

Artikelserie in der Tageszeitung Trouw,  
URTÄNZERIN

## DURCH TANZEN KANN MAN FÜR EINEN MOMENT REIN WERDEN

Es gibt tausende religiöse Therapeuten, Lehrer und Gurus in den Niederlanden. Einige nennen sich New Age, die meisten ziehen den Begriff spirituell vor. Eine Anzahl der wichtigen Strömungen werden in Wort und Bild vorgestellt. Heute: Mit Musik, Gesang und Tanz das Göttliche ehren. Urtänzerin Anneke Wittermans (1957) aus Leiden: "Tänze sind wie Menschen, sie wollen Aufmerksamkeit."

Geistliche Führer  
(Koert van der Velde)

"Mit einer ordentlichen Portion Bluff begann ich vor 28 Jahren Urtanz-Kurse zu geben, ein selbsterdachter Begriff für etwas noch Vages, aber etwas, das ich wollte. Damals wusste ich nicht, was ich da begann. Jetzt, nach Jahren, weiß ich nur, dass die Welt, die im Tanz verborgen liegt, viel größer ist, als ein Menschenleben es erfassen kann. Im Tanz wohnt jahrhundertealtes Wissen, mit dem der Tänzer sich verbinden will. Manchmal kann man durch den Tanz, wie durch ein Schlüsselloch, in die enorme Welt schauen, die dahinter liegt. Ich tanze nicht zu meinem eigenen Vergnügen, weil ich es so angenehm finde. Tänze sind wie Menschen, sie wollen Sorgfalt. Sie wollen getanzt werden, um sichtbar werden zu können, sie suchen einen Körper, um sich darin zu manifestieren. Für mich ist Tanz ein vollwertiger, spiritueller Weg. Ich will mich selber damit verfügbar machen, meinen Teil beitragen zum größeren Ganzen. So habe ich prächtige Musik aus Ruanda, sie atmet Vergebung. Sie haben dort die Medizin für ihre durch Völkermord erkrankte Gesellschaft selber in Händen. Dafür will ich tanzen. Ich schaffe so Daseinsberechtigung und werde zum Zeugen. Immer will ich Zeuge besonderer Momente sein. Wir Menschen sind die Sinne Gottes, denn dass Gott selber sehen kann, glaube ich nicht. Durch das Tanzen zur Musik erhöhe ich den Wert der Musik und diene ich Gott. Ich glaube sogar, dass das Einfluss hat auf den Versöhnungsprozess in Ruanda.

Jede Musik hat ihre eigene Qualität, wie Vergebung, Sensualität, Religiosität oder Trauer. Ich suche eine Bewegung dazu, die die Eigenschaft in einem selber erglänzen lässt. Ein solcher Tanz trägt einen Kristall in sich, der es ermöglicht, eine bestimmte Qualität zu wecken. So kann man sich z.B. die Qualitäten 'Leichtfüßigkeit' und 'Humor' zu eigen machen - so dass man es wird, unabhängig davon, wie man zu Anfang war. Leichtfüßigkeit und Humor erstrahlen dann dermaßen, dass man später darauf zurückgreifen kann. So kann man auch lernen, in einer emotionalen Situation einen klaren Kopf zu bewahren oder auch gerade dann die Emotion wirklich zu empfinden.

# 2009



## Urtanz

Anneke Wittermans

Willem Dreeslaan 21

8161 ZD Epe

Netherlands

tel:0031-578-610161

[www.beweeegreden.org](http://www.beweeegreden.org)

e-mail [diadans@planet.nl](mailto:diadans@planet.nl)





Einige Menschen machen während des Tanzens zu große Schritte. Das tun sie auch im übrigen Leben. Nachdem monatelang die kleinen Schritte eingeübt sind, wirkt sich das aus auf das übrige Leben. Für alle Probleme, denen man begegnet, gilt, dass man sie mit Tanz lösen kann, dass man sie damit auch im normalen Leben lösen kann.

