

MOEDERMELK

MAMMAE

HET VOEDENDE PRINCIPE

door Anneke Wittermans



Imbolc:

Een mooi moment om over het mysterie van de tepels, borsten, oxytocine en het belang van moedermelk te schrijven.

Magie van moedermelk; het voeden met levende cellen van vrouw tot moeder



Op aarde zijn alle nieuw geboren toegerust met basis voeding. Bij de zoogdieren is dat moedermelk. Melk is het enige levende cellen voedsel en geheel specifiek in mineralen afgestemd op wat de zuigeling nodig heeft. Alle zoogdieren weten direct na de geboorte de tepels te vinden, het zuigen aan de tepels heeft een directe werking op het herstel van de baarmoeder. Zowel kind als moeder gedijen zich in welzijn, in de oxytocine, verenigd in het samensmelten, verstevigen zij de verbinding met elkaar en de voorouders.

Goddelijk levend voedsel draagt de vrouw in haar borsten.

Minnen

Eeuwig hemelbreed verlangen
naar een oogwenk vol rust
openen Mammae mij diep
in het meer van minnen

Van verre lonken zij
en verhalen het sterrenrijk
schieten toe vol van zorg
brengen het wel zijn

Tepelhof fontein sproeit
Sterrenblauw moedersmelk
Voert mij naar mijn afkomst
Een ingang in de melk weg

De wereld in mij sterft
Ik dompel me onder
proef het uitspansel
het fijnste hemel rein

Tepels stillen het begeren
in een bedding van waarde
Een warme inboezeming
vervult mijn zinnen

Mamma en mammae
Het zachte minnen van altijd
Tempel van hereniging
hoor de fluistering

Anneke 2010



Oimelc

Het Keltische intrede-ritueel van de moedergodin op aarde is op 1 of 2 februari. Dit draagt de naam Oimelc betekent ooimelk, wat verse melk betekent. Ook de naam Imbolc wordt gebruikt, dit betekent in het Iers "in de buik" (imbolc) en refereert aan het drachtig zijn van de ooien. Het is tegelijk een Keltische term voor lente. Achteraf is Imbolc verchristelijkt en heet dan Maria Lichtmis een christelijk feest dat op 2 februari gevierd wordt. (Het is de herdenking van de opdracht of presentatie van de Heer in de tempel, waarbij Jezus, zoals elk eerstgeboren joods jongetje, na 40 dagen werd opgedragen aan God.)

De boezem is de voorkamer van het hart

Met het dansen ervaar ik als we de boezem en tepels activeren, dat de tepels beginnen te twinkelen waardoor we verfijning aantrekken en uitstralen. Gelijk als de twinkeling vanuit de tepels wakker worden, gaan de ogen stralen. Dit brengt een natuurlijke levendige stroom op gang, die ons verzacht en verfijnt. Ik besef dat deze oeroude kennis van belang is. Mogen we de boezem weer eigen maken, het lichaam ontdekken en erkennen in haar verfijnde frequenties.

Figurines Neolithische tijd bewaren gebaren van vrede

De beschavingen van Kreta, Minoïsche periode, Malta, Çatal Höyük en Hacilar kende een rijke kunstzinnige periode van 2000 jaar. Gedurende die periode waren er geen sporen van geweld. Hoogstaande kunst uitingen is o.a zichtbaar in miniaturen, zegels, gouden sieraden en pottery, zij tonen elegante vormen. Er was vrede en welvaart. Er was tijd om ambachten te verfijnen.

