**Mag ik deze dans van u?**

**Door drs W.J.A. PijnackerHordijk**

  update 11-10-2019   

Inhoud:

1. Inleiding
2. Negen redenen om te dansen.
3. Dansen in de Bijbel
4. Dansen in het jodendom
5. Dansen in de islam
6. Dansen in de kerkgeschiedenis
7. Huidige dansen buiten en in de kerk
8. Voor christenen discutabele dansen: A. Sacred Dance  B. Estatic Dance C. Tantric Dance
9. Conclusie

1. Inleiding

‘Stilzitten en luisteren’ is het devies in een kerkdienst en op school. Met name voor veel jongens is dit een crime. Nu wordt bewegen veel meer gewaardeerd. Zo luisterde men vroeger stil en devoot naar toespraken op de EO-jongerendag, maar tegenwoordig ligt de nadruk op zang en actie. Mogen we niet alle vijf zintuigen inzetten voor het dienen van God? Zijn dans, drama en vlaggen uitingen van *verwelkoming of* juist *verwerpelijke*overgang van woordcultuur naar een beeld- en belevingscultuur?

Volgens ‘de dikke van Dale’ is dansen het bewegen van de benen en voeten en het lichaam op de maat van de muziek of zang in vaste, telkens herhaalde figuren, bij wijze van vermaak, als voorstelling, of als ceremonie. Anders gezegd: dansen is een gecultiveerd bewegen op muziek en is dus meer dan ongecontroleerde bewegingen uitvoeren tijdens een willekeurig achtergrondmuziekje. Serieuze dansen zijn gecultiveerd en die moeten aangeleerd en bijgehouden worden. Hoe beter men de kunsttechniek beheerst, hoe makkelijker men komt tot de kern van het dansen, namelijk het (gecontroleerd) uitdrukken van emoties met het lichaam.

**2. Negen redenen om te dansen**

**a**Dansen geeft een instant geluksgevoel. Tijdens het dansen komt een geluk hormoon vrij. Waar je minstens een kwartier moet rennen voor de zogenaamde runners high (het gevoel van euforie na een rondje hardlopen die overigens bij velen helemaal uitblijft), zorgt een klein dansje bij velen voor een instant geluksgevoel. De muziek is hierbij het cruciale ingrediënt. De London School of Economics publiceerde dit jaar een onderzoek waarin naar voren komt dat dansen mensen net zo gelukkig maakt als een salarisverhoging van 2000 euro op jaarbasis. Dansen werd hierbij vergeleken met andere sporten en kwam als allerbeste uit de bus.

**b** Dansen vermindert stress.

Dit punt is natuurlijk sterk verbonden met het voorgaande. Gedachten blijven maar door je hoofd spoken en werkelijk ontspannen lukt daardoor niet. Een heel goede manier om je hoofd helemaal leeg te maken is even lekker te dansen. Een meditatiesessie is er niets bij

**c**Dansen kan altijd en overal.

Goede voornemens om te gaan sporten belanden vaak in de prullenbak, omdat men geen zin heeft om naar de sportschool te gaan of om de koude buitenlucht in te rennen. Met dansen is dit probleem niet aan de orde. Iedereen heeft wel een apparaat in huis waar muziek mee kan worden gedraaid. Degenen die liever niet dansen met toekijkers, kunnen de gordijnen dichtdoen, de bank aan de kant schuiven en zich vervolgens ‘helemaal laten gaan’ in de huiskamer

**d** Door te dansen werk je op een leuke manier aan je conditie.

Voor sporten komen velen liever niet het bed uit, maar dansen is iets wat we eigenlijk allemaal wel graag doen. En als je aan je conditie wilt werken hoeft dansen zeker niet minder effect te hebben dan een tripje naar de sportschool. Met sommige dansvormen, zoals squaredansen, leggen de beoefenaars op een dansavond een redelijk aantal kilometers af. Bovendien is dansen vaak eenvoudig aan te passen aan het eigen kunnen en daardoor lang vol te houden.

**e** Dansen is niet alleen voor jong maar ook voor oud.

Ook voor ouderen is dansen een heel leuke bezigheid. De verschillende bewegingen die men maakt, zorgen voor een beter evenwichtsgevoel en sterkere spieren en botten. Dansende ouderen zijn dus vaker kwieke ouderen. Een probleem bij veel oudere mensen is het onzekere van de voortbeweging die kan resulteren in vallen met ernstige gevolgen zoals een gebroken heup. Bij dansles wordt het balansgevoel en reactievermogen geoefend en tegelijkertijd de conditie verbeterd, zodat voortbewegen met meer zelfvertrouwen gebeurt.

**f**Dansen brengt mensen dichter bij elkaar.

Tenzij je in de kamer danst met de gordijnen dicht, is dansen vaak een activiteit waarbij meerdere mensen samenkomen. Je hebt natuurlijk verschillende dansvormen waarbij een partner vereist is, maar ook dansen waarbij men alleen de pasjes uitvoert, zijn heel sociale gebeurtenissen. Het samen genieten van de muziek brengt mensen dichter bij elkaar.1

**g.** Met het dansen oefent men de coördinatie tussen motoriek, geheugen en emotie. Deze oefening zorgt ervoor dat in de hersenen nieuwe verbindingen aangemaakt worden. Hetzelfde geldt voor het bespelen van een muziekinstrument. Onderzoek2 heeft aangetoond dat bij kinderen, die een muziekinstrument hebben leren bespelen, bepaalde hersengebieden duidelijk meer ontwikkeld zijn. Ook bij oudere mensen kunnen nog steeds nieuwe verbindingen aangemaakt worden. Ouderdomsziekten zoals alzheimer worden hierdoor op zijn minst vertraagd.

