



vriendenbrief nr.2

voor de vrienden en dansleiders van het VDN

“Ons Innerlijk Licht” dansmiddag op 2 juni 2012 in Hengelo.

Dansleiders: Gerda van der Poel, Ludy Penders, Arif Otten en Ingrid Cordes. Muzikale begeleiding: Renate Otten, Gerda van der Poel, Ludy Penders en Arend Bovenschen.

Door treinomleidingen wegens de bekende werkzaamheden aan het spoor in het weekeind,



kwam ik iets later aan. Ik miste het begin en voegde in bij de tweede dans ‘Altissimo Corazon’, vaardig geleid door Gerda. Een vrolijke dans, een echte sfeer-maker. Arif volgde met de joodse dans ‘Kadosh Shemayiem’ van Wim en Arienne. Dit was voor mij een verrassende variatie van de Mayimpas; zo kan het dus ook nog gedanst worden.

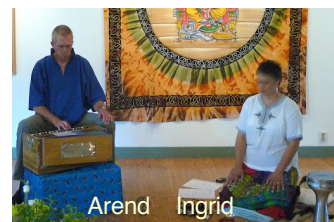


Na een namenrondje gevolgd door een spiritueel “kaartenspel” zongen wij de ‘Gayatri Mantra’ o.l.v. Ingrid en Arend. Het reciteren hiervan geeft altijd een diepe ervaring wat versterkt wordt door de klanken van de oeroude tekst. Gerda vervolgde de middag met ‘I Honor the Light’ De dans ‘Take me as I am, geleid door Ingrid was mooi.

Een goede onderbreking was de ‘Golden Movement’ van Ludy. Ik zag deze beweging als een Yogaoefening. Daarna leidde Ludy, in alle eenvoud, de

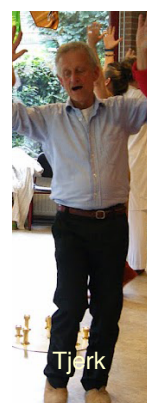


dans Ahura Mazda, die een ode is aan de god van het Licht en het Vuur. Ingrid leidde ‘Om tara tu tare ture soha’, een prachtige dans uit de Boeddhistische traditie. De kunst van deze dans is om hem zo langzaam mogelijk te doen. Je krijgt dan een diepe ervaring en een fijn contact met de anderen. Het is een partnerdans.



Arif nam de laatste dans voor zijn rekening met ‘Barechu, Dear One’ van Timothy Dobson. Een mooi slot.

Wij eindigden met May all Beings be well, Peace Peace Peace. De muzikale begeleiding was mooi met Renate op fluit, Gerda op gitaar, Ludy op.....en Arend op indiaas orgel.



De programmering was uitgebalanceerd. De dansleiders zijn duidelijk gegroeid in hun rol. Al met al was het een fijne dansmiddag die meer deelnemers had verdiend.

Tjerk Hoek

Samuel Lewis zei:

“The spiritual dance has no other purpose, no other aim than to elevate humankind beyond self thought, to joy, to bliss, to realization and to peace. The sincere dancer is one of the best workers for universal harmony, and so for universal peace.”

Ontvangen mailbericht:

Op 12 jun 2012, om 14:18 heeft Seraphina Freeke het volgende gemailld:

We hebben een heel fijn Eigentijds Festival gehad. Ik heb echt zo iets deze club volgend jaar weer als het allemaal mogelijk is. Muzikaal stond het als een huis, goed dansleiderschap en ongeveer 15 mensen per workshop, we hebben er zes gegeven.

Helaas heb ik geen e-mailadressen voor jullie. Heel begrijpelijk. Mensen krijgen zoveel over de mail. De website en filmpjes moeten hun werk gaan doen. Kennelijk wordt dat ook al gezien.

Veel liefs Seraphina

Op 12 jun 2012, om 14:35 heeft Seraphina Freeke het volgende geschreven:

Nog wat vergeten.

We hebben nog een interview gehad door een vrouw uit Japan die haar proefschrift schrijft over spiritualiteit in het algemeen en daarvoor ook veldwerk doet, ze heeft dus met ons meegedanst.

Ze heeft mij, Aad en Arif het hemd van het lijf gevraagd. Nou, wij weten nu alle inns en outs van elkaar. We krijgen via de mail het resultaat. Wel vreselijk leuk.

Ik weet niet of we danskringen in Japan hebben, ik dacht het niet.

een leuke ervaring.

nogmaals groetjes Seraphina



Dansen voor Vrede in de Vredehofschool

geschreven voor de Nieuwsbrief van de Vredehofschool

Zaterdag 9 juni reed ik vanuit Amsterdam naar Rotterdam om te gaan dansen met Ludy Penders en Gerda van der Poel. Na veel tunnels en viaducten was ik blij water en bootjes te zien en was het een verademing om de Vredehofweg in te rijden. Met Ludy en Gerda ging ik de Dansen van Universele Vrede dansen, zingen en dansen op teksten en melodieën uit de verschillende religieuze tradities. Door samen liederen uit de vele tradities te zingen en daarbij eenvoudige bewegingen te maken, kom je bij de ervaring dat het bij alle tradities om hetzelfde gaat: geraakt worden in je hart en vandaaruit de wereld in gaan.