De eerste figurinus die mij wakker schudden in de waarde van het vrouw-zijn, zijn in 1976 de figurines van Çatal Höyük en Hacilar. Deze figurines, de vrouwenbeelden in deze Neolithische beschavingen stralen met een of twee handen aan de boezem vrede uit. Deze handgrootte figurines tentoongesteld in het Ankara Museum fascineren mij. Zij activeren in mij een lichaamsbewustzijn, tonen en vertellen mij over een cultuur die over een periode van 2000 jaar vrede kent. Deze figurines bewaren gebaren van vrede, zij vertellen over de wijsheid van de Neolithische tijd (Stierentijdperk.) De kracht en verfijning van deze beelden ontroeren mij en vertellen mij hoe ik mijn boezem en eigenwaarde kan dragen. Een beschaving en wijsheid van 5000 jaar terug over het vrouw-zijn die nu haar betekenis laat zien, hoe we vrede en verfijning kunnen stralen. Ook in de Neolithische tijd, zijn er beelden van Hathor en Isis uit Egypte, waaronder talrijke afbeeldingen van godinnen die voeden.

De figurines van Çatal Höyük en Hacilar markeren een keerpunt in mijn leven. Ik verliet de universiteit waar ik architectuur studeerde en ik startte een loopbaan als dansdocent. Deze verzoenende stilte van het vrouw-zijn, die deze figurines tonen, activeren in mij een lichaamswijsheid. Dit wil ik in de dans onderzoeken, ervaren, dit delen en uitdragen.



Het boezemgebied kan troost en vrede geven,
De boezem is een heilige ruimte waar we vrede kunnen stralen.

Mammae, het voedende principe

Mammae het voedende principe dansproject is ontstaan in 2010. Nadat mijn vriendin hoorde dat ze een borstoperatie moest ondergaan, vroeg zij me om al mijn kennis over de borsten, tepels en boezem opnieuw te vertellen. Na de operatie wilde ze de energetische betekenis van de boezem met zich meedragen. Haar vraag om alle puzzelstukjes over de boezem te verhalen en deze frequenties in de dans vorm te geven resulteerde in een gezamenlijk dansproject over de Mammae. Zij wil de frequenties die bij de boezem thuishoren zich herinneren en opnieuw leren dragen.

Wanneer er een ingreep moet plaatsvinden en we met een litteken mogen verdergaan zullen we opnieuw ontdekken hoe we ons met het boezemgebied kunnen verhouden.

Samen hebben we bestaande en nieuwe dansen ontwikkeld om de betekenis en de natuurlijke uitstraling van de boezem te her-inneren of to re-member. Hoe kunnen we herenigen en wederom vrede, troost en welzijn terug brengen in de voorkamer van het hart?

Voortplanten gaat niet vanzelf meer, voortplantingsorganen en ziekten. Borst-, baarmoeder-, eierstok-, prostaat- en teelbalkanker lijken collectieve noodkreten van de mens. Deze organen dienen om groei in beweging te zetten, ter instandhouding van het ras. Opvallend is dat deze organen, die van nature klaarstaan om te reproduceren- toe te schieten- reageren prompt op het hormoon oxytocine, het gelukshormoon.

Vraag: Wat betekenen de borsten, tepels en boezem voor jou?

Ontwikkeling van borsten in de puberteit

Als meisje kan je je onzeker voelen wanneer de borsten beginnen te groeien. Het rijpen van het lichaam, de voorbereiding op het ontdekken van sensualiteit. De schoonheid van een boezem, het rijpen van het huis van troost en comfort is ingewijd worden in vrede en liefde. De boezem leert ons verzachten, in vrede zijn en te ontwapenen. Deze inwijding in de boezem als voorkamer van het hart krijgen we niet in onze cultuur mee. Eerder wordt die verandering ervaren als een soort voorbode van het verliezen van de 'onschuld van een kind' naar een volwassen vrouw met allerlei 'verleidingen' en 'gevaren'. Graag breng ik ons meisjes en vrouwen terug naar de diepere betekenis van de boezem en het vermogen in vrede te zijn met eigen lichaam en rondingen.

X factor hebben is in dialoog zijn met het universum

Het lichaam is opgebouwd uit stoffen en frequenties die in het Universum voorkomen.

Wanneer we gewaar zijn dat het lichaam straalt van binnen, erkennen we het heelal van lijf en leden, zijn we verbonden met het universum waar we uit voortkomen. Wanneer wij ons schamen voor een deel van ons lichaam, het onze goedkeuring niet krijgt, verstoten we tegelijk de corresponderende frequenties van het Universum. Dat deel wordt dan niet gevoed met sterrenwelzijn.

