# Wortelingsworkshop

“Worteling is de belangrijkste  
en meest miskende behoefte van de menselijke ziel.”

- Simone Weil (1909–1943) – Franse filosofe en mystica -

## Workshop “Worteling als antwoord op ontworteling” (1,5 uur)

**Doel:** Deelnemers ervaren dat veel wereldproblemen (milieu, economische scheefgroei, uitsluiting) voortkomen uit ontworteling en ontdekken hoe ze persoonlijk en collectief kunnen her-wortelen.

## 1. Opening & context (10 min)

* **Welkom & introductie**
  + Stel de vraag: *Wat roept het woord ‘worteling’ bij je op?*
* **Mini-inleiding**
  + Deel Simone Weil’s gedachte: worteling is een *basisbehoefte van de menselijke ziel*.
  + Verbind dit met Joe Brewer: her-wortelen in bioregio’s als antwoord op klimaat en sociale fragmentatie.
  + Leg de aanleiding uit: veel crises = vormen van ontworteling.

## 2. Geleide meditatie/gronding (10 min)

* Deelnemers zitten of staan.
* Begeleide visualisatie: voeten stevig, stel je wortels voor die de aarde in groeien.
* Nodig ze uit te voelen: zijn die wortels diep, breed, verstrengeld met anderen?
* Doel: fysiek contact maken met het thema.

## 3. Archetypische oefening – Welk landschap roept jou? (15 min)

* Intro: sommige mensen voelen zich thuis bij stroming (zee/rivier), anderen bij beschutting (bos/bergen), weer anderen bij leegte (woestijn/heide).
* Vraag: *Welk landschap geeft jou kracht? Waar voel jij je geworteld?*
* Laat deelnemers kiezen (met kaarten of beelden).
* Delen in tweetallen: wat zegt dit over jouw worteling?

## 4. Het Wortelingskompas invullen (25 min)

* Uitleg van de 12 aspecten (gebied, gemeenschap, rituelen, jezelf).
* Individueel:
  + Schrijf kernwoorden bij elk aspect.
  + Geef score: hoe belangrijk is dit voor jou, en hoe sterk leef je er nu naar?
* Trek de lijnen → ontstaat een zichtbaar patroon.
* Kleine groepjes (3–4): deel wat opvalt en welk aspect komende tijd meer aandacht verdient.

## 5. Reflectie & verbinding (20 min)

* Plenair gesprek:
  + Wat zien we als rode draad?
  + Hoe helpt worteling ons om anders naar huidige crises te kijken (milieu, economie, uitsluiting)?
* Laat iedereen 1 concrete actie noteren: *Wat ga jij deze week doen om je worteling te voeden?*

## 6. Afsluiting (10 min)

* Deel de metafoor: wortels geven stevigheid én ruimte om te bloeien.
* Rond af met een kort ritueel: ieder noemt een woord dat ze meenemen.
* Bedank en verbind terug naar de grotere context: her-worteling als tegenkracht tegen ontworteling.

**Aanbevolen artikelen / bronnen & relevantie**

| **Auteur / Bron** | **Titel / Jaar** | **Kerninhoud & relevantie voor Wortelingskompas** |
| --- | --- | --- |
| **Simone Weil** | *L’Enracinement (The Need for Roots)*, 1949 | Dit werk beschrijft de “behoefte van de ziel” aan worteling in plaats, gemeenschap, traditie. Weil onderzoekt oorzaken van déracinement (ontworteling) in moderne samenlevingen, en formuleert voorwaarden waaronder mensen zich thuis en geworteld kunnen voelen — zoals binding met natuur, gemeenschap, rituelen. [The Need for Roots](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Need_for_Roots) |
| **Joe Brewer** | *The Design Pathway for Regenerating Earth* (via Earth Regenerators) | Brewer schetst hoe bioregionale regeneratie, lokale gemeenschappen, ecologisch herstel en cultureel bewustzijn samengaan. Hij benadrukt dat her-worteling in gebied (ecologie), rituelen en gemeenschap essentieel is voor duurzaamheid en welzijn. [Bioregional Earth - Design Pathway](https://www.bioregionalearth.org/pathway/design-pathway) |
| **Cullum, C., O’Neill, C., & Ueda, A.** | *Landscape archetypes for ecological classification and cultural meaning.* Progress in Human Geography, 2017 | Bespreekt hoe landschapsarchetypen ecologische patronen en culturele betekenissen weerspiegelen. Geeft basis voor archetypen als bos, rivier, savanne. |
| **Scannell, L., & Gifford, R.** | *Defining place attachment: A tripartite organizing framework.* Journal of Environmental Psychology, 2010 | Ontwikkelt een model van plaatsbinding (persoon, plaats, proces). Geeft psychologische onderbouwing voor waarom mensen zich herkennen in landschappen. |
| **Olszewska-Guizzo, A., et al.** | *Revised Contemplative Landscape Model (CLM): A reliable and valid evaluation tool for mental health-promoting urban green spaces.* Urban Forestry & Urban Greening, 2023 | Laat zien dat archetypische landschapselementen (water, bomen, paden) contemplatie en welzijn bevorderen. Relevantie voor de belevingswaarde van jouw archetypen. |
| **Kaplan, R., & Kaplan, S.** | *The Experience of Nature: A Psychological Perspective.* Cambridge University Press, 1989 | Ontwikkelt Attention Restoration Theory (ART). Beschrijft hoe natuurtypen (bos, water, open vlaktes) herstel en aandacht bevorderen. Geeft directe link tussen landschappen en psychisch welzijn. |