwaliteit? Zit er beweging in liggen, gaan, zitten? Ja: je kunt recht liggen of krom, je draait je om, je woelt, je ligt op je buik, je rug, je zij. Je ligt rustig en ontspannen of onrustig en gespannen. Ik zal de dansers dus vragen te liggen en dan te bewegen op al deze verschillende manieren. Ik zoek muziek die hen in een stroom van liggende bewegingen zal brengen. Datzelfde zal ik doen ik met betrekking tot het gaan: loop afwisselend slofend, springend, op de tenen, met knikkende knieën, vooruit, achteruit, kronkelend door de ruimte of in rechte lijnen, losjes en licht of gespannen en zwaar.



En: in hoeveel verschillende houdingen kun je op een stoel zitten?

Foto Riëtte Beurmanjer

Als de mogelijkheden tot beweging verkend zijn, is het tijd om naar de tekst terug te gaan. Het liggen, gaan en zitten spelen zich af in grazige weiden en aan rustige wateren, in een aartsdonker ravijn, aan een tafel van overvloed. Zo ontstaat de volgende instructie: laat je dansen kleuren door de sfeer van de verschillende ruimtes.

Tekst en de dans vragen echter beide om meer: Er zijn spanningsvelden in de tekst en dansen vraagt naast variaties in kleur van de beweging ook om tegenbeweging. Er is beweging tussen onrust en rust, tussen vrees en vertrouwen, tussen belaagd zijn en welkom. De volgende instructie luidt daarom: dans liggend tussen onrust en rust, gaand tussen vrees en vertrouwen, zittend tussen belaagd en welkom zijn.

En er is nog meer: De overgang van de ene beweging naar de andere, van de ene sfeer naar de andere

is niet bewerkstelligd door de dichter alléén: deze komt tot stand in relatie met de herder, de gastheer, de Gij van vers 4. Welke beweging is er tussen deze twee? Dat aan het licht brengen vraagt om duetten, het dansen in tweetallen. Zal ik de dansers een rol laten kiezen, de een als de dichter, de andere als herder of gastheer? Maar dan is de kans groot dat er gespeeld of gemimed gaat worden. En het eigene van bibliodans is: dans. Daarom ontwerp ik een opdracht die de dansers brengt bij de dynamiek tussen de twee personages: Verdeel je in tweetallen. A start met onrustige gaande bewegingen, B probeert A tot rustig liggen te brengen. Of: A danst met gaande bewegingen (lopen, kruipen, rollen etc.) met de ogen dicht en zoekt zich zo een weg door de ruimte; B zoekt op welke manieren zij bij hem kan blijven: dichtbij, veraf, voor, achter, naast, aanrakend, om hem heen gaand. Of: A en B laten in een dans tussen het hoofd van A en de handen van B een dans ontstaan die een overgang van 'belaagd' naar 'overvloed' maakt.

Foto Riëtte Beurmanjer

Nu ik enkele aspecten van de tekst in dansopdrachten heb vertaald en ze op een dynamische wijze met elkaar verbonden heb, is het tijd om ze te verbinden met het 'zelf' van de dansers.

Zelfverstaan

Dansen is een lichamelijke activiteit en activeert dus de belichaamde ervaring: ervaringen, verlangens, fantasieën en idealen die in het lichaam zijn opgeslagen resoneren mee. Dans gaat dus per definitie over het zelf van de danser. Tijdens het dansen blijft dit onbewust, soms vaag bewust, en soms komt het als een scherp invallend inzicht naar voren.

Zelfverstaan vraagt erom dat de min of meer diffuse gevoelens bewust gemaakt worden in een zekere vorm van reflectie. Met wat voor vragen kan ik zelfverstaan bevorderen? Dat zal in iedere fase van de sessie weer anders zijn. Het is belangrijk dat de formulering van de vragen de mensen niet in een analytische houding brengt. Dansen vraagt om een zich verenigen met de beweging en met zichzelf. Als men te zeer een toeschouwer van zichzelf wordt, stopt de beweging en het beleven ervan. Dit vraagt om taal die verbindt en integreert. In de fase van het spelen met beweging, kan ik vragen: speel met de beweging, volg de impulsen van je lijf en zie waar dat je brengt. Bij het dansen naar aanleiding van de tekst bijvoorbeeld: in welk spanningsveld bevind je je op dit moment: die van tekort, onrust, vrees, belaagd zijn of rust, vertrouwen, welkom zijn en overvloed. Of: naar welk van de ruimtes uit de tekst verlang je op dit moment?

Na het dansen nodig ik de dansers uit te verwoorden wat ze ervaren hebben en met elkaar uit te wisselen, hoe die ervaring samenhangt met hoe ze zichzelf ervaren in het leven van alledag. Herkennen ze



zich in wat de tekst aangeeft? Daagt de tekst hen uit tot iets wat ze nog niet kennen? Willen ze de tekst tegenspreken?

Zo kunnen de dansers hun plaats bepalen in en ten overstaan van de tekst en een verbinding leggen tussen hun levensverhaal en het bijbelverhaal. Ze vinden een plaats in de ruimte tussen rust en onrust, vrees en vertrouwen, belaagd zijn en welkom zijn, tekort en overvloed. Ze begeven zich in de dynamiek tussen G'd en mens zoals door de dichter verwoord. Zo groeit een christelijk spiritueel zelfverstaan: een zelf dat een plaats heeft in 'het godmenschelijk betrekingsgebeuren' aan de hand van bronteksten uit de christelijke overlevering.

Wezenlijk hierbij is dat het 'zelf' zich al dānsend ontwikkelt als belichaamd, spelend, onderzoekend, scheppend, niet wetend, impulsen volgend en verbeeldend, als een zelf in dialoog met zichzelf, met de dichter, met G'd zoals die in de tekst naar voren komt en met anderen.

