

Herverbinden van lichamen met de meer-dan-menselijke wereld



Amber Cools

Bachelor Dans – Koninklijk Conservatorium Antwerpen

Studiejaar: 2023-2024

Mentors: Tuur Marinus en Katleen Van Langendonck

 Koninklijk Conservatorium
Antwerpen

 AP HOGESCHOOL
ANTWERPEN

“

‘De wetenschap kan het ultieme mysterie van de natuur niet ontraadselen, omdat we, in laatste instantie, zelf een deel van het raadsel zijn dat we proberen op te lossen.’ - **Max Planck**¹”

¹(Ferguson, 2019, p. 68)

INHOUDSTAFEL

VOORWOORD.....	4
INLEIDING.....	5
DEEL I – UITGAAN.....	6
I.I HET VERSTAND.....	6
I.II DE ZIEL.....	8
I.III HET LICHAAM.....	10
I.IV DE ZINTUIGEN.....	12
DEEL II – THUISKOMEN.....	13
II.I HET GEHEEL.....	13
II.II DANIEL LINEHAN.....	15
II.II.I HET PROCES.....	15
II.II.II HET WERK.....	17
II.III SUSTAINED STREAM.....	18
II.III.I HET PROCES.....	18
II.III.II HET WERK.....	20
CONCLUSIE.....	22
BIBLIOGRAFIE.....	23

LEGENDE

Doorheen de paper heb ik bepaalde fragmenten in het **groen** aangeduid. Deze symboliseren mijn mening/gedachten (dewelke vaak geïnspireerd werden door de meer-dan-menselijke wereld, terwijl de objectieve tekst in het donkergrijs staat. Het verschil tussen beide tinten heb ik bewust niet te opvallend gemaakt, omdat de grens vaak flinterdun is.

VOORWOORD

In de zoektocht naar een thema voor dit project, ben ik in eerste instantie naar mijn kern gekeerd. Ik wilde weten wat mijn aandacht trok en waar ik een diepe connectie mee voelde. Al snel kwam ik terecht bij 'natuur', dat ik liever verwoord als de 'meer-dan-menselijke wereld'.

Bert Verleyen – gepensioneerd en vrije graaatsstudent aan UHasselt – gebruikte deze term in het artikel *Wat willen de bomen ons vertellen?*² in het tijdschrift *Oikos* - het onafhankelijk tijdschrift voor de sociaal-economische tegenstroom².

Ik merk hoe onze moderne samenleving me meeslept door de snelheid van het dagelijkse leven en de constante stroom van technologische stimulatie. Dit verwijderd me steeds meer en meer van de meer-dan-menselijke wereld. Het is voor mij essentieel om verbinding tussen mens en de meer-dan-menselijke wereld in stand te houden. Deze relatie heeft een diepgaande invloed op mijn welzijn – en wellicht dat van vele anderen –en mijn algemene gemoedstoestand.

'Hoe kunnen we, aan de hand van zintuiglijke ervaringen, opnieuw contact maken met de meer-dan-menselijke wereld?'

Ik voel een diepe verbinding met de meer-dan-menselijke wereld. Ik ben er dan ook van overtuigd dat deze verbinding essentieel is om voor onze aarde en elkaar op een goede manier te gaan zorgen. Daarom wil ik met dit doel het onderzoek voeren binnen de dans.

Maar voor we van start gaan, wil ik nog even mijn mentoren Natalie Gordon, Francesca Chiodi Latini en Tuur Marinus bedanken voor de begeleiding en ondersteuning tijdens mijn fysiek onderzoek. Ook mijn dansers en collaborateurs Olivia Busquets, Elsa Chantre, Noémie Hà, Emily Jane Steele, Lily White en Ginevra Zambelli wil ik bedanken voor hun toewijding en vertrouwen. Tenslotte wens ik mijn familie te bedanken voor hun steun en hulp tijdens dit project.