**h.** De dansomgeving kan fungeren als een gecontroleerde sociale omgeving waar vertrouwde kontakten gelegd kunnen worden. Datzelfde geldt ook voor een kerkelijke omgeving. Vroeger behoorde dansles in Europa tot een onderdeel van de opvoeding waarbij de dansschool voor een veilige, gecontroleerde omgeving zorgde en waarbij naast het dansen ook de correcte omgang met elkaar werd aangeleerd.

**i.**Een dansende christin voegt toe: 'Dansen is een gevoelsdimensie. Ik vind het gaaf om door dans uitgedaagd te worden om na te denken over de betekenis van woorden, bijvoorbeeld een liedtekst. Als ik een liedtekst wil uitbeelden, hoe ziet "aanbidden" er dan uit? En hoe verschilt dat van "loven", " eren", "prijzen", of "danken"? Daarnaast is het voor mij ook een mogelijkheid om los te komen van woorden. Net als bidden in tongen mijn verstand op de achtergrond en mijn geest op de voorgrond zet, kan ik ook in vrije beweging gevoelens uiten die ik anders met mijn verstand in bedwang houd. In de veilige nabijheid van de Heilige Geest durf ik dat.

Bij elke soort dans hoort een bepaalde muziek met een bepaald soort functionele kleding. Het is niet terecht om alle dansstijlen over één kam te scheren want het scala van dansen is enorm.3

1. **Dansen in de Bijbel**

Vrijwel alle ons bekende oude beschavingen kennen de religieuze dans. Er blijken maar liefst 44 woorden in het Hebreeuws te zijn die naar dansen verwijzen. Bijvoorbeeld ‘laat de aarde juichen’ (Psalm 97:1), wat je ook kunt vertalen met  ronddraaien, roteren of dansen in een cirkel. ‘Sla in uw hand, stamp met uw voet en roep…( Eze.6:11)’. Deze tekst werd in vroegchristelijke kringen opgevat als een verdediging van en zelfs een onvoorwaardelijke oproep tot dansen in de kerk.

Goede en slechte voorbeelden van dansers in de Bijbel: na de doortocht door de Schelfzee nam de kwieke tachtigjarige Mirjam de tamboerijn in haar hand, en alle vrouwen gingen achter haar aan met tamboerijnen en in reidansen (Ex.15:20, zie ook Ps.150:4), Israël danste rond het gouden kalf…(Ex.32, maar: ‘Dien geen afgoden, zoals een deel van hen, over wie geschreven staat: ‘Het volk ging zitten om te eten en te drinken en het stond op om te dansen.’’ 1Kor.10:7); de dochter van Jefta (Richt.11:34); de meisjes van Silo (Richt. 21:21, 23); de vrouwen die Saul tegemoet komen na zijn overwinning op de Filistijnen (1Sam.18:6); David die voor de ark van het verbond danste (2Sam.6, 1Kron.15:29), de Baälprofeten maakten een 'hinkdans' rond het altaar (1Kon.18:26). "Dan verheugt zich het meisje in de reidans..." (Jer.31:13). ‘Er is een tijd om te rouwen en een tijd om te dansen’ (Pred.3:4) en de gelovige kon met recht zeggen: ‘U hebt mijn klacht veranderd in een dans’ (Ps.30:12).

In allerlei gevallen kunnen een godsdienstige processie en dansen samengaan. Men kan de processie zelf ook als een vorm van dans opvatten. In Ps.68:25-27 is sprake van een feeststoet voor God. En in Neh.12 lezen we de inwijding van de stadsmuur rond Jeruzalem met zangers (zelfs grote koren die in tegenovergestelde richting over die nieuwe muur liepen) en muzikanten. Dat bij de grote vreugde gedanst werd staat er niet, maar lijkt me vanzelfsprekend.

De dochter van Herodias danste zodanig dat ze haar vader als het ware betoverde (Mat.14:6, Mark.6:22). De Here Jezus vond het logisch dat er gedanst werd: Mat.11:17 en Luk.7:32: ‘Toen we voor jullie op de fluit speelden, wilden jullie niet dansen…’. ‘Zijn oudste zoon was op het land, en toen hij dicht bij huis kwam hoorde hij muziek en dans’ (Luk.15:25).

Er waren kerkvaders die onderinvloed van het zogenaamde gnosticisme, waarin het stoffelijke als minderwaardig werd beschouwd, de dans vergeestelijkten tot bijvoorbeeld ‘de dans der goede werken’.

Nergens in de Bijbel lezen we dat in de tabernakel, in de tempel of in de synagoge werd gedanst. David stelde wel musici en zangers aan, maar geen dansers (1Kron.25). Dit bevestigt de indruk dat in Israël het dansen geen onderdeel van de tempelcultus was (i.t.t. tot de profeten van Baäl 1Kon.18:26). Het dansen betreft doorgaans feestelijke uitingen van de gelovigen die met name bij processies en op feesten op deze wijze uiting gaven aan hun blijdschap en dankbaarheid.4

1. **Dansen in het jodendom**

Orthodoxe Joden bewegen en dansen veel. Maar dan wel altijd gescheiden: mannen met mannen en vrouwen met vrouwen. Er zijn Joden die dansen bij bruiloften, rouw, tijdens de sabbat, Loofhuttenfeest (Soekot) en Grote Verzoendag (Yom Kippoer). De grote vreugde over de leefregels van de Eeuwige wordt geuit door met de Thorarollen te dansen op Vreugde der Wet (Simchat Thora). Kinderen worden op de schouders genomen en dansen zo ook mee. In deze gevallen is er geen sprake van sacrale dans. Wel vinden we een extatische dans van de mystieke stroming van de chassidim. De dans in het jodendom is geen kunstige opvoering voor anderen (‘performance’), maar een uiting van blijdschap of juist van verdriet van de gemeenschap. Een meisje dat danst voor een mannengezelschap was binnen de Joodse cultuur beslist ongebruikelijk.

