

"Actie"-vijfdaagse in Wéris van 8 tot 12 november 2012.

DONDERDAG 8 NOVEMBER

Volgende groep kwam aan, enkele uren na de vorige die pas was vertrokken. Leo bracht een geluidsinstallatie mee, dat was veelbelovend voor de start van een meerdaags verblijf met als thema "actie en dynamiek". Zo kregen we meteen muzikale omkadering met aardig wat nummers uit de oude doos en verder allerlei sfeermuziek. Een drukte aan tafel...

De eerste avondsessie bestond uit yoga en massages. Valère beet de spits af met een yoga-inleiding waar iedereen aan meedeed. De rest van de avond werd ingevuld door een massageles: de technieken voor de rugmassage, al doende aangeleerd terwijl zij die meededen daadwerkelijk konden voelen hoe het werkt in plaats van eerst als toeschouwers een demonstratie te bekijken. De tijd van veertig minuten geeft aan dat men uitvoerig kon leren en genieten. Maar het is vooral oefenen en nog eens oefenen om het echt in de vingers te krijgen.

Na 22u was er ruime gelegenheid om gezellig naar muziek te luisteren en een babbeltje te slaan. Verandering van bedstee was voor sommigen een probleem; het gebeurt vaak dat deelnemers niet goed slapen de eerste nacht en daarover hoorden we de volgende morgen een relaas.

VRIJDAG 9 NOVEMBER

Na het ontbijt een wandeling van ongeveer 10 km naar de beroemde "dolmens" van Wéris en daarna via Morville en vele boswegen naar de "Pierre Heina" en zo naar de verblijfplaats terug. Welgeteld twee grote paddenstoelen eekhoorntjesbrood vonden we om te gebruiken in een omelet. Alfonso is kenner bij uitstek en waakte erover dat we geen vliegenzwammen en andere gevaarlijke soortgenoten zouden mengen met de eetbare exemplaren.

's Middags arriveerde Raymond die enkele dagen bleef om bewegingsexpressie te begeleiden. Hij begon pas met zelf sessies te begeleiden nadat hij bij Attilio van Danz d'Adentro cursus volgde; hij kreeg de kans om bij ons zijn eerste stappen te zetten in dat begeleidingswerk en tegelijkertijd kon hij een paar dagen in de groepssfeer duiken. Raar maar waar, 20 jaar geleden kwam hij als tienjarige jongeling samen met zijn vader en moeder in Leopoldsburg in de tuin van Michel Steurs in de Lidostraat een dag meedoen toen we daar de kans kregen om onze eerste meerdaagse vakantiebijeenkomsten te organiseren. Waar is de tijd... Een aardige evolutie en vooral een grote stap van Raymond.

Namiddag gaf ik een les als initiatie gezichtsmassage, buiten, met het gezicht naar de zon gekeerd, kon nog net in dit killer wordend seizoen. Daarna kwam Ria met een les in de Pilates-methode om te ontspannen volgens die specifieke methode. Zij gaf daarna een les in salsadans om voor de meesten die er nog niets van kenden de basisstappen

aan te leren met één-twee-drie, één-twee-drie ... Mooi om te zien hoe sommigen dat helemaal in zich hadden en er meteen mee weg waren!

Maar af en toe is er zorg nodig voor het voorbereiden van de warme maaltijden en daarom werd een werkpauze ingelast voor het eetmaal van die avond en voor de voorbereiding van de spaghettisaus voor 's anderendaags. De samenwerking vlotte goed en het zag ernaar uit dat het resultaat niet te wensen zou overlaten.

De avondsessie bestond uit twee delen: bewegingsexpressie begeleid door Raymond en een tweede massageles voor een paar mensen die dat verder wilden leren.

ZATERDAG 10 NOVEMBER

De voorziene wandeling naar een tweede reeks dolmens verder in de velden ging niet door omdat er in het historisch kerkje van Wéris een bijzondere gebeurtenis plaatsvond toen we er voorbijkwamen. Een stukje religie maar vooral iets van de plaatselijke volkscultuur: de inhuldiging van een nieuw beeldhouwd kruisbeeld en de misviering ter gelegenheid van de diamanten bruiloft met 60 jaar huwelijkstrouw van Nénette en Clément. De liederen werden door de leden van het kerkkoor uit volle borst meegezongen, begeleid door een instrumentaal gezelschap. Enkele fragmenten:

..... *"L'amitié désarmera
toutes nos guerres,
' espérance habite la terre..."*

en

..... *"Aimer, aimer, aimer toujours,
la force de l'amour transformera la terre!
Aimer et servir sans retour
pour que le monde un jour connaisse la lumière"*

De voorzanger en tevens muzikant op keyboard wekte speciale belangstelling en voor deze uitzonderlijke gelegenheid was er ook een jeugdige violiste en een soliste om het zangkoor te versterken. Deze samenkomst leek ook op een moment waarop bijna alle vaste bewoners van het dorp aanwezig wilden zijn om elkaar te ontmoeten, zo te zien aan de gemoedelijke praatjes en omhelzingen in de kerk voor het begin van de eredienst.