² (Verleysen, 2023, p. 62-70)

INLEIDING

De menselijke ervaring is doordrenkt van de complexiteit van het verstand, de ziel, het lichaam en de zintuigen. Deze elementen vormen de weefsels van ons bestaan en zijn verweven met de meer-dan-menselijke wereld om ons heen. In een tijdperk waarin rationaliteit vaak de boventoon voert, is er een groeiend besef van de noodzaak om opnieuw verbinding te maken met onze diepere essentie en onze omgeving op een meer empathische en holistische manier van benadering.

Het onderzoek begint met een blik op *'het verstand'*. Samen met Rachel Louise Carson en Anne Wislez reflecteer ik over hoe we naar een breder begrip van kennis kunnen gaan dat niet alleen voortkomt uit rationele overwegingen. Ook op 'de ziel' zal ik samen met Randall Casaer, Elle Monk en Gary Ferguson dieper ingaan op het belang van het herstel van de verbondenheid tussen mens en de meer-dan-menselijke wereld. Verder ga ik in 'het lichaam' met Sigrídur Thorgeirsdóttir, Guðbjörg R. Jóhannesdóttir en Daniel Linehan op zoek naar het belang van fysieke ervaringen en interacties met de natuurlijke wereld. Tenslotte sluiten we het eerste deel af met 'de zintuigen', waarbij Peter Wohlleben ons meeneemt in dit aspect van ons wezen.

In het tweede deel worden de verschillende delen van het menselijk wezen samengebracht in 'het geheel'. Ferguson en Wislez laten zien dat lichaam, ziel, geest en zin-

tuigen in balans moeten zijn en moeten samenwerken om een dieper gevoel van heelheid en welzijn te bereiken. Nadien zal ik in Daniel Linehans benadering van choreografie als een middel om beweging, lichaam en ruimte te onderzoeken en te verbinden, bestuderen. Tenslotte breng ik alles samen in *'Sustained Stream'*, en reflecteer ik met mijn eigen fysieke werk.

Dit onderzoek vertegenwoordigt een reis naar een dieper begrip van ons menselijk zijn, waarbij we onze rationaliteit in evenwicht brengen met intuïtie, onze individualiteit met collectieve verbondenheid, en onze kennis met een openheid voor het mysterie van het leven zelf.

I. UITGAAN

I.I. HET VERSTAND

Mijn hoofd, het zwaarste deel van mijn lichaam. Mijn gedachten, voortdurend aanwezig doormalend in mijn hoofd. Mijn bewustzijn, wetend en nadenkend over allerlei zaken. Kan ik mijn verstand even op pauze zetten?

Rachel Louise Carson was tot 1964 een biologe die opgroeide in Springdale. Volgens haar hoort wat we kunnen met onze handen en hersenen van nature bij de mensheid. Het komt voort uit de meer-dan-menselijke wereld³. Anne Wislez - ooit eindredacteur bij een tijdschrift rond lichaam en zingeving - was te horen in de podcast *Ziel* van *Selkie*. Volgens haar zijn er twee wegen naar kennis, namelijk van buiten naar binnen en van binnen naar buiten⁴. Maar wat is kennis?

Al van ver terug in de tijd wordt onze samenleving georganiseerd volgens mannelijke systemen, verschillende perspectieven en vernederende gedachtegangen worden aangemoedigd door mannelijke heersers. En tot op de dag van vandaag neem ik een superieure positie van de mensheid tegenover de meer-dan-menselijke wereld waar. Deze evolutie leidt tot een verlies van verbondenheid en een gebrek aan respect voor onze omgeving⁶. Deze disbalans heeft ons ook in conflict gebracht met elkaar, met onszelf en met de meer-dan-menselijke wereld.

Zowel Wislez als ikzelf zijn ervan overtuigd dat we het heil niet uitsluitend te zoeken is dmv rationele benaderingen. We moeten nieuwe terreinen verkennen. **Misschien door de superieure denkwijze los te laten?** Wislez gebruikte de term 'interrelationness', het verbonden zijn met de meer-dan-menselijke wereld. Ze vertelde dat als we een ander doden we ook een

stukje in onszelf kapot maken. Dus ook dat wat we vernietigen in de meer-dan-menselijke wereld, maken we kapot in onszelf⁷.