We waren met een groep van tien mensen en begonnen met het zingen van Salama Beitha, woorden in het Aramees die ooit door Jezus van Nazareth werden gesproken. "Dat er vrede moge zijn in je huis" en dat huis, vertelde Ludy, is niet alleen je woning of op dat moment de Vredehofschool, maar ook je lichaam. Mooi vond ik dat.

Ludy en Gerda leidden verschillende dansen met als thema Vrede, heel toepasselijk in de Vredehofschool. Ook trokken we een kaart uit een serie kaarten met teksten van Thich Nath Hanh en lazen we onze tekst voor en vertelden we over onze ervaring ermee. Daarna dansten we op een tekst van Thich Nath Hanh 'May I take peaceful steps upon the earth'/moge mijn voetstappen op aarde vol van vrede zijn.

Hanifa Bergers

Welk huis je ook binnentreedt,

laat je eerste woorden zijn:

'Sjalama bajta'

vrede in dit huis en voor dit gezin -

moge het zijn doel berieken

en zijn verhaal tot het eind vertellen.

Moge het zichzelf vervullen in overgave aan de Ene.

Lucas 10:5, meerlagig vetaald door Saadi Neil Douglas-Klotz (bron: het verborgen evangelie)

sjalama - planter van vrede, komt van het werkwoord voor vervullen, volmaken, overgeven, verlossen of sterven.



Volgend jaar valt de Urs (sterfdag) van Samuel Lewis op een zondag (15-1-2013). Soefi's vieren de sterfdag van hun Murshid (meester), omdat dat het moment is waarop hij/zij weer verbonden wordt met de Geliefde.

Misschien een mooie dag om een dansbijeenkomst te organiseren ter ere van Samuel Lewis?



Verslag van het zomerdanskamp van de dans van de Universele Vrede.

Uffelte, 20 – 27 juli 2012

De weergoden waren ons goedgezind tijdens het danskamp van de Universele Vredesdansen bij de Uelenspiegel in Uffelte. Deze romantische kampeerboerderij werd weer een week lang in bezit genomen door dansers uit alle windrichtingen die hier waren neergestreken om in verbondenheid met elkaar een week lang het leven te vieren. Dat wilde in die stralende zonneschijn wel lukken! Nieuwe en vertrouwde gezichten, na ontmoeting volgde verbinding, de nieuwe gezichten werden in de loop van de week steeds vertrouwder. Aan het eind van de week waren we allemaal even stralend en ontspannen en waren we met zijn allen een groot, warm kloppend en gevleugeld hart geworden. "De wereld een dansfeest" werd hier een week lang waargemaakt. Dit keer waren er naast de volwassen dansers, ook weer kinderen, grote en kleinere, die met ouders en/of grootouders waren meegekomen. De kleinere kinderen werden bezig gehouden door twee aardige jonge vrouwen, Isa en Loes. Daar werden vriendschappen voor het leven gesloten, in de geest van de vredesdansen....er werd met de kinderen geknutseld, gezwommen of een speurtocht gehouden.



In de ochtend konden de vroege vogels onder de volwassenen al voor dag en dauw beginnen met

een stilte-wandeling, yoga, meditatie, met Max, Teresa, met Noor of met Terry of Nicoline, Marlou of Lia. Sommige ochtend wandelaars bleven achter bij het ven, om daar te genieten van een zwempartij in de stilte van de vroege morgen. Daarna kon je met frisse energie naar de pow-wow om 10 uur. Er gaat een knuffeldiertje rond, een mooie blauwe dolfin, aan wie je alles mag toevertrouwen, de rest van de dansers luistert en denkt mee.....Als het diertje bij je is aangekomen mag je spreken....Wie zou toch de eigenaar zijn van dit sympathieke dier, dat een en al oor is en luistert naar grote en kleine vragen, en naar ieders op- en aanmerkingen? De kleine Kyrian vindt het in elk geval elke dag weer een hele opgave om het diertje los te laten en door te geven aan de volgende in de kring...maar hij doet het elke morgen toch...Er is tijdens de pow-wow altijd ook even de ruimte voor een verhaaltje of een mop, vooral Vincent, Baukje, Akbar en Noor laten zich niet onbetuigd en geven zo vroeg in de morgen al blijk van hun wakkere humor dan worden de kinderen uitgezwaaid en het dansfeest kan beginnen...Tegen enen stoppen we voor de lunch. 's Middags is er een gevarieerd aanbod van allerlei activiteiten, zoals mantra zingen met Annelies, mandala tekenen met Ingrid, of stenen schilderen met Marlou, elke middag kan je wel weer aan een activiteit deelnemen en ieder geeft daarbij het beste van zichzelf. Ondertussen wordt de warme maaltijd voorbereid en 's avonds wordt er na het eten weer gedanst. De gevorderde dansleiders, maar ook de beginnende, laten allerlei dansen uit vele danstradities aan bod komen, en goden, godinnen, profeten, profetessen, de zon, de maan, sterren, bloemen...alles komt voorbij en kan onderwerp zijn van een dans. Akbar tovert vertrouwde, maar altijd prachtige klanken uit zijn schitterende instrument, en leidt ons zo binnen in de wereld van muziek en dans en ook de andere muzikanten laten zich horen: Gerda en Benny op de gitaar....., de trommelaars Noor, Cor en Gerard.....Annelies op de fluit...Marlou op het harmonium...Heel verrassend was het om Zubin Nur te horen op de saxofoon....Zij was er alleen het eerste weekend en moest ons helaas vroeg in de nieuwe week alweer verlaten. Ze bracht ons vrouwen een mooi ritueel over godinnen en leidde zondagavond een prachtige avond met Zikr-dansen, die ons deden herinneren aan onze goddelijke afkomst en bestemming.



