

Visie aanbiddingsdans bij Christelijke Dansschool La Vive

Kingdom Dance Expression (21+ groep): om de week op maandagavond

Flags and Dance (groep 7+): om de week op donderdagavond

Psalm 150: 4 Loof Hem met dans en tamboerijn!

Kingdom Dance Expression 21+

Vanaf september 2025 starten wij een nieuwe dansgroep bij dansschool La Vive: aanbiddingsdans!

Aanbiddingsdans komt voort uit de leiding van de Heilige Geest, deze dans is dus spontaan en niet ingestudeerd. Hierin mogen we ons laten leiden door de Heilige Geest. Het is uiteindelijk een profetische expressie.

Hierbij kan gebruik worden gemaakt van gekleurde dansdoeken en/of vlaggen, maar dit hoeft niet.

Het is geen probleem hierbij in het begin eerst te leren in vrijheid te staan, en bijvoorbeeld ook naar anderen te kijken hoe ze dit doen en hun bewegingen na te doen.

De lessen zijn juist daarom bedoeld, zodat we mogen leren om in die vrijheid die de Geest geeft te gaan bewegen, en uiteindelijk daarin steeds meer te durven uit te stappen. Een verdieping van en meer vrijheid in onze aanbidding naar God.

Het doel is dat we leren ons in vrijheid te uiten in onze aanbidding, zoals de Geest het in ons legt.

Het gaat er niet om wie mooier of beter is, maar om onze pure expressie in aanbidding naar God.

Hierin zal ik ook begeleiding geven in oefeningen die we samen doen. Bijvoorbeeld: iedereen pakt een tamboerijn en we maken een kring, en hierin maken we eerst met elkaar bewegingen die ik dan benoem, ook kan het zijn dat iemand anders dan een beweging in kan brengen, of dat we dit om de beurt doen. Daarnaast is er ruimte voor vrije expressie.

Leren connecten (verbinden) met elkaar is ook een belangrijk onderdeel. Hierin kun je denken aan groepjes van 2, waarbij 1 de ander leidt en is als Jezus of God de Vader, en de ander de ogen dicht heeft en vrije uiting geeft aan haar dans, vertrouwend op degene die als Jezus is en zorgt dat ze niet tegen iemand of iets aanbotst. We leren hierin ook connectie met elkaar tijdens de aanbidding, naast het zelf alleen met God dansen en bewegen.

Hierbij mag iedereen kwetsbaar zijn, kleine bewegingen zijn ook genoeg, het hoeft er niet uit te zien als een geweldige dans en hierin wil ik ook bescherming bieden door dit duidelijk te maken. Ook mogen we leren om meer in onze identiteit in Christus te groeien en te leren staan.

God houdt van een ieder die zich uit in creatieve of profetische expressie, en is niet beoordelend of veroordelend aan het kijken hoe iemand dat doet, ik wil hierin een veilige omgeving scheppen voor iedereen die in de groep meedoet.

We mogen leren zowel God als elkaar meer en meer te gaan vertrouwen. Hierin zal ik een atmosfeer van vertrouwen scheppen, waarin mensen kwetsbaar mogen zijn en dingen met elkaar mogen delen.

Intercessie door dans (eventueel met vlaggen/doeken)

In de dans zullen wij ook aandacht besteden aan de dans als een vorm van voorbede. Dansen onder leiding van Gods Geest is krachtig! Hierin kan zelfs ruimte zijn voor genezing, redding of het in vrijheid komen van mensen omdat wij een atmosfeer van Gods aanwezigheid kunnen scheppen door de dans, waarin heling en genezing kan plaatsvinden. Maar in de lessen zal dit met name een vorm van voorbede voor bijvoorbeeld bedieningen of andere noden zijn, omdat hier geen andere mensen bij aanwezig zijn. In een profetie van Rita en Stephen Fedèle die over mij is uitgesproken, werd ik hierin bevestigd: “als jij danst, vlagt en aanbidt, zal God Zijn leger(s) van engelen zenden, en zij zullen de plannen van de vijand verbreken!” Hierin mag ik de dansers ook meenemen. Heb jij hier ook een verlangen naar? Dat je dans zoveel gaat vrijzetten in de hemelse gewesten?

