

# Nurkun – Straal je licht uit

Jaarcursus 2010/ II: \_\_\_\_\_

## Traditie: Christelijk

CD 38. Tekst: Jezus van Nazareth, Mattheüs 5: 16, Engels, muziek en dans: Neil Douglas-Klotz  
 © Copyright 1990 PEACEWORKS, *International Network for Dances of Universal Peace*,  
 P.O. Box 55994, Seattle WA 98155-0994, U.S.A.

© 2010 NL versie: Noor en Akbar Helweg MTG, Hermelijnlaan 9, 1216 EB Hilversum 035-6249570

1. Nurkun
2. ninhar
3. b'neynasha
4. Straal je licht uit voor iedereen. Straal je licht uit om je heen.
5. Voor iedereen en om je heen, voor iedereen en om je heen.
6. Voor iedereen en om je heen, voor iedereen en om je heen.

Nur-kun nin har b'ney na - sha, Nur-kun nin har b'ney na - sha.

Straal je licht uit Voor ie-der-een. Straal je licht uit om je heen.  
 Let your light shine be-fore the All. Let your light shine from the All.

Voor ie-der-een en om je heen. Voor ie-der-een en om je heen.  
 - For the All and from the All - For the All and from the All.

Start: Maak kring, houd handen vast, kies 1<sup>e</sup> partner.

### Fase 1 – in kring

1. Sta op je plaats, houd handen vast zodat voorarm parallel is met de vloer.  
 Bij ...*kun*, buig naar voren vanuit het midden van je rug, hoofd richting hart.
2. Richt je op en hef hoofd iets omhoog.
3. Stap zijwaarts naar rechts: stap R en teken tegelijkertijd met hart en romp de vorm van een *wassende maan*, van links naar rechts en sluit L aan.

### Fase 2 – naar partners

4. Doe *mayimpas* naar rechts. Bij het woord *licht*, stapt iedereen uit met R-voet.  
 R-partner: ga door met *mayim* – L-voet kruist achter R, stap R uit, kruis L voor.  
 L-partner: ga door met *mayim*: - L-voet kruist voor R, stap R uit, kruis L achter.  
 NB. Deze unieke *mayimpas* laat partners eerste naar elkaar toe draaien, daarna draait iedereen naar zijn 'hoek' partner, enz.

### Fase 3 – met partners

5. Pak R-hand van partner beet, houd op schouder hoogte en draai klokwijs.
6. Herhaal 5 maar doe alles links. Hierna is partner wissel.

Eindig dans met fase 1.

De woorden uit de Bergrede, gesproken door Jezus van Nazareth, zijn heel bekend, net als Het Onze Vader en de Zaligsprekingen. De tekst uit de Bijbel, Mattheüs 5: 16 is: Verberg je licht niet! Laat zo uw licht schijnen voor de mensen, opdat zij uw goede werken (daden) zien en uw Vader die in de hemelen is, verheerlijken.

In diepste wezen zijn alle mensen kinderen van het licht. Wij mensen zijn net als al het leven uit sterrenstof ontstaan. Het licht is geboren in de oneindige duisternis van de moederschoot ons universum. In de realisatie van dit grote wonder kun je bijna niet anders dan stralen en het leven zelf, met elkaar eren en vieren.