De Joodse Roosje Glaser overleefde de hel van de holocaust door te dansen en dansles te geven, zelfs met en voor de vijand. Ze dankte dus letterlijk haar leven door te dansen.5

1. **Dansen in de islam**

Een groepering binnen de islam is het mystieke soefisme. De derwisjdans is een werveldans die beeldend uitdrukking geeft aan de mystieke weg van het loslaten van de weerstand tot het liefhebben van alles. De derwisjdans is afkomstig uit de traditie van het soefisme. Dansende derwisjen draaien om de as. Elke stap symboliseert de ommekeer, het teruggaan naar verbondenheid met ons ‘oneindige Zelf’.

Naast de derwisjdans behoren historisch gezien ook gevechts- en zwaarddansen, buikdans, kettingdansen (armen ingehaakt) en zelfs religieuze dansen (op gezongen verzen) tot de (pre) moslimcultuur. De Koran zelf zegt hierover, voor zover ik het kan achterhalen, helemaal niets. Pas later wordt verklaard dat dansen een handeling van de ongelovigen is.

Net als in het orthodoxe protestantisme kan men binnen de orthodoxe richting van de islam voor dansen op weinig bijval rekenen. De Turkse Jalal al- Din Rumi (1207-1273) was de stichter van de mystieke orde Mavlana en bekend als de dansende derwisj. Zijn gedichten met grote muzikaliteit en beeldende taal waren het hoogtepunt van de islamitische mystiek. In 1925 liet Mustafa Kemal Ataturk (geestelijk leider) in zijn strijd tegen het mysticisme het klooster van Konya sluiten en verbood hij het dansen. Pas in 1960 werd het verbod opgeheven. Maar de huidige geestelijke leiders vinden het blijkbaar nog steeds een verderfelijke bezigheid. “Het is voor de man niet toegestaan om te dansen en te zingen, en voor de vrouwen is het zingen tijdens een huwelijk wel toegestaan, deze zang mag geen schaamteloosheid, flirterig gedrag of fitnah bevatten, maar het mag alleen plaatsvinden tussen vrouwen onderling.

Het dansen van een vrouw in de aanwezigheid van alleen vrouwen tijdens feestelijkheden, zoals huwelijksfeesten e.d. is toegestaan onder de volgende voorwaarden:

1. Het dragen van fatsoenlijke kleding die haar vrouwelijke vormen niet accentueert.
2. Het niet imiteren van mensen van zedeloosheid.
3. Het niet op een buitensporige wijze dansen, waardoor de lusten van anderen worden aangewakkerd.6

In de islam is dus de (sensuele) dans ook omstreden. Zo werd de 18 jarige Maedah Hojabri gearresteerd om haar ongesluierde, sensuele, dansvideo’s die op Instagram 66.000 volgers bereikten. In de islamitische republiek Iran gelden strikte regels over kleding en dansen in het openbaar. Publiekelijk dansen met de andere sekse mag alleen in het bijzijn van directe familieleden. De Iraanse politie besloot dit soort accounts op Instagram te sluiten omdat ze zouden leiden tot ’moreel afglijden’.7 Belachelijk? Wel vreemd, omdat het paradijs voor moslims wordt afgeschilderd als een letterlijke of overdrachtelijke grote orgie.

1. **Dansen in de kerkgeschiedenis**

Van de Grieken leerde men dat het lichaam iets minderwaardigs was. In het populaire tweede-eeuwse geschrift ‘Herder van Hermas’ wordt de dans echter beschreven als een van de hemelse vreugden en als een deel van de aanbidding van God in de hemel. **Basilius van Caesarea**noemde rond het jaar 350 het dansen de meest nobele activiteit van engelen.Maar uit diezelfde tijd komt van Augustinus de uitspraak ‘De dans is een kring met de duivel in het midden.’ Er bestond dus nogal wat verschil van mening en visie over de dans.

Voorstanders van dans waren **Marnix van St. Aldegonde, Voetius**(mits binnenkamers tussen man en vrouw). **Luther en Calvijn**waren niet tegen dansen, hoewel: Calvijn verbood in een ordinantie van 3 februari 1547 elke vorm van dans in Geneve. Echter diezelfde Calvijn schreef n.a.v. Davids dans voor de ark: ‘We moeten daarin al onze zintuigen oefenen en inzetten en onze voeten en onze handen en onze armen en de rest, zodat alles God mag dienen en Hem grootmaken.8 De nationale synode van Dordrecht in 1578 bepaalde dat zij die zich tot de dans begeven, gestraft zullen worden. De Haagse synode van 1586 waarschuwde tegen dansscholen en overdaad van bruiloften. Een antidans-tractaat uit die tijd is getiteld *Dat ligtvaerdige gehuppel – O gruwel*. Er woedde toen in gereformeerde kring een felle strijd over het dansen. Een kleine groep gereformeerde predikanten beschouwde dansen als uit den boze (Dansen was slecht ook voor je gezondheid: zwangere vrouwen bijvoorbeeld zouden er een miskraam van kunnen krijgen), maar het kerkvolk dacht daar aanmerkelijk milder over. In 1640 las men in Amsterdam van alle kansels een boodschap o.a. tegen de ‘verfoeilijke zonde der danserij’.9 De eerder genoemde Nederlands theoloog Gisbertus Voetius (1589-1676) schreef een achttal antidans-tractaten. Beschaafd dansen in je eentje vond hij op zich niet verkeerd, maar het gevaar van het hellende vlak achtte hij zo groot dat je er beter niet aan kon beginnen. De gereformeerde voorman Philips Marnix van St. Aldegonde (1538-1598) schreef in een brief het dansen te rekenen tot de zogeheten adiafora (middelmatige dingen). Ds. Martinus Schalk, een leerling van Voetius nota bene, betoogde in 1633 dat dansen een ‘aanvaardbare bezigheid’ kan zijn, zelfs van mannen en vrouwen samen.10

In **de Ethiopisch-orthodoxe kerk**dansen priesters vanaf vroegste tijden tot op heden in het kader van de eucharistieviering.