Opzet van de avond:

- Inloop en even praten met elkaar/thee
- Gebed en inleiding n.a.v. bijbeltekst en uitleg, behorend bij een thema voor een reeks lessen (ca. 10 minuten)
- Kort rondje met elkaar delen van wat mensen bezig houdt/raakt n.a.v. de inleiding (ca 10 minuten)
- Starten met de dansles (hierin zoek ik elke week de leiding van de Heilige Geest, voor wat we gaan doen) – 1 uur.
- Tussendoor reflectie (wat heb je ervaren)
- Eindigen met gezamenlijk gebed (binnen de tijd voor dansen)
- Mogelijkheid voor gebed voor persoonlijke noden (laatste half uur)

De visie van de dansschool La Vive is:

Veiligheid = er zal een atmosfeer zijn die veilig is en waarin een ieder gewaardeerd voelt en kan groeien.

Identiteit = we zullen met elkaar, door het dansen zowel als door een stukje onderwijs, gaan groeien in identiteit. Ons geliefd weten bij onze Hemelse Vader bij wie geen aanzien des persoons is, niemand is belangrijker dan de ander (Jakobus 1: 1)

Vriendschap = we gaan leren samen onze God te ontmoeten, en ook elkaar leren vertrouwen in de dans. Zodat we in eenheid met elkaar kunnen dansen, samen in aanbidding kunnen zijn. Daarnaast zullen we een aantal zaterdagen (of indien nodig een ander dagdeel/avond) met elkaar een leuke, nader te bepalen activiteit doen, om elkaar beter te leren kennen.

En nog zoveel meer

De manier waarop deze lessen verlopen sluiten volledig aan op de visie van de dansschool.

Voor wie zijn deze aanbiddingsdanslessen bedoeld:

- Ben je gedoopt in de Heilige Geest en al wat langer op weg met God, waarbij je een diepere vorm van aanbidding zoekt?
 - Heb je een hart voor expressie, dans of vrije uiting in je aanbidding, wil je meer vrij leren zijn om God de eer te geven in je dans en profetische dansvormen?
 - Verlang je ernaar deze expressie ook met anderen te delen, en zo niet alleen eenheid met God maar ook met anderen te zoeken?
 - Wil je met je dans en expressie leren om krachtiger te staan in voorbede?
- Gaat je hart hier sneller van kloppen, geef je dan snel op!

Voor wie zijn deze aanbiddingslessen NIET bedoeld:

- Als je verlangt naar het leren van dansjes, met choreografie, dan is een van de andere danslessen van dansschool La Vive voor jou bestemd! Bij de aanbiddingsdanslessen zullen we geen choreografie leren, op wat basis dansmoves na.

Flags and Dance (groep 7+)

Hey jij daar!

Hou jij ook zoveel van vlaggen en dansen? En heb jij een verlangen om hier met meer vrijheid in uit te stappen, waarbij je mag leren meer geleid te worden door Gods Heilige Geest? Of heb je gewoon weinig mogelijkheden om thuis te vlaggen en/of te dansen, en wil je dit graag vaker doen als vorm van aanbidding voor God?

Aanbiddingsdans komt voort uit de leiding van de Heilige Geest, deze dans is dus spontaan en niet vooraf ingestudeerd. Bij de youth groep, willen we de nadruk niet alleen op dans leggen, maar ook op het gebruik van vlaggen. Vanuit het vlaggen, kunnen we ook leren om vrij te zijn in het dansen, zowel met als zonder vlaggen en doeken.

We gaan meer leren over het vlaggen:

- wat staat daar eigenlijk over in de bijbel?
- waarom gebruiken we vlaggen?
- wat betekenen de kleuren en wanneer gebruiken we welke kleur?
- het gebruik van vlaggen als een vorm van gebed
- hoe vlaggen we samen? Kunnen we elkaar spiegelen, of bijvoorbeeld een mars maken?

En daarnaast gaan we dus ook leren om vrij te zijn in het dansen samen met God! Daarbij leren we geen dansjes, maar laten we ons heerlijk vrij leiden door God. Maar natuurlijk mag je als je dat spannend vindt ook gewoon elkaar of de dansjuf nadoen, of hier hulp in vragen. Hierin zal ik jullie ook leuke opdrachten geven, waarbij we elkaar soms nadoen zodat iedereen even “leider” mag zijn, en andere momenten leren zelf te bewegen. Alles is goed, niets is fout! Je kunt het niet fout doen! Je kunt bijvoorbeeld bewegingen nadoen waar het liedje over gaat, maar je kunt ook

ineens merken dat je heerlijk vrij bent en je gedragen voelt door Gods Geest om samen met Hem te dansen, alsof het vanzelf gaat! Dat komt dan door Gods Heilige Geest, die je als het ware meeneemt.

