



# *Spindelblommans* **heliga dans**

Livet är vackert! Det vill jag göra andra medvetna om. Det säger den brittiska dansaren och skådespelaren Rowan Jacqueline, som är upphovskvinna till spindelblomman, en sorts medicindans. Den heliga dansen sätter oss i samklang med jord, himmel och varandra, med syfte att få tillgång till den kreativa kraften i oss själva och allting runt omkring oss.

**Text** Monika Wilkens **Foto** Gemma Burleigh Photography ([gemmaurleighphotography.com](http://gemmaurleighphotography.com)) Flower Fractal: ©maf04 2012

## ”Medicindans går ner på djupet på ett helt annat sätt än vanlig västerländsk dans.”



Den heliga dansen ska få oss i samklang med jord, himmel och varandra för att vi ska få tillgång till den kreativa kraften i oss själva och allting runt omkring oss.

- Livet är vackert! Jag vill göra människor medvetna om det, säger brittiska dansaren och skådespelaren *Rowan Jacqueline* som har skapat *Spiderflower*, *Spindelblomman*, en medicindans, en sorts bönedans.

Rowan är en mörkhårig kvinna helt klädd i vitt, med en klänning som är sydd i lätta, skira tyger som fladdrar omkring hennes kropp där hon dansar barfota på det grova trägolvet i ladan på Ångsbacka kursgård. Hon svävar runt och håller en trumma i handen som hon taktfast slår sina rytmer på. Tre musiker sitter uppe på scenen och slår på flera trummor i olika storlekar och utföranden.

- Idag så dansar vi livet, vi fokuserar på att kontakta den naturliga världen, stjärnorna, jorden, månen, solen. Dansa in naturen i kroppen och koppla ihop den med din själ, uppmanar Rowan och börjar dansa igen, den här gången tillsammans med deltagarna i workshopen.

**ROWAN FÖRKLARAR ATT** hon ska dansa oss genom ett medicinhjul som hon kallar *Spindelblomman*. Hjulet är en karta av skapelsen, den kreativa kraften. Enligt Rowan kopplar vi upp oss med den kreativa kraften genom en djup kroppslig kontakt som vi får genom dansen. Vi ska dansa sensationer, känslor, låta kroppen följa drömmen och lägga märke till vilken form och vilket tempo den har.

- Tillåt din kropp att koppla upp sig på naturens drömmar! Nu förflyttar vi oss till förnimmelsernas språk: eld, luft, jord och vatten, som rinner in i den sensuella kroppen, ditt sexuella flöde. Andas! Utöka medvetenheten in i naturen: träd, blommor, jorden. Drick den! Ät den! Tillåt känslan att flöda genom din fysiska form, säger Rowan och tillägger att hon vill att vi startar med fötterna och moder jord och arbetar oss upp genom kroppen mot fader sol. Det uppstår en transliktande stämning efter en stund och kroppen dansar av sig själv till trummornas rytm.

När dansen sedan slutat förvånas jag av den kontakt jag känner med mig själv och allting runt omkring mig.

- Jag älskar livet och jag älskar människor! Vi är obegränsade, överflödande varelser och jag gör det här för att hjälpa andra att komma över hindren och att inse hur fantastiska vi är. Vi behöver få tillbaka den själsliga kontakten med allting runt omkring oss, säger hon till mig efter dansen.

Rowan började sitt arbete med att förena dans och medicin för tjugo år sedan. Hon har utforskat en rad andliga metoder och filosofier, gått i skola inom olika ursprungskulturer, frigörande dans och skådespeleri, men basen är keltisk. Hon är noga med att det inte är någon specifik ursprungs- eller någon annan kulturs metoder.