De wortels van de inmiddels weer verdwenen christelijke sekte **Shakers**liggen in de achttiende eeuw in de sloppenwijken van Manchester. Daar leidde Ann Lee (1736-1784) een marginaal bestaan in een liefdeloos huwelijk en grote armoede. Haar gezondheid had zwaar te lijden onder zwangerschappen en miskramen, haar geestelijke gesteldheid onder haar kleurloze bestaan en de vroege dood van haar vier kinderen. ‘Mother Ann’ was diep gelovig en hunkerde naar tekenen dat haar geloof haar zou redden uit haar deprimerend bestaan. Deze tekenen vond ze bij een groep Quakers die bij hun regelmatige bijeenkomsten werden bevangen door een religieuze koorts die zich uitte in schudden en heftig heen en weer bewegen. Ze wierp zich op als leider van de groep, die bekend werd als de Shaking Quakers, begon te prediken en tegen het establishment te schoppen. De Shakers bleven zo heten, als een soort geuzennaam, hoewel de wijze van geloofsbeleving en vooral de typerende dansen al in 1794 werden veranderd. Meacham stileerde de dans in een eenvoudige, door iedereen gelijk uit te voeren dans in plaats van de wilde, schuddende en trance-achtige geloofsuitingen. Niettemin bleven de diensten van de Shakers ongebruikelijk. De gelovigen zaten niet rustig in de kerk, luisterend naar een predikant, maar dansten met zijn allen, de mannen aan de ene kant van de ruimte, de vrouwen aan de andere. Ze bewogen zich allemaal precies gelijk, begeleid door liederen. ‘Idioot gespring’, vond de schrijver R. W. Emerson ‘en dat geschud met hun handen, alsof het hondepoten zijn’. Volgens een andere toeschouwer leek het op iets tussen een wandelstap en een dansje, waarbij de Shakers met hun handen schudden zoals pinguïns waggelen. In elk geval was het interessant genoeg om veel buitenstaanders te trekken naar de zondagsdiensten in de Meetinghouses. Voor de Shakers gaf het dansen hen een gevoel van ‘union’, van gezamenlijkheid. De danspassen bleven ook belangrijk om de band met ‘Mother Ann’ en de oorspronkelijke ‘Believers’ levend te houden. Aan de dansen werden andere passen toegevoegd, zoals de Square Order en de Sacred March.11

De Amerikaanse voormalige professional baseball-speler, maar later evangelist en prediker **Billy Sunday**(1862 – 1935) bereikte miljoenen landgenoten en honderdduizenden kwamen tot geloof in Jezus. Omdat Sunday de zonde radicaal haatte, trok hij fel van leer tegen onder andere zuippartijen, bioscoopbezoek, drama en dans. ‘Wat je zaait dat zult je oogsten: als je kaarten zaait, oogst je gokkers. Als je een bar zaait oogst je dronkaards. Als je danszalen zaait, oogst je schande. Op de dansvloer permitteer je vrijheden die je elders niet zou toestaan. Bij dansen met je eigen huwelijkspartner blijft het niet. De dans is geleidend naar immoraliteit en het bederf van de maatschappij. Passie is de basis voor de populariteit van de dans.’, aldus Billy Sunday.12

De geallieerden verlosten niet alleen van de Nazi-tirannie, maar schudde houterig Nederland ook cultureel op. De Amerikanen en Canadezen bevorderden het roken en het dansen. De bevrijding is een belangrijk sleutelmoment. In 1945 werd er gretig gedanst op muziek die Amerikaans klonk. Na de ellende van Tweede wereldoorlog van 1940-1945 veranderde alles. Iedereen wilde een nieuwe wereld. De moderne dans en de jazzdans werden super-populair. In musicals werd er veel gedanst, zoals in de beroemde film Westside story. Toen Nederland werd bevrijd van de Duitsers overspoelde een geluksgolf het hele land. Overal ontstonden spontane straatfeesten, er werd gedanst (de Jitterbug), gelachen en ja, gevreeën. ‘Trees heeft een Canadees...’. In die euforie werden morele grenzen overschreden. Circa 9000 kinderen werden geboren uit deze relaties. Soms waren hun moeders na een avondje feesten zwanger geworden, maar hadden geen idee van welke man op welke avond. Veel kinderen, geboren uit relaties tussen Nederlandse vrouwen en Canadese militairen na de bevrijding, zoeken naar hun vader, nou ja verwekker.

De kerstboodschap van de **Hervormde synode**uit 1945 laakt ‘de genotzucht, en de krampachtige drift, van het halen wat ervan te halen is, openbaart zich o.a. in een danswoede, welke de zin van levensvreugde en de heiliging van het lichaam misacht.’13

Door de groeiende populariteit van de dans ging men in de kerken zich bezinnen op dit fenomeen. Zo woog ds. van Veldhuizen kort na de tweede wereldoorlog de argumenten voor en tegen dansen af.14

Pas na de Tweede Wereldoorlog ontstonden hier de grote dansgezelschappen zoals Het Nationale Ballet, het Nederlands Dans Theater en het Scapino Ballet, dat zich aanvankelijk vooral toelegde op voorstellingen voor kinderen en jongeren.