Ik herinner me nog goed hoe ik een diepe verbondenheid met de meer-dan-menselijke wereld aanvoel sinds mijn kindertijd.

De verwondering die ik als kind had, brachten me naar bijzondere plekken. Maar analytische denkwijzen en onttovering snijden je af van de meer-dan-menselijke wereld. Echter, hoe graag we ook willen en hoe hard we ook proberen de mysteries in de meer-dan-menselijke wereld te begrijpen en te ontrafelen aan de hand van wetenschap, toch zullen sommige

'Waarom zou het aan de dieren liggen en niet aan ons, dat alle communicatie tussen ons onmogelijk is?'
- Michel de Montaigne⁵

³ (Ferguson, 2019, p. 92)

⁴ (*Ziel*, z.d., afl. 1)

⁵ (Ferguson, 2019, p. 139)

⁶ (Ferguson, 2019, p. 12)

⁷ (*Ziel*, z.d., afl. 1)

raadsels altijd onopgelost blijven, legde Ferguson uit. Hij gebruikte hiervoor het citaat van Max Planck, namelijk doordat we zelf deel uitmaken van het mysterie dat we proberen te ontrafelen⁸.

Dirk Holemans – coördinator, Denktank *Oikos* en hoofdredacteur en co-voorzitter van *Green European Foundation* – sprak in zijn artikel *Omgroei – En als we nu eens niet hoefden te groeien* over de koolstoftunnelvisie. Hij legt uit dat vanuit het groene-groei-denken de oplossing voor de klimaatsontwrichting ligt in het vervangen van de huidige auto's door elektrische modellen. En inderdaad; deze zijn zuiniger. Indien we gebruik maken van hernieuwbare energie is de uitstoot van broeikasgassen gering. Maar hij wijst erop dat we vergeten dat er in die wagens een loodzware batterij aanwezig is, die kilo's lithium, kobalt en nikkel bevatten. Die grondstoffen moeten ook ontgonnen worden én hierdoor verliezen we veel biodiversiteit. Holemans waarschuwt dat als we alle bestaande auto's zouden vervangen door elektrische, het 'game over' is voor onze stabiele en precaire biosfeer⁹.

Ik vraag me dan af wat we nog moeten geloven van wat goed of slecht zou zijn voor het milieu en onze leefwereld.

Tip

Een goede manier om je geest een toontje lager te laten zingen en zo in een vrijere, meer gevoelsmatige staat van zijn te komen, is door een paar minuten naar buiten te gaan en jezelf even bewust toe te staan overweldigd en gedesoriënteerd te worden door de meer-dan-menselijke en de mysteries die zich daar afspelen. Albert Einstein deed dit overigens ook regelmatig¹⁰.

⁸ (Ferguson, 2019, p. 68)

⁹ (Holemans, IBC, p. 7-8)

¹⁰ (Ferguson, 2019, p. 19)

I.II. DE ZIEL

Wat is mijn ziel? Waar zit die? Kan ik er bewust contact mee maken? Is het mijn ziel die mijn identiteit en het stukje 'mij' creëert? Of zijn het mijn gedachten die mijn ziel overheersen? Heb ik een ziel?

Vele vragen over onze ziel zijn moeilijk te beantwoorden volgens Randall Casaer – illustrator, kunstenaar en mensenfluisteraar – die in de podcast *Ziel van Selkie* kwam praten¹¹. Hij is ervan overtuigd dat je geen gedachten 'bezit', maar de observator bent van je gedachten. **Dus ik die mijn gedachten hoor, is dat dan mijn ziel?**

Hij legt verder uit. Het 'ik' maakt je hele leven mee – van kindsaf tot de dood. Die 'ik' van mij is dezelfde als de 'ik' van jou. Je kan niet weten hoe het is om iemand anders te zijn, maar je weet wel hoe het is om de 'ik' van iemand anders te zijn. Die 'ik' is namelijk het bewustzijn van een persoon, een soort van waarnemer van je gedachten. Die is volgens Casaer dus hetzelfde in iedereen, niet tastbaar en dus vluchtig¹².