Das geschieht durch Reflexion und durch Tanz. Dadurch, dass man sich zwei Stunden lang mit einer Qualität befasst (kleine Schritte machen, Geben, Nehmen), schreibt man sich diese Qualität in die Aura, man nährt sein eigenes System. Alle Wiederholung kommt so ins Blut. Blut ist wie ein Bandrekorder. Aura und Blut - wie das alles funktioniert, weiß ich nicht. Es ist unauskristallisiertes Wissen, suppenartiges Plasma in meinem Kopf.

Ein anderes Geheimnis? Da ist der Körper, in dem man wohnt, in dem alle Organe ständig alles wiederholen, Leben voller Rhythmus und Struktur. Aber das Hirn faselt in einem fort, voller Phantasie und Chaos auf der Suche nach Neuem. Im Tanz probiert auch der Kopf, die Sprache der Organe zu sprechen, dadurch, dass er hilft, die Bewegungen zu verfeinern. Körper und Hirn fassen so wieder Vertrauen zueinander und das kann in Krisenzeiten hilfreich sein. Jeder Tänzer hat auch immer sein eigenes Päckchen 'shit' dabei. Die Hälfte der Zeit sieht man alle in Gedanken mosern: "Ich kann das nie", oder: "Die Nachbarin, die ist aber auch hölzern...". Durch das Tanzen kann man für einen Moment rein werden. Dann wird es ganz still im Oberstübchen und es wird einem klar, wie besonders es ist, Mensch zu sein, dass es einem größeren Ganzen dient und dass man sein Steinchen dazu beitragen kann.

Gibt es während der eineinhalb Stunden, in der wir eine Tanzbewegung endlos wiederholen, eine Sekunde, in der die Gruppe Befreiung erfährt, so tue ich es dafür.

Eine solche Erfahrung bekommt man nicht automatisch, man kann nur den innigen Wunsch zum Ausdruck bringen, man kann es nicht einfordern. Aber gemeinsam ist es schon einfacher.

Ich stehe auf dem Strand. Da kommt eine Wolke voller 'shit' angeweht. Die sucht einen geeigneten Kandidaten, um sich mit den negativen Bildern zu nähren, die jedermann hat. Sie geht vom Einen zum Anderen, bis sie jemanden gefunden hat, auf dem sie sich niederlassen kann.

Aber ein Mensch kann sich von solchen Gedanken befreien, er kann entscheiden, mit welchen Qualitäten er sich nähren will. Kunst, inklusive Tanz, muss darum immer positiv sein und das Beste in mir stimulieren. Nur diese Art Kunst hängt bei uns zu Hause an der Wand."

## WORKSHOPS URTANZ 2009 in Süddeutschland Regensburg

**"Ode an der letzten der weiblicher Linie"**

info <http://www.beweeegreden.org/Folders.html>

**Fr. 20.2.-Mo. 23.2.09**

**Fr. 23.10.-Mo. 26.10.09**

**Info: Gabriele Nirschl**

**Tel: 09401-89062**

**info@institut-einklang.de**



**10 - 19 April 2009  
Urtanz auf Kreta**

## Sommerkurs am Meer in Katwijk 2009

22 t/m 26 Juni in Zeeland am Strand(NL) •180

4 Juli-7 Juli Katwijk am Strand •180

3 t/m 6 Augustus Katwijk am Strand •180

18 t/m 21 Augustus Schiermoninkoog  
Waddenlicht Festival

31 t/m 3 September Katwijk am Strand •180

Blühend , frisch und geprickelt von Kopf bis Fuss, sauber, gewaschen durch Salz, Sand und Sonne siehst Du langsam die Spuren vom letzten Tanz ausgewischt werden, durch Wellen mitgenommen, aber die Erfahrung bleibt, für immer.

### Wie das Wetter sich auch benimmt, draussen tanzen auf dem Strand

06.00-08.00 Tanzen auf dem Strand

08.00-10.00 Waschen in den Welle und  
Frühstück in den Dünen

10.00-12.30 Wiederum Tanzen, auf dem Strand

13.00 Abkühlen und sauberspülen in den Wellen.