In een artisanale bakkerij kochten we brood en we gingen in het dorpscafé iets drinken. Er volgde een vrije namiddag tot half vijf. Lea en ik namen van die gelegenheid gebruik om naar Barvaux te rijden voor extra aankopen.

We verzamelden terug in de werkzaal voor een bespreking over de bewegingsexpressie die Raymond gaf op vrijdag. Vervolgens een salsa-les en een half uurtje meditatie om het namiddagprogramma te beëindigen.

Voor het bereiden van het spaghetti-eetmaal hadden velen gezorgd. Vooral het recept van Alfonso viel in de smaak. Smullen was de boodschap!

De avond verliep in vrijheid naar ieders wens, met verschillende bezigheden. De muzikale kwaliteiten en repertoirevoorraad van Leo kwam nog niet aan bod maar dat zou wel iets worden voor de laatste avond.

Valère gaf de voorbij dagen yogales en vertrok vrijdag terug huiswaarts naar zijn

vriendin Suzanne; hij stuurde ons deze zaterdagavond een sms'je, ook namens haar, om ons nog enkele fijne dagen te wensen. In de late uurtjes zoemde mijn gsm nogmaals terwijl ik dit dagverslag aan 't schrijven was: Jos Polders vroeg hoe het was met de groep in Wéris. De vorige jaren was hij er regelmatig bij maar deze keer niet. Toch voelde hij zich betrokken via dit nachtelijk telefoontje en hij maakte hiermee aan iedereen de groeten over.

ZONDAG 11 NOVEMBER

Deze dag kondigde zich aan als een dag met een paar uitstappen: voormiddag naar de jaarmarkt in Bomal en voor het middageten naar Septon bij Durbuy om een macrobiotische maaltijd te gebruiken in het gezelschap van de leden van de Hara Krishna Gemeenschap.

Ter gelegenheid van de herdenking van Wapenstilstand 11 nov. wekte Leo met een luide versie van het Belgisch volkslied. Bij het ontbijt spraken we het programma af.

Een half uur losmaakoefeningen en dan vertrek naar de jaarmarkt in Bomal.

Van daaruit een uitstap naar de Radhadesh-gemeenschap in Septon om de sfeer op te snuiven en om vegetarisch te eten aan bezoekerstarief. Sommigen maakten een leuke wandeling achteraf in de herfstzon.

Terug aangekomen in Wéris kon Raymond zijn tweede sessie bewegingsexpressie geven. Hij hield rekening met de bemerkingen die we hadden meegedeeld na zijn eerste sessie, twee dagen tevoren.

In het avondprogramma hebben enkelen nog genoten van warmte van rivierkeien op het lichaam. Voor het overige zat er veel muziek en dans in, dank zij de geluidsinstallatie en de uitgebreide collectie muziek van Leo.

MAANDAG 12 NOVEMBER

De laatste dag... "Goede morgen morgen..." van Nicole en Hugo klonk uitbundig tot in alle gangen en slaapkamers en zo kwam de sfeer er al goed in.

Bij het ontbijt kregen we van elkaar allerlei medische weetjes te horen over hartkwalen en -operaties, stoppen met roken, antibiotica òf propolis, enz. Op niet geprogrammeerde ogenblikken vernamen we regelmatig redelijk wat nuttig nieuws vanuit eigen ervaringen en door de aanwezigheid van deelnemers die geschoold zijn rond bepaalde thema's die aan bod kwamen.

Een zonnige wandeling naar "de steengroeve" betekende het einde van ons verblijf.

We evalueerden ten slotte en de meningen werden naast elkaar geplaatst op het gebied van soepelheid in planning, stiptheid om op afgesproken tijdstippen ook aanwezig te zijn, de bijzondere kans die Raymond kreeg om zijn debuut te maken met twee sessies bewegingsexpressie, de vlotheid waarmee de maaltijden op tafel kwamen. Voor een paar nieuwkomers was het een hele ontdekking om op zulke wijze samen te leven gedurende vijf dagen.