Zijn we dan allemaal hetzelfde?

Volgens Randall heeft een hele generatie het kind met het badwater weggegooid als we spreken over religie en spiritualiteit. Maar volgens hem hebben we nieuwe goden gemaakt, namelijk de economie. En zelfs tempels bestaan in de moderne tijd

zegt hij, alle merken die gevestigd zijn in winkelstraten. We gaan daar offers brengen, we geven centjes en dat zijn bijna universele godheden¹³.

Elle Monk – wie een modern klooster runt, genaamd *The Monastery Life* – was ook te horen in diezelfde podcast¹⁴. Na een leven als kunstcritica leeft ze tegenwoordig

volgens de tantra's die uitnodigen tot zielenwerk. Volgens haar is iedereen zo gevoelig geworden voor de gewelddadigheid om ons heen, de oorlog en de ongelijkheid. Dat is een scherpe tegenstroom, we kunnen door pijn niet langer aanwezig zijn in de echte wereld zei ze¹⁵.

Maar wat hebben we dan nodig om wel aanwezig te kunnen zijn in de echte wereld?

Je ziel wordt als het ware ondergesneeuwd door de kaders die je krijgt bij het ouder worden, zei Casaer. Lagen en schillen vormen zich vanaf er een 'ik' begint te ontwikkelen. In de diepste kern zit een

'Je bent niet wie je denkt dat je bent, wie je denkt dat je bent heb je gemaakt om wie je vreest dat je bent te beschermen.'

- Randall Casaer¹⁶

¹¹ (*Ziel*, z.d.)

¹² (*Ziel*, z.d., afl. 2)

¹³ (*Ziel*, z.d., afl. 2)

¹⁴ (*Ziel*, z.d., afl. 2)

¹⁵ (*Ziel*, z.d., afl. 2)

¹⁶ (*Ziel*, z.d., afl. 2)

lage pijn met daarrond vaak negatieve overtuigingen om de pijn te verklaren. De buitenste laag is het persona om die negatieve overtuigingen te verbergen en zo verder te kunnen in de echte wereld.

Gary Ferguson – Amerikaans schrijver – legde het ontwikkelen van de ziel dat Casaer aanhaalt op een andere manier uit. In zijn boek *De acht grote lessen van de natuur*¹⁷ beschrijft hij het als kleine verstoringen of nederlagen die regelmatig voorkomen. Deze kunnen soms aanvoelen als het einde en kunnen het ons erg moeilijk maken. Toch ben ik, net als Casaer en Ferguson, ervan overtuigd dat verstoringen en het gevoel van pijn dat daarmee gepaard gaat essentieel zijn in de groei die ons maakt tot wie we zijn. **Mag en kan ik volledig zijn van mezelf, wie ik ben of wil zijn?** Nieuwe vaardigheden om bewust om te gaan met moeilijke situaties worden ontwikkeld als het leven even ontspoot. Of zoals Ferguson het omschreef als kleine brandjes van angst of depressies die nieuwe en frisse scheuten van vitaliteit laten opkomen op mentaal, emotioneel en spiritueel vlak¹⁸.

Monk gebruikt de term ‘original intimacy’¹⁹ voor hetgene waarin je invalt. Er is geen verschil tussen wat of wie het beter doet dan anderen. Dat wat jou zo bijzonder maakt, is dat je een deel bent van een geheel, zegt ze. Ze stelt vast dat we moeten aanvaarden dat iedereen precies doet wat die moet doen binnen dat geheel. Volgens haar erkent de ziel zich pas wanneer dat stuk beseft dat je deel bent van een groter geheel. **Maar zou dat dan iets veranderen aan mijn lichaam?**

¹⁷ (Ferguson, 2019)

¹⁸ (Ferguson, 2019, p. 193)

¹⁹ (Ziel, z.d., afl. 2)

I.III. HET LICHAAM

Wie ben ik zonder mijn lichaam? Heeft mijn lichaam een weten zonder mijn hoofd? Om het beeld van een levend wezen compleet te maken, kan een lichaam niet ontbreken.