In dit grote dansfeest zijn rustmomenten van even groot belang. Een vast rustpunt is als altijd Cor, die aan de ronde tafel in de keuken zit met zijn boek en die alles wat zoek is weet te vinden en bij het koken de onmisbare steun is van Tjitske. Met ieders hulp werden weer de meest geweldige maaltijden op de tafel getoverd met veel kunst en met soms veel vliegwerk.... Maar helaas....Tjitske kondigde aan tijdens het afscheidsrondje dat het wat hen betreft de laatste keer is geweest. Na zeven jaren vinden ze het wel genoeg en wordt het tijd dat anderen het stokje van het koken gaan overnemen.

Bijzonder verbindend was het ritueel aan het medicijnwiel, dat we maandagmiddag deden.

Toevallig...bestaat toeval, of bestaat het niet?...hadden zich 36 mensen opgegeven en konden er 36 stenen worden gelegd, precies het goede getal, want er zijn ook zo veel kaartjes die de plaatsen van de stenen een betekenis geven. De stenen waren zondagmiddag beschilderd onder leiding van Marlou, en werden stuk voor stuk in de cirkel gelegd. Elke steen heeft een betekenis in het medicijnwiel en staat voor een windrichting, een krachtdier, een pad, maar kan ook een astrologische betekenis hebben. De volgorde van de kaartjes bepaalt de betekenis van de steen die werd neergelegd. De rest van de week lag daar het medicijnwiel, in de stralende zon, naast de lindeboom en ieder liep er met een eerbiedige boog omheen. Vrijdagmorgen zette iedereen zich opnieuw rondom het grote medicijn-

wiel en werd het ontmanteld. Je steen kon na een kleine week op die krachtplaats weer mee naar huis. De kracht ervan werkt thuis verder. Maar eerst hadden we donderdagmiddag ook weer de markt gehad, waar een levendige handel werd gedreven in vooral tweedehands spullen, maar ook wel nieuwe.



Vooraf Elizabeth deed goede zaken. Haar opbrengst was bestemd voor de weeshuizen in India en ze heeft voor 280 euro verkocht! Het kampvuur kondigde 's avonds alweer het naderend afscheid aan....Na de markt dook er ineens een tweede dolfigtje op, die mocht op vrijdag mee de kring rond met zijn grotere maatje in de pow wow. Met zijn tweeën stonden ze hun mannetje. Het was een prachtige week, alles bij elkaar. De sfeer was zacht, af en toe verstild. We herdachten tijdens enkele momenten van stilte de twee dansers die ons het afgelopen jaar zijn ontvallen: Joost Kuitenbrouwers en Brigitte Wezel. Bij het afscheidsrondje zei Akbar: het was het mooiste zomerkamp ooit...., maar ach, dat zeggen we natuurlijk eigenlijk elke keer, bij elk afscheid. Elk kamp weer is een feest van herkenning, van heling en thuiskomen...Maar het weer had zich in ieder geval zich van zijn allermooiste kant laten zien....

Evelien Luursema

voor in je agenda

Op zaterdag 3 november gaan Gerda van de Poel en Ludy Penders tijdens de dansdag afdansen. Iedereen is van harte welkom.

Op Youtube . . .

staan twee filmpjes van de nieuwe dans die Amida Harvey ons leerde toen hij in het voorjaar in Amsterdam (La Verna) was.

Ga naar: www.youtube.com/watch?v=tBdfJbqcrY8 en naar www.youtube.com/watch?v=LwJC8-46LSA om ze te zien.

De filmpjes zijn 'originator approved' d.w.z. goedgekeurd door de dansleider die de dans maakte.

Amida mailde:

Hello Hanifa,

I am ever so sorry about the long reply to this email and the one with the dance. My main email has changed - the one I check everyday to amida@me.com - I suspect I need to change my website. . .

Hmmmm anyway thank you soooo much for the YouTube version on my Shiva Dance. . . its very good and I am very happy to endorse it as originator approved.

You are a Star!!!!

Big hugs to you in this sunny weather

Amida