De lessen zijn juist daarom bedoeld, zodat we mogen leren om in die vrijheid die de Geest geeft te gaan bewegen, en uiteindelijk daarin steeds meer te durven uit te stappen. Een verdieping van en meer vrijheid in onze aanbidding naar God.

Het gaat er niet om wie mooier of beter is, maar om onze pure expressie in aanbidding naar God. God ziet je hart!

Hierin zal ik ook begeleiding geven in oefeningen die we samen doen. Bijvoorbeeld: iedereen pakt een tamboerijn en we maken een kring, en hierin maken we eerst met elkaar bewegingen die ik dan benoem, ook kan het zijn dat iemand anders dan een beweging in kan brengen, of we dit om de beurt doen. Daarnaast is er ruimte voor vrije expressie.

Leren samen “connecten” (verbinding met elkaar hebben) is ook een belangrijk onderdeel. Hierin kun je denken aan groepjes van 2, waarbij 1 de ander leidt en is als Jezus of God de Vader, en de ander de ogen dicht heeft en vrije uiting geeft aan haar dans, vertrouwend op degene die als Jezus is en zorgt dat ze niet tegen iemand of iets aanbotst. We leren hierin ook connectie met elkaar tijdens de aanbidding, naast het zelf alleen met God dansen en bewegen. Hierbij mag iedereen kwetsbaar zijn, kleine bewegingen zijn ook genoeg, het hoeft er niet uit te zien als een geweldige dans en hierin wil ik ook bescherming bieden door dit duidelijk te maken. Ook mogen we leren om meer in onze identiteit in Christus te groeien en te leren staan.

God houdt van een ieder die zich uit in creatieve of profetische expressie, en is niet beoordelend of veroordelend aan het kijken hoe iemand dat doet, ik wil hierin een veilige omgeving scheppen voor iedereen die in de groep meedoet.

We mogen leren zowel God als elkaar meer en meer te gaan vertrouwen. Hierin zal ik een atmosfeer van vertrouwen scheppen, waarin je kwetsbaar mag zijn en dingen met elkaar kunt delen.

Opzet van de avond:

- Inloop

- Jezus momentje: we pakken de bijbel erbij en lezen een stukje, en praten hier over.

- Hoe gaat het, zijn er dingen om te delen met elkaar?

- Starten met de dansles

- Eindigen met gebed (binnen de tijd voor dansen).

Tijd: 19.00 – 20.30 uur

De visie van de dansschool La Vive is:

Veiligheid = er zal een atmosfeer zijn die veilig is en waarin een ieder gewaardeerd voelt en kan groeien.

Identiteit = we zullen met elkaar, door het vlaggen/dansen zowel als door een stukje onderwijs, gaan groeien in identiteit. Ons geliefd weten bij onze Hemelse Vader bij wie geen aanzien des persoons is, niemand is belangrijker dan de ander (Jakobus 1: 1)

Vriendschap = we gaan leren samen onze God te ontmoeten, en hierin ook elkaar te leren vertrouwen. Zodat we in eenheid met elkaar kunnen dansen, samen te aanbidden. Daarnaast zullen we een aantal zaterdagen (of indien nodig een ander dagdeel/avond) met elkaar een leuke, nader te bepalen activiteit doen, om elkaar beter te leren kennen.

En nog zoveel meer

De manier waarop deze lessen verlopen passen binnen de visie van de dansschool.

Voor wie is deze dansgroep bedoeld:

- Voor iedereen die van vlaggen en dansen houdt
- Voor iedereen die van God houdt, en Hem nog meer en dieper wil aanbidden, in vrijheid
- Voor degenen die samen plezier willen hebben, een veilige groep waar je jezelf kunt zijn
- Voor iedereen die zichzelf wil kunnen uiten in aanbidding door dans/vlaggen
- Voor iedereen die meer wil leren over hoe je door deze vorm (dans/vlaggen) je gebed bij God kunt brengen en het kracht kunt bijzetten

Voor wie is het NIET:

Voor degenen die graag dansjes met choreografie willen leren en willen optreden op het podium (hoewel niet uitgesloten is dat wij met de vlaggen en dansen dit eens zullen doen). Je leert dus vooral vrij te zijn in je aanbidding. Wil je juist dansjes leren, kijk dan eens bij de andere dansgroepen die La Vive aanbiedt!

Mariëtte Baron

Dansdocent