Wij vrouwen hebben vaak het gevoel dat onze borsten niet goed zijn. Stralen we dan nog welzijn en tevredenheid uit? Een man kijkt automatisch naar borsten, dit is goed voor zijn hart en bloedsomloop. Zijn even rustende ogen is helend. Elke tepel is hemels. Als we tevreden kunnen zijn over hoe we geschapen zijn, stralen we vrede. Het is een kunst en de moeite waard om te oefenen, om ons gemoed of snoeptafel tevreden te dragen.

Tepels tonen de stilte van de Melkweg, de weg naar huis.



[Luister hier naar een lied van Suzan van der Voort](#)



Borstvoeding een inwijding

Zolang als ik dans, vertel ik dat ik als kind het woord tepel hoorde als tempel. De boezem, de borsten, de tepels is bij mannen en vrouwen een gebied waar vrede woont, waar we troost en liefde vinden. Een tempel van vrede draagt de mens in het boezemgebied. Tepels zijn gevoelige sensoren, die gewaar zijn, waar welzijn is. Zij registreren vrede in het hart. Zij boezemen ons het juiste gemoed in. Tepels tonen de stilte van de Melkweg, de weg naar huis, zij stillen het verlangen naar meer.

We dansen voor de koeien en ontdekken de betekenis van de relatie van de borsten met de Melkwegstelsels. De tepels verbinden ons met de blauwe stille sluier van Maria Lactans, of met de blauwe gloed van een voedende vrouw. De hoorbare stille weerklank die ontstaat na sommige Mammae dansen, herinneren me aan de blauwe stemming toen ik zelf borstvoeding gaf. In mijn gewaarwording en in de dans verbinden tepels en moedermelk ons met de voorouders. De wijsheid van inheemse volken: zij plaatsden de voorouders in de Melkwegstelsels. Die mystieke blauwe stilte van vrede en troost behorend bij de boezem brengen mij in een diepere stille laag waarin de voormoeders fluisteren.

Anneke Wittermans is danser, dichter, schrijver, schilder, performer, coach, verteller, docent, taalmaker, ziener, inspirator, schepper van nieuwe kansen, hercodeerder, magiër in het vinden van vormen om belangrijke inzichten zichtbaar te maken. (1957)

In 1981 begon Anneke met Oerdans en sinds 2004 noemt ze het Diadans. Sinds 2013 componeert Suzan van der Voort liederen op de gedichten van Anneke .

Anneke ondersteunt mensen in een veranderingsproces. Zij leert je om met andere ogen de situatie te zien en met haar aanwijzingen laat zij je zelf ontdekken welke nieuwe stappen je kunt zetten. Auteur van [Vrijgeven, vieren van verbintenissen](#) ISBN 9789088400810

[Ode aan de laatste van de vrouwenlijn Erken latente talenten](#) ISBN 978 90 830700 7 0 8-3-2023

Wil je Anneke zien dansen [Youtube Diadans diadans@planet.nl](#)

De liederen van Suzan van der Voort kun je vinden op [Youtube zang](#)

Meer informatie over coachings en trainingen rondom de MAMMAE, Laatste lijners of dans is te vinden op [www.annekewittermans.nl](#) kijk bij de thema's

Gedicht: Melkweg sterren en grootmoeders ogen

Zuigende lippen
ruim toeschietende tepels
eeuwenoud verbond

Mond vindt tepel
tepelhof laat melk vloeien
gebed vult bedding

Stil dalen sterren
grootmoeders boodschap
vervoert in levende cellen

Verre verlangens
bruidschatten over genen
geheimen van melk

Ogen als sterren
vertellen en verhalen
grootmoeders toegift

Blauw witte wereld
levensader van de stam
stroomt nieuw leven in

Grootmoeder straalt weten
verlicht haar laatste loot
met sterren stilte

Anneke Wittermans januari 2013
compositie Suzan van der Voort 2015

