

Reisgenoten: Down to Earth

Etappe 1 | De aarde is boordevol hemel.



Onderdeel van programma

Voor wie
Volwassenen

Reisgenoten: Duurzaamheid | Down to Earth

Duur
60+ minuten

1. Het startpunt

Tijdens het startpunt maak je contact met elkaar en met het thema. Dit doe je door samen op een tekst te kauwen en daarna verschillende perspectieven te delen.

- Verwelkom de deelnemers en vertel wat het thema is. Geef iedere deelnemer een pen en een werkboek.
- Lees een van de teksten voor en nodig deelnemers uit om er zelf op te kauwen. Wat raakt je? Waar raakt het je? Hoe raakt het je leven?
- Schrijf of teken vervolgens iets over deze tekst. Dit kan een gedicht- je, een gedachte of een tekening zijn.
- Deel met elkaar de reacties op de tekst. Dit kan in de grote groep of in tweetallen. Laat de reacties klinken, zonder een uitgebreid gesprek of discussie te starten. Luisteren is genoeg.

Testkeuze A

*'De aarde is boordevol hemel
en elke struik, hoe gewoon ook
staat in lichterslaai van God.
Enkel hij die het ziet
doet zijn schoenen uit
De rest zit er omheen
en plukt bramen.'*

Bron: Elizabeth Barrett Brownin (dichter)

Tekstkeuze B

*Er is iets in de dingen dat ontroert:
het is de schoonheid niet der bloemen,
noch het glanzen van een blad, noch het roepen
van de roerdomp in de nacht. Het is
daarin, maar ook daarachter en daarboven
en daaronder, dieper in de grond, die
warm en geurig is als versgebakken brood.*

*Het zijn de sappen die onzichtbaar blijven,
diep in de wortels en het hart waarin het
leven roert. Het zijn de klanken en geluiden
die een kind kan horen als het zijn oor
te luisteren legt dicht aan de grond. Het is
het trillen van de wingerdrank wanneer uw
hand haar aanraakt, en het beven van de
kever op het blad, dat groeit en zwelt.
Het is het dons der distelbloemen en de pijn
der wonden die uw vlees doorsplijt.
Het zijn de tekenen van Gods aanwezigheid.'*

Bron: Pieter Buckinx (dichter & schrijver)

2. Onderweg

De reis is van start, nu ben je onderweg. Dat is soms uitdagend en soms rustgevend. Hier kan je ook wat verdwalen, andere paden verkennen of zelfs van het padje gaan. De oefening of het ritueel helpt je om verdieping te vinden en koers te houden.

Benodigheden:

- Al je zintuigen.
- Iets wat niet door mensen is gemaakt. Bij voorkeur in de buitenlucht.
- Pen en papier.

Uitleg van de oefening

- Bekijk 5 minuten iets wat niet door mensen is gemaakt. Een boom, een blad, een dier, een bloem, een insect. Zet je gedachten stil: observeer alleen. Adem in en uit, kijk, hoor, ruik, proef, voel.
- Schrijf of teken na die 5 minuten op papier wat je opviel of wat je ervaren hebt. Beschrijf je waarnemingen, zonder interpretatie.

Voorbeeld:

Het blad is groen. Als je langer kijkt, zie je heel veel vertakkingen en steeds meer kleuren

groen. Het voelt koel en glad aan. Het voelt kwetsbaar, maar ook sterk met al die nerven en die stevige structuur.

- Schrijf op wat je ontroert of raakt. Welke ervaring van iets hogers of diepers kun je terugzien in deze boom, dit blad, dit dier, dit insect?

Voorbeeld:

Het blad is heel kwetsbaar, maar tegelijkertijd ook vol leven. Het lijkt zo gewoon, maar zit heel ingewikkeld in elkaar. Je ziet iets van hoe heel gewone dingen heel bijzonder in elkaar zitten. Ook is het niet alleen maar een goed werkend systeem, het is ook heel mooi.

Zomaar. Dat geeft mij een gevoel van eerbied voor het leven/de Schepper.

- Laat jouw subject zien aan de groep, en noem in 1 of 2 zinnen wat het voor jou representeert. Deel op deze manier om de beurt jullie ervaring. Reageer niet op elkaar, maar luister.

Voorbeeld:

Ik laat dit boomblad zien. Dit blad lijkt heel gewoon, maar is als je goed kijkt een complex systeem en ook nog eens heel mooi om te zien. Dat geeft me een gevoel van eerbied voor het leven.

3. Het eindpunt

Het eindpunt is de finish van deze etappe. Het is belangrijk dat jullie goed afronden en afscheid nemen, zodat je het gewone leven weer kunt verwelkomen.

Benodigdheden

Een kiezelsteen/stukje hout waar je op kunt schrijven en stiften.

Uitleg van de oefening

Deelnemers schrijven elk één woord/begrip op een steen/stukje hout dat ze willen vasthouden, letterlijk en figuurlijk. Ze lezen dit om de beurt voor, in antwoord op de inleiding van de reisleader, en nemen dit voorwerp mee naar huis om te bewaren voor de volgende keer!

Reisleader leest voor

‘Dank U voor dit moment. Dank U dat ik hier mag zijn. Hoe ik mij ook voel, ik probeer te voelen met al mijn zintuigen. Om te ruiken, te proeven, aan te raken, te horen, te zien hoe groot, breed, stevig en kwetsbaar de aarde is. Dit beeld staat diep in mijn ziel gegrift. Ik draag het bij me, want ook ik ben uw schepsel.’

Bron: 1 minuut-gebeden klimaatpelgrimstocht 2021