Terwijl in de behoudende reformatorische traditie dans, drama en theater behoren tot de wereld die vermeden moet worden, is tv kijken via internet en het afsluiten van verzekeringen in die kringen gemeengoed geworden.15 Zal daar dansen op den duur (terecht?) geaccepteerd worden? Binnen het **Leger des Heils**was dansen taboe, maar dat is ook veranderd.

1. **Huidige dansen buiten en in de kerk**

Een merkwaardige vorm van dans vinden we buiten de kerk. De zgn.**springprocessie**in het Luxemburgse Echternach op elke 3epinksterdag gaat naar het graf van Willibrord in de basiliek. Op muziek springen de deelnemers zijwaarts en voorwaarts. De religieuze betekenissen van deze processie zijn: het doen van boete, het uiten van vreugde en het brengen van hulde aan Sint Willibrord, de beschermheilige tegen vallende ziekte en andere gezondheidsproblemen.16

Ook nu valt het niet mee een positie te bepalen over dansen en drama in de kerk. De christelijk-gereformeerde synode vindt het lastig. Mag dat plaats vinden in de gereformeerde erediensten? De synode besloot uiteindelijk geen ruimte te bieden aan dans en drama in de kerkdienst, omdat ‘dit niet past bij het karakter van de gereformeerde eredienst’.17

Docent theologie en cultuur aan de CHE dr. Robert Doornenbal concludeert echter dat in navolging van bijbelse voorbeelden en aansporingen altijd is gedanst door de christenen, vanaf de vroege kerk tot op heden en ziet geen bezwaren tegen vormen van dans die tot eer van God zijn.18

Vooral vrouwelijke dansers promoten dansen onder christenen / in de kerk:

\* Gertruud Bakker-Kemper voegde de daad bij het woord en was een danseres in de kerk. ‘Door te dansen maakte je aan God bekend hoe je innerlijke gesteldheid was.’ 19

\* Theatermaker en dramadocent, danseres Carla Veldhuis kwam zelf tot geloof na het zien van een dramastuk over de schepping. Zij inspireert anderen al meer dan 30 jaar via rake voorstellingen, indrukwekkende optredens van levende standbeelden en bezielende trainingen en workshops. Veldhuis zet zich dagelijks met veel toewijding in voor stichting *Arts Alive*. Deze stichting laat gaven en talenten op het gebied van kunst tot bloei komen zodat die ter ere van God ingezet kunnen worden. Tijdens de activiteiten wordt met alle aangesloten kunstenaars Zijn creativiteit weerspiegeld. Jaarlijkse projecten van Arts Alive zijn kunstenaarsmeetings, het Theaterweekend en 2 theatervoorstellingen: *Wandeltheater Dolorosa*en *Danstheater Home Run*.

*\* Bibliodrama*is een methode om je eigen levensverhaal en Bijbelverhalen aan elkaar te spiegelen. Spelenderwijs en interactief ontdek je hoe het Bijbelverhaal jouw verhaal belicht, en hoe jouw levensverhaal meespeelt in de uitleg van het Bijbelverhaal. Deze wisselwerking draagt (kan) bij(dragen) aan de spirituele ontwikkeling van de deelnemers.20

\* De *Werkplaats voor dans en christelijke spiritualiteit*(bibliodans) is een kleine organisatie die geleid wordt door Riëtte Beurmanjer. Daarin kan het verhaal van Mozes worden nagespeeld, waardoor de spanning wordt ervaren tussen het door God geïnspireerde ideaal en een weerbarstige werkelijkheid.21 Bijbelverhalen kun je naspelen. Bibliodans is een vorm van vrije dansexpressie waarbij je je inleeft in de bijbelse personen en je lichaam de verteller is. Ervaring op het gebied van dans is niet nodig.

\* Dan is er nog de *Dans!kerk*die wordt vorm gegeven door vier gedreven mensen, die christelijke roots en een passie voor vrije dans hebben.22

\* De christin Annemieke Bais leidt haar dans- en theaterstudio *Christelijke Dansformatie Precious*23in Ermelo.

\* Mariëtte Redel is christen en professioneel danseres. Zij ziet dans als een gave die ze heeft gekregen en dus wel moet gebruiken. Volgens haar kan dans zeker wel een plaats binnen de kerk hebben, omdat mensen heel visueel zijn ingesteld en omdat het zeker een taal is die jongeren aan kan spreken. Dans kan iets toevoegen omdat het met zo veel overtuigingskracht gedaan kan worden.’24

\* Hanneke van der Weele is samen met Esther Mast de drijvende kracht achter het ontstaan van *Studio26*(school voor dans- en podiumkunsten). Beide bevlogen christen-ondernemers hebben sinds de oprichting van *Dansatelier Velp*in 1994 de school op hun eigen wijze vorm gegeven. Hun dansschool is niet specifiek christelijk. Voorop staan de kwaliteit en de sfeer. Behalve dat er natuurlijk over dans wordt gesproken, gaat het ook over drijfveren en mensvisie.25

\* Ook profetes *Aimee Verduzco Kovacs*heeft een bediening op het gebied van dans. ‘Haar roeping is om wereldwijd door middel van onderwijs een beter begrip te brengen aan de Bruid van Christus aangaande het plan en het doel van dans in de Gemeente’. … ‘Michal, de vrouw van David werd onvruchtbaar omdat zij spotte met haar man die voor de Heer danste. Hoeveel kerken zijn er niet onvruchtbaar omdat ze de Davids in hun midden bespotten en daarom heeft God ‘Ikabod’ (de glorie is verdwenen) boven hun deurposten geschreven.26 Dat een kerk zonder dans mislukt is lijkt me overdreven.