De tekst *Reclaiming nature by reclaiming the body*²⁰, deel van het balkan tijdschrift voor filosofie, door Guðbjörg R. Jóhannesdóttir - adjunct-docent aan de IJslandse kunstacademie - en Sigridur Thorgeirsdóttir - hoogleraar filosofie aan de Universiteit van IJsland - benadrukt de noodzaak van het lichaam in relatie tot de meer-dan-menselijke wereld.

De tekst legt uit dat we het superieure idee dat doorheen de tijd tot stand is gekomen, ook kunnen terugvinden in ideeën die we hebben over lichamen. Traditoneel worden mens en natuur als gescheiden entiteiten beschouwd, waarbij de mens vaak als overheersend wordt gezien. Hierdoor is er een dualisme ontstaan dat leidt tot een vervreemding van de mens van zijn natuurlijke omgeving. **Maar we zijn toch één geheel? Hoe moet dat dan?**

We delen als mens een aantal gemeenschappelijke basiscapaciteiten met de meer-dan-menselijke wereld, zoals zelfbewustzijn, intelligentie en het zoeken naar betekenissen of 'wil tot leven', zoals in de tekst wordt gebruikt. Maar door deze capaciteiten alleen aan mensen toe te schrijven in de westerse context van het geest-lichaam dualisme, zijn we ze gaan zien als capaciteiten van de rede welke losstaan van het lichaam. De westerse

filosofie heeft vaak het lichaam genegeerd of gemarginaliseerd, waardoor de nadruk lag, **en nog steeds ligt**, op cognitieve aspecten ten koste van affectieve en fysiologische kenmerken.

We maken wel degelijk deel uit van de meer-dan-menselijke wereld, dat enkel en alleen al door het feit dat we belichaamd zijn, benadrukt de tekst. We zijn materiële, tijdelijke, contextuele wezens die onvoldoende worden erkend. En die ontkenning kan bijdragen aan milieuproblemen doordat het menselijk handelen losgekoppeld raakt van de meer-dan-menselijke omgeving. Maar ook ons eigen lichaam kan leiden door deze ontkoppeling. We hebben een sedentair gedrag ontwikkeld, dat we grotendeels te danken hebben aan de technologische evolutie volgens *Gezond Leven* – een website van diëtisten, huisartsen, leerkrachten en andere professionals²¹.

Ik ben ervan overtuigd dat we verwantschap kunnen voelen met andere levende omgevingen, zelfs dierlijke en plantaardige niveaus aanvoelen via ons eigen belichaamde bewustzijn. Net als bomen hebben we al een lang bestaan dat ervoor zorgt dat deze capaciteiten ooit ontwikkeld werden. Ik geloof dat deze nog steeds in ons zitten van toen we ze nog nodig hadden om te overleven.

²⁰ (Jóhannesdóttir & Þorgeirsdóttir, 2016)

²¹ (Beweging & Sedentair Gedrag, z.d.)

Ook Daniel Linehan - Amerikaans danser en choreograaf – verdiept zich in het lichaam en de interacties met omgevingen. In een interview van *Hiatus* over zijn stuk *species*²² legt hij uit hoe het lichaam voor hem een plek is waar verschillende omgevingen worden ervaren en waar verschillende omgevingen samenkomen. Het lichaam is een omgeving op zich en de grenzen van

binnen en buiten zijn vervaagd, zegt hij. Dat ook te zien is in basisverschijnselen als lucht in en uit ademen, water drinken en geluiden door je lichaam voelen trillen tijdens een concert of in de buurt van een waterval, geeft hij als voorbeeld. Hij is ervan overtuigd dat het lichaam het medium is tussen de natuurlijke omgeving en de kunstmatige omgeving.



'Sustained Stream' door Amber Cools, 2024, Koninklijk Conservatorium Antwerpen, foto: Rudy Carlier

²² (Hiatus, 2024)

I. IV. DE ZINTUIGEN

Kan ik overleven zonder mijn zintuigen? Waarom zijn die zo belangrijk?