Heilige ruimte

Het thema van dit nummer is 'heilige ruimte'. Waar vinden we in wat ik schreef 'heilige ruimte'?

Heilig kan betekenen: afgezonderd, heel, glanzend, in verbinding met G'd.

Bibliodans schept een ruimte afgezonderd van het alledaagse, een tijdelijke gemeenschap van dansers. In deze ruimte vindt de danser tijd om tot zichzelf te komen en te zoeken naar bronnen van zelfverstaan en oriëntatie voor het leven van alledag. Soms is er een ervaring die zich verdicht tot een: 'gij bij mij'. De ruimte wordt geheiligd door het 'heilig verlangen'

van de dansers en door de momenten van 'Gij bij mij'.

Met de bewegingen die de danser creëert opent ze voor zichzelf de heilige ruimte van de tekst.

Tegelijkertijd opent de tekst in het lichaam van de danser de ruimtes waarvan hij spreekt: de grazige weides, het aartsdonker ravijn, de tafel van overvloed, gekenmerkt door: 'Gij bij mij'. In dit wederzijds binnengaan in elkaars ruimte wordt het lichaam van de danser zelf 'heilige ruimte'. De danser kan zichzelf gaan verstaan als een 'heilig zelf'.

Tekst en dans maken duidelijk dat dit heilige vele dimensies heeft. Niet alleen de ruimtes die rustig zijn en van overvloed getuigen zijn heilig, maar ook de donkere, enge ruimte en die waarin men belaagd wordt. Ook daar immers: 'Gij bij mij'. Niet alleen in harmonische, lichte, zachte, vloeiende, ronde bewegingen kan het heilige gevonden worden, maar ook in chaotische, gegronde, scherpe, hoekige bewegingen met veel spanning. Niet in alleen toewending en vertrouwen is het heilige te vinden, maar in een spel van afwenden en toewenden, verzet en overgave, kortom in een dynamische bewegingsruimte met vele kleuren. Deze 'heilige ruimte' komt tot stand in lichaam en ziel, bewegen en voelen, in bewust zijn en onbewust ervaren. Bibliodans is een methode die een beroep doet op 'heel de mens'.

In de veelkleurige, dynamische bewegingsruimte tussen 'heel de mens' en 'Gij bij mij' is het heilige te vinden. Het is de ruimte van vertrouwen die tante Maaïke met haar woorden en doen belichaamt. Als die zich opent gaan lichamen glanzen.

JHWH is mijn herder,
Ik kom niets tekort.
Hij doet mij liggen in grazige weiden,
Hij voert mij naar wateren van rust,
mijn levenskracht doet hij terugkeren.
Hij leidt mij in sporen van recht,
omwille van zijn Naam.
Zelfs als ik moet gaan
door een aartsdonker ravijn,
hoef ik geen onheil te vrezen:
Gijzelf zijt immers bij mij!
Uw stok en uw staf –
zij zijn mij tot troost.
Gij bereidt daar vóór mij een tafel,
tegenover wie mij belagen,
Ge zalft met olie mijn hoofd,
Mijn beker is een verrukking.
Slechts goedheid en gunst blijven mij volgen
al de dagen van mijn leven.
Ik zal dan ook terugkeren in het huis van JHWH
tot in lengte van dagen.

Vertaling van Niek Schuman in Pastorale, psalm 23 in bijbel en liturgie verwoord en uitgebeeld, Zoetermeer, 2002.

Conferentie Bijbelse Theologie

'De Geest breekt open'

De heilige Geest in Lucas-Handelingen

De laatste 25 jaar is er een grotere aandacht voor de betekenis van de Geest in het dubbelwerk van Lucas gekomen en niet voor niets. In zijn evangelie wordt de aanvang van het optreden van Jezus heel sterk verbonden met het werk van de Geest, explicieter nog dan bij de andere evangelisten. Het tweede boek van Lucas kan zelfs wel als 'de handelingen van de heilige Geest' getypeerd worden in plaats van 'de handelingen der apostelen.' De Geest wordt hier bijna zeventigmaal genoemd en op beslissende momenten is het de Geest die de actor is. We kunnen dus direct al zeggen dat de Geest in het dubbelwerk van Lucas uiterst belangrijk is. De vraag is echter op welke wijze dit precies geldt. Nieuwsgierigheid daarnaar vormt de eerste motivator.

Tijdens de conferentie worden veel aspecten van dit thema bestudeerd, zowel van exegetische en bijbels-theologische als ook van hermeneutische en praktische aard. Verder kent de conferentie zowel hoofdlezingen als workshops. In de hoofdlezingen worden zwaartepunten van het thema uitgediept, in de workshops staan specifieke gedeelten of vragen centraal.

Met medewerking van dr. Esther de Boer, drs. Joke Brinkhof, prof. dr. Bart Koet, prof. dr. Geurt Henk van Kooten, prof. dr. Cees van der Laan, dr. Marten van Willigen, dr. Theo Witkamp, dr. Annemarieke van der Woude, dr. Arie Zwiëp en verschillende anderen.

Doelgroep: predikanten, priesters, pastores en andere studenten in de theologie.

Nadere informatie en het dagprogramma kunt u vinden op www.pthu.nl, onder het kopje cursussen en diensten bij postacademisch onderwijs. Hier vindt u ook een digitaal aanmeldingsformulier.

'De Geest breekt open', Conferentie Bijbelse Theologie

Woensdag 28 – vrijdag 30 oktober 2009

Prijs: € 275, studenten € 140 (all inclusive)

Locatie: Conferentiecentrum 'Hydepark', Dribergsestraatweg 50, Doorn

Voor de locatie en het conferentiecentrum zie www.hydepark.nl.