\* Désirée Hörchner is artistiek leidster van *Christian Dance Company*. Vanaf 1998 werkte C.D.C. voornamelijk met Opwekking en trad op in kerken, theaters en op EO-vrouwendagen, maar de organisatie is niet alleen gericht op verzoening tussen God en mens, maar ook tussen mensen of volkeren onderling. ‘Honing uit de Rots’ trad veel op voor de Joodse en Christelijke gemeenschap in Nederland, Oekraïne, Polen en andere Europese landen. Er werd later ook gedanst tijdens de eerste Verzoeningsconferentie in Nederland tussen Joden, Arabieren en christenen, mede georganiseerd door de Near East Ministry. Dat was revolutionair. Hun dans doorbrak de spanning van de twee groepen en maakte veel emotie los. Als je het verdriet van Hagar visualiseert in een dans bevestig je het verdriet van Arabische broeders en zusters, wat voor Joodse broeders en zusters evengoed herkenbaar is.27

\* Het christelijke dansduo Thessa Koops-Gosker en Job van der Wal willen zonder woorden verhalen vertellen die het hart raken waarbij  de liefde van God centraal staat.28

1. **Voor christenen discutabele dansen**

**A. Sacred Dance**In haar drang naar genezing had Rianne van der Smitte aan ‘sacred dance’ gedaan. Bij dat laatste voer je, met een aantal andere mensen, in een kring een soort kosmisch-spirituele dans uit’.29

Wat is Sacred Dance? In Sacred Dance ligt het accent op beleving van de dans. De dansen die gedanst worden, zijn veelal bestaande, eenvoudige choreografieën. Deze worden meestal gedanst in kringvorm en steeds herhaald. Het herhalen maakt dat de dansers gaandeweg steeds beter kunnen waarnemen wat deze dans met hen doet. Zo kan verdieping in beleving optreden. De dansen kunnen zowel een verstillend als uitbundig karakter hebben en van alles daar tussen in.

De bijeenkomsten vinden plaats onder leiding van een opgeleide docent. De muziek waarop gedanst wordt, loopt uiteen van klassieke, moderne, religieuze tot folklore muziek.

Veel dansen zijn gebaseerd op oeroude patronen die raken aan het ritme van de natuur, zoals cirkel, kruis, Lemniscaat (het symbool ∞ voor 'oneindig') en spiraal. De dansen nodigen de dansers uit deze patronen en ritmes in hun eigen lichaam te ervaren.

Zo is het lichaam het instrument om je bewust worden van je manier van bewegen en je aandacht te focussen op dit moment. De dansers kunnen ervaren dat zij zich meer en meer openen en daarmee het contact met zichzelf en anderen gaan ervaren en vergroten.

Veel mensen die aan enige vorm van Sacred Dance meedoen, geven aan dat het hen plezier en ontspanning brengt. Ze voelen zich vrijer in hun lichaam en bewegingen. Ook verrijkt het hun leven, ze voelen zich meer bewust en betrokken bij zichzelf en anderen. Zij beleven het leven met meer aandacht en meer in het hier en nu.30

**B. Ecstatic Dance**komt oorspronkelijk uit Hawaï enheeft als doel om zonder drank en drugs in extase te raken door middel van bewegen. Dat ‘natural high’ kun je zelf opwekken. Daarvoor moet je je naar binnen keren. De muziek is hierbij heel belangrijk.31 Om de Ecstatic Dance ervaring mogelijk te maken zijn er een aantal basisregels: Tijdens het dansen wordt niet gepraat. Geluid maken mag wel. Respecteer jezelf, de ander en diens ruimte om te dansen. Dans op blote voeten. Alcohol, drugs, sterke geurtjes zijn niet toegestaan. Men mag alleen dansen en/of met één of meerdere danspartners. Yoga beoefenen tijdens deze dans is geen probleem. Het doet denken aan de derwisjen die zich al dansende in een extase brengen.

Door opzwepende muziek kan men de controle over zichzelf verliezen en in een soort trance komen. Het gevaar bij dit soort dansen is dat men in zijn leven ‘een deur’ opent waardoor andere geesten dan de Heilige Geest binnenkomen. Hoezo ‘sacred’? Die deur had gesloten moeten blijven.

**C. Tantric Dance** is gebaseerd op tantra, een leer uit India, een hindoeïstische techniek voor bewustwording. Eén van de twee danspartners is hierbij geblinddoekt en wordt geleid door de ziende danspartner. Elkaar voelen en betasten hoort hierbij. Voor de traditonele tantra heb je een inwijding nodig, maar tantric dance is een nieuwere vorm en heeft geen rituelen. Het is een sensuele dans die werkt met seksuele energie. In tantra wordt seks meditatie. Lichamelijk en geestelijk overspel liggen hier op de loer.

1. **Conclusie**

Voor elke dans geldt dat de bedoeling waarmee men danst en hiermee samenhangend de omgeving waar men dat doet, bepalen of de dans moreel aanvaardbaar is of niet. De morele aanvaardbaarheid verandert met de tijd, de cultuur en de samenleving. De Argentijnse tango bijvoorbeeld werd oorspronkelijk in Europa beschouwd als een vulgaire dans maar is later geaccepteerd als gezelschapsdans en in de vorm van de ballroom tango zelfs omgevormd tot wedstrijddans.