De ervaring van ons lichaam en van de wereld om ons heen hebben we voornamelijk te danken aan onze zintuigen: zien, ruiken, horen, proeven en voelen. Peter Wohlleben – Duits boswachter en schrijver die pleit voor een ecologisch en economisch duurzaam bosbeheer - betoogt in zijn boek *De geheime band tussen mens en natuur*²³ dat sommige eigenschappen exclusief bij de mensheid horen en niet gedeeld worden met andere levende wezens. Hij benadrukt het unieke vermogen van de mens om bossen als groen waar te nemen, een eigenschap die zeldzaam is onder zoogdieren. Het vermogen om groene en rode kleuren te zien, schonk ons de mogelijkheid om zwakke of gewonde dieren te volgen aan de hand van bloedsporen. Maar ook om rijpe en onrijpe vruchten te onderscheiden²⁴.

Dit is een kracht die we van de meer-dan-menselijke wereld hebben gekregen om te kunnen overleven (toen we het nodig hadden). Op de dag van vandaag is het leven voor ons makkelijker geworden. Maar welke schade richten we aan door het gebruiken van kleuren die andere wezens niet waarnemen?

We vergelijken onze vaardigheden graag met andere wezens. Zo zijn de oren van een hond veel gevoeliger dan de onze, vertelt Wohlleben, net omdat die voor ons niet zo

cruciaal zijn voor het vinden van voedsel²⁵.

We maken het dagelijks leven misschien wel makkelijker voor onszelf, als mens zijn, maar welke effecten ervaren de dieren en planten daardoor? Kunnen we niet verder proberen te kijken dan onze eigen capaciteiten en mogelijkheden? Kunnen we daarin geen balans vinden?

Wohlleben legt uit dat de moderne tijd ons heeft overspoeld met een diversiteit aan smaken en geuren die soms ver van de natuurlijke afstaan. Fabrikanten passen producten aan teneinde onze smaakpapillen

te behagen, hetgeen onze perceptie van natuurlijke smaken kan beïnvloeden²⁶.

Maar opnieuw, wat heeft dit als effect op de meer-dan-menselijke wereld? Om nog te zwijgen over het plastic waarmee onze voeding massaal wordt verpakt.

Er wordt vaak aangenomen dat we beschikken over vijf zintuigen. Toch geloven Wohlleben en ikzelf in de aanwezigheid van een 'zesde zintuig'. Daarmee beschik je over het voorspellen van weer en gevaar zei Wohlleben²⁷. Volgens hem kan lichaamsbewustzijn zelfs worden beschouwd als een zevende zintuig, dat ons nog dieper met onszelf en onze omgeving verbindt.

'Ons eten en drinken heeft een soort evolutie ondergaan, net als de levende natuur.'

- Peter Wohlleben²⁶

²³ (Wohlleben, 2020)

²⁴ (Wohlleben, 2020, p. 21)

²⁵ (Wohlleben, 2020, p. 25)

²⁶ (Wohlleben, 2020, p. 27)

²⁷ (Wohlleben, 2020, p. 36)

II. THUISKOMEN

II.I. HET GEHEEL

Als we de verschillende aspecten van ons wezen – ons hoofd, onze ziel, ons lichaam en onze zintuigen – samenvoegen, kunnen we op een bedachtzame en humane wijze de uitdagingen die voor ons liggen, aangaan. Hiervoor hebben we volgens Ferguson een soort van wetenschap nodig die in twee werkelijkheden staat, namelijk eentje waarin vooral directe waarnemingen tellen en een andere waarin het mysterieuze tot zijn recht kan komen ²⁹. Deze benadering stelt ons in staat om niet alleen te begrijpen hoe iets functioneert, maar ook hoe het duurzaam kan blijven functioneren.