- Medicindans går ner på djupet på ett helt annat sätt än vanlig västerländsk dans. *Spindelblomman* är en ny och samtidigt uråldrig form av dans som är inspirerad av ursprungliga kulturer och heliga platser. Det är min egen medicindans från mitt eget land, Storbritannien, min egen kultur, min egen andlighet. Men den är också inspirerad av urbefolkningar och kulturer från andra länder. Mitt mål är att de som deltar ska finna sin egen andlighet. ►

**SEDAN 1999 HAR** Rowan undervisat och delat med sig av Spindelblomman som är en kraftfull metod som lockar fram kreativitet och sammankopplar och balanserar kropp, ande och den naturliga världen.

- Man kan kalla det för en spegel. Eller en karta över skapelsen, om man så vill, säger hon och berättar att grunden för dansen är improvisation och en stor del frihet.

- Det betyder att dansen är din egen, det som händer händer, det finns inga steg att lära sig och ingen koreografi att följa. Improvisation handlar om att vara närvarande, med allting, med nuet! Och att tillåta dansen att utvecklas från det inre, när dansaren lyssnar in sin kropp, tempo och rytmen.

Det är en spännande form av frigörande och upptäckande, säger Rowan och tillägger att det samtidigt finns en klar struktur att följa när hon ger instruktioner i dansen.



Rowan Jacqueline är upphovskvinna till Tattered Butterfly Arts och Spiderflower. Hon har tjugo års erfarenhet inom teater och dans och har även studerat ursprungsbefolkningar och forntida kulturer, deras sätt att leva och konstformer.

- Dansaren är trygg i strukturen samtidigt som man har total frihet! Det här gör att de kan färdas in i och utforska sin unika kropp mycket djupare än om de skulle koncentrera sig på olika bestämda danssteg eller koreografi. Det handlar om att nå djupt i det inre och att höra sina egna rytmer.

**ROWAN BERÄTTAR OM** ursprunget till sitt arbete. Att hon haft kontakt med andar från det hon var fem år, men ingen förstod henne. I tonåren hamnade hon i en djup kris som gjorde att hon reste världen runt och sökte sig till ursprungskulturer för att fördjupa kontakten med naturen. Så småningom ledde det till att hon kombinerade dans med en form av miljöarbete eller "earthwork" som hon kallar det.

- Vi är mitt inne i en klimatkris på jorden och vi måste inse hur viktig vår relation med naturen är. Att vi inte kan fungera utan varandra! Så är det bara, säger hon. Vägen dit är att vi får en djupare kontakt med oss själva, för i grund och botten så är vi en del av naturen och det återupptäcker vi i dansen. När vi dansar Spindelblomman dans blir vi mer medvetna vilket gör att vi förstår sambandet och värnar om kontakten med naturen.

- Spindelblomman är min egen form. Jag tänker mig att vi väver trådar mellan varandra och allting som existerar. Det är en intim och

direkt kontakt med jorden på ett sätt som är kommunikativt, säger Rowan.

Hon förklarar att Spindelblomman språk också handlar om cykler, mönster och skapandets dynamik i den naturliga världen, mänskligheten och relationen mellan dem. Syftet är att skapa en artistisk, dansorienterad miljö där deltagarna inbjuds till att upptäcka den kraftfulla och vackra relationen mellan mänskliga och natur.

- Dansen är en kraftfull väg som leder in i vår kropp och vårt djupaste inre! Dansen stärker också människor i deras kreativitet. I dansen tar du kontakt med skapelsens källa och det är en djup kroppslig kontakt som når själen, där människor hittar sitt unika syfte.

- Dansen i Spindelblomman arbetar intensivt för att berika den verkliga relationen mellan kropp, jorden och själen. Det kanske kan låta enkelt att dansa sig till det här, men när kroppen och jorden möts och sammansvetsas, så öppnas själen. Ofta förändrar det livet för den som upplever det! ☺

*Plus mer*

Rowan Jacqueline och Spindelblomman:  
[tatteredbutterfly.org](http://tatteredbutterfly.org)

# Sugen på dans...?

# DANCE GATHERINGS™

*moves you into who you are*

**Stockholm Göteborg Malmö**  
**[www.dancegatherings.se](http://www.dancegatherings.se)**