*Waardering*

Een mens is een geheel. Lichaam en ziel/geest kunnen we wel onderscheiden, maar niet scheiden (holistisch). Dans is allereerst een expressievorm en kunst waarvan je gewoon mag genieten. Als je niet zo verbaal bent, kan je lichaam een geweldig instrument zijn om emoties te vertolken. Laten de intenties hierbij zuiver zijn. ‘U bent gekocht en betaald, dus bewijs God eer met uw lichaam’ (1Kor.6:20). Is het raadzaam om elke dans te ontspringen?

*Afkeuring*

Dansen in het kader van een dodencultus, tot eer van een bepaalde godheid, vruchtbaarheidsdansen, schaamteloosheid, onzedelijkheid, sensualiteit en liederlijkheid, zijn voor christenen vanzelfsprekend taboe. Gemengd dansen van mannen en vrouwen samen werd in kerkelijke kringen veroordeeld.'Gescheiden optrekken' kan ondersteund worden vanuit Ps. 68:26. Dansen kan leiden tot echtbreuk of overspel. Als je je eigen arglistige hart kent is *danser sur un volcan*niet verstandig. Ons lichaam is als de tempel van de Heilige Geest. Extatische dansen (zonder of met XTC of vergelijkbare middelen) waarin men zichzelf verliest, horen ook niet bij Gods wil.

*Vragen ter overweging*:

Kan ik mezelf nog zijn? Is mijn kritisch bewustzijn nog intact? Is er sprake van een collectieve hypnose? Geestvervoering is zeker legitiem, maar men moet steeds nagaan of dit gebeurt door de Heilige Geest of door (een) onheilige geest/geesten.

Laten we ons ook nu weer leiden door Fil. 4:8: ‘Tenslotte broeders en zusters, schenk aandacht aan alles wat waar is, alles wat edel is, alles wat rechtvaardig is, en lof verdient’.

drs. W.J.A. Pijnacker Hordijk 2019

1 Naar [**https://dansmagazine.nl/nieuws/6-redenen-om-te-dansen**](https://dansmagazine.nl/nieuws/6-redenen-om-te-dansen)

[**2**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref2) [**https://www.mieras.nl/schrijven/wat-muziek-doet-met-kinderhersenen/;https://www.nemokennislink.nl/publicaties/het-oor-van-de-hersenen-meten/**](https://www.mieras.nl/schrijven/wat-muziek-doet-met-kinderhersenen/;https:/www.nemokennislink.nl/publicaties/het-oor-van-de-hersenen-meten/) ; [**https://verkenjegeest.com/het-effect-van-muziek-op-de-hersenen/**](https://verkenjegeest.com/het-effect-van-muziek-op-de-hersenen/)

3 Dit is een onvolledige lijst van 148 totaal verschillende dansstijlen in alfabetische volgorde: Abstracte dans, Academisch ballet, Academische dans, Acrobatische rock-'n-roll, Aerobics, American Rhythm, American Smooth, Argentijnse tango, artistiek zwemmen of synchroonzwemmen of kunstzwemmen of waterballet, Bachata, Balboa, Balfolk, Ballet, Ballroom,  Basse danse, Bibliodans, Biodanza, Bolero, Boogiewoogie, Bostella, Bourrée, Breakdance, Buikdans, Cachucha, Cakewalk, Calypso, Cancan, Capoeira, Chachacha, Charleston, Cheerleading, Chicken, Chunga, Coco, Conga, Congada, Csárdás, Cumbia, Computerdans, C-walk, Dancehall, Danse caractère, Dansexpressie, Danza, Discofox, Disney dans, Dodendans (danse macabre), Dubstep, Ecstatic Dancing, Engelse wals, Euritmie, Fandango, Flamenco, Frevo, Freestyle, Foxtrot, Gaillarde, Gavotte, Gigue, Hakken, Headbangen, Hiphop, Hofdansen, Hora, Horlepiep, Hula, Jazzballet, Jitterbug, Jive, Jumpstyle, Jazzballet, Karakterdans, Kathakali, Kizomba, Klassiek ballet, Klompendans, Koordans, Koorddans, Krumping, Lambada, Landler, Lapdance, Latijns-Amerikaanse dans, Limbo, Lindy hop,  Linedance, Locking, Macarena, Mambo, Mazurka, Melbourne Shuffle, Menuet, Merengue, Moonwalk, Moshen, Moderne dans, Moresca (Morendans), Oerdans, Paaldansen, Parendans, Paso doble, Pavane,  Pogo, Polka, Polonaise, Popping, Quadrille, Quickstep, Ragga, Reggaeton, Reidans, Repetitieve dans, Ringdans, Riverdance, Rock-'n-roll, Rondedans, Rueda de Casino, Rumba, Sacred Dance of Sacrale Dans of Meditatieve Dans, Salsa, Saltarello, Samba, Sarabande, Showdance, Sirtaki, Skanken, Slowfox, Son, Square dance, Springprocessie Echternach, Stijldansen, Streetdance, Striptease, Swing, Swingfox, Argentijnse- en Ballroomtango , Tantric dance, Tapdans, Tecktonik, Twirling, Twist, Vogue, Vogeltjesdans, Volksdans, Wals, Weense wals, IJsdansen, Zouk, Zumba