Het draait allemaal om verbinden, samenwerken en zorgen voor elkaar, hetgeen vergelijkbaar is met de onderlinge interacties in het bos, zegt Ferguson. Hij legt uit dat schimmels in het bos de grond verrijken met bijvoorbeeld stikstof, waardoor kleine, zwakke bomen met dezelfde stikstof kunnen uitgroeien tot grote bomen die op hun beurt stikstof aan de grond leveren. En juist deze bomen ademen zuurstof uit, waar ik, jij en wij allemaal onze longen mee vullen ³⁰. **Waarom zouden we dan niet willen zorgen voor elkaar, de bomen en de meer-dan-menselijke wereld als ons bestaan van hen afhangt? Waarom vergelijken we onszelf steeds en willen we telkens beter zijn dan anderen?**

Charles Darwin – was tot 1882 Engelse autodidact op het gebied van natuurlijke historie, biologie en geologie – gebruikte de term ‘struggle of existence’ om de strijd van het bestaan in het leven te benoemen. We schrijven vaak de onderlinge competitie toe aan de natuurlijke wereld, maar Ferguson benadrukt dat de natuur in plaats daarvan miljoenen jaren van collectieve netwerken

heeft ontwikkeld zonder echte competitie. Hij gebruikt de term in een bredere en metaforische betekenis, met inbegrip van de onderlinge afhankelijkheid van individuen. Het gaat om het ontwikkelen van betere strategieën om voordeel te halen uit veranderende omstandigheden en zo in leven te blijven ³¹.

Bovendien heeft de natuur een wereld geschapen waarin het succes van veel soorten afhangt van evenredige bijdragen van beide geslachten. Zo vertelde Ferguson bijvoorbeeld dat een kudde olifanten niet kan overleven zonder hun vrouwelijke leider³². **Maar waarom wordt het vrouwelijk geslacht in onze maatschappij dan zo vernederd en onderdrukt?** Ook Anne Wislez is ervan overtuigd dat de innerlijke kennis die vrouwen bevatten, noodzakelijk is ³³.

²⁹ (Wohleben, 2020, p. 138)

³⁰ (Wohleben, 2020, p. 14)

³¹ (Wohleben, 2020, p. 60)

³² (Wohleben, 2020, p. 112)

³³ (Ziel, z.d., afl. 1)

Tip

Door ons bewuster te worden van onze belichaamde gewaarwording kunnen we de wereld beter begrijpen. Laat ons proberen op een andere manier te gaan denken en weten, en niet uitsluitend vanuit een afstandelijke, analytische geest, maar door te voelen als planten en te denken als water. Luister naar wat je lichaam en je zintuigen je te vertellen hebben. Die spelen namelijk een cruciale rol in het proces van begrijpen en ervaren.

II.II. DANIEL LINEHAN

Daniel Linehan maakte in 2021 het stuk *Listen Here: These Woods*. Tijdens de voorbereidingen van zijn stuk *sspeieess* dat hij voordien maakte in de traditionele vorm van theater, raakten hij en de dansers hierdoor geïnteresseerd in ecologie tijdens onderzoek en het lezen van boeken van Timothy Morton – een filosoof en ecotheoreticus. Dat vertelde hij in een interview met Michaël Bellon – een broodschrijver voor verschillende tijdschriften – en voor *Bruzz*, de Nederlandstalige Brusselse regionale televisie.³⁴

Hij raakte geboeid in de manier waarop ecosystemen werken, hoe verschillende soorten elkaar ondersteunen en hoe wij ons als mensen verhouden tot onze omgeving, tot niet-mensen, materialen en objecten.

Dat was voor Linehan de kiem om te werken tussen de oude formules van werk maken en de nieuwe praktijken en experimenten dat resulteerde in een grensverleggende werkwijze.

II.III.I. HET PROCES

Tijdens het repeteren van zijn stuk *sspeieess*, brachten de dansers en hijzelf reeds een repetitiedag door in het bos, als een moment van inspiratie. Al snel bleek dit een heel belangrijke dag te zijn waar ze nog vaak naar terug zouden grijpen, zei in het interview.

Dit vanwege alle verschillende sensaties die ze in het bos hadden beleefd. Hij realiseerde zich dan ook snel dat het niet makkelijk is om de studio naar buiten te brengen of omgekeerd.

Ook al lijkt dat