4 Cees Stavleu, *Dansen voor God*, Studiebijbel magazine, nov. 2007

5 Rosa Regina (Roosje) Glaser (1914-2000) was een Nederlandse danseres, zangeres en danslerares. Voor de oorlog had zij in Nederland verschillende dansscholen. Als Joodse vrouw werd ze in de Tweede Wereldoorlog verraden door haar ex-man. Ze werd op transport gezet naar Westerbork, vervolgens naar Vught en vandaar uit naar Auschwitz en Ravensbrück. Door op te treden overleefde ze uiteindelijk zes concentratiekampen. [**https://nl.wikipedia.org/wiki/Rosa\_Glaser**](https://nl.wikipedia.org/wiki/Rosa_Glaser)

6 [**https://dansfans.cultu.be/islam-geen-dansen-2**](https://dansfans.cultu.be/islam-geen-dansen-2)

7*‘Dansen is geen misdaad’, schrijven Iraanse vrouwen uit protest tegen arrestatie tiener*, NRC.Next, 10-7-2018; Gerhard Wilts, *Twee jaar cel voor Iraanse na afdoen hijab*, Nederlands Dagblad, 10-7-2018

8 Robert Doornenbal, *Dansend de opstanding vieren*, Nederlands Dagblad, 1-11-2013

[**9**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref9) G. Roos, *Dansen staat op gespannen voet met Geref. Zeden*, Reformatorisch Dagblad, 9-4-1983

[**10**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref10)Gerhard Wilts*, ‘Dat ligtvaerdige gehuppel – O gruwel’*, Nederlands Dagblad, 14-12-1998, over de scriptie  van drs. Suzanne Loohuis naar het verzet van de Gereformeerde Kerken tegen dansen, getiteld ‘Dat ligtvaerdige gehuppel – O gruwel’.

11 [**https://www.amerika.nl/amerika/reisgids/amerikaanse-samenleving/shakers/**](https://www.amerika.nl/amerika/reisgids/amerikaanse-samenleving/shakers/)

[**12**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref12) Lee Thomas, *Billy Sunday*(Californië, VS: van Nuys, 1974), pp. 86-88, 109

[**13**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref13) G. Roos, *Dansen staat op gespannen voet met Geref. Zeden*, Reformatorisch Dagblad, 9-4-1983

[**14**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref14) Ds. G. van Veldhuizen Azn, *Dansen ja of neen*(Den Haag: Voorhoeve, 1946)

 15 Rick Moeliker en Eymeke Verhoeven, *‘We moeten de wereld mijden’*, Nederlands Dagblad 1-11-2018. Dit artikel verscheen n.a.v. het ontslag door het Driestar College van Arjan van Essen die zijn gokverleden wilde vertellen in een theatervoorstelling.

[**16**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref16) Reina Wiskerke, *Springprocessie Echternach mag geen folklore worden*, Nederlands Dagblad, 8-5-2008

 17 Gerard ter Horst, *Dans en drama houdt de synode bezig*, Nederlands Dagblad, 23-11-2016; Maarten Boersema, *Geloof met je hele lichaam*, Nederlands Dagblad, 6-5-2017

[**18**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref18) Robert Doornenbal*, De christelijke dans in de kerkgeschiedenis*, Ellips BW32/275 april 2007; Robert Doornenbal, *Dansen als geloofsbelijdenis*, IDEA aug. 2009; Robert Doornenbal, *Dansend de opstanding vieren*, Nederlands Dagblad, 1-11-2013

 19 Titia Lindeboom, *Dansen in de kerk*, Christen Vandaag, juli/aug. 1998

[**20**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref20) [**https://www.centrumvoorbibliodrama.nl/2014-06-06-21-14-00**](https://www.centrumvoorbibliodrama.nl/2014-06-06-21-14-00)

 21 [**https://www.riettebeurmanjer.nl/**](https://www.riettebeurmanjer.nl/)

 22  [**https://www.danskerk.nl/**](https://www.danskerk.nl/)

23 [**www.precious-dans.nl**](http://www.precious-dans.nl/)

 24 Joël Valk, *De taal van het lichaam*, CV.Koers, nov. 2004

25 Joël Valk, Dansen tot eer van je Schepper, CV Koers, juli-aug. 2004; [**https://devliegendespeeldoos.com/hanneke-van-der-weele-esther-mast/**](https://devliegendespeeldoos.com/hanneke-van-der-weele-esther-mast/) ; [**https://www.studio26.nl/studio26/medewerkers/directie/hanneke-van-der-weele/**](https://www.studio26.nl/studio26/medewerkers/directie/hanneke-van-der-weele/)

[**26**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref26) Marie Neeteson, *‘Als God ons lof-offer heeft verteerd, zal Hij komen met de manifestatie van zijn zalving’*, Charisma, dec. 2000; [**https://www.amazon.com/Dancing-into-Anointing-Touching-Through-ebook/dp/B0085X0LGW**](https://www.amazon.com/Dancing-into-Anointing-Touching-Through-ebook/dp/B0085X0LGW)

27 Jos Corveleijn, *‘We willen bewust voor God dansen’*, Uitdaging, april 2008

28  [**www.itsmoving.nl**](http://www.itsmoving.nl/); Hanna Smallenbroek, *Dansend de verhalen over God vertellen*, Nederlands Dagblad, 27-3-2019

29 Rianne van der Smitte met Jan van der Hoeven, *Twee Heren… Alternatieve geneeswijzen van God of van zijn tegenstander?*(Hoornaar: Gideon, 1992), pp. 26, 27

30 [**http://www.dansparasol.nl/sacred-dance/81-wat-is-sacred-dance**](http://www.dansparasol.nl/sacred-dance/81-wat-is-sacred-dance)

[**31**](applewebdata://3A0BF6C1-AD51-40ED-8279-733BEC2E23C5#_ednref30) Jonas Kooyman, *Dans jezelf in extase*, NRC.Next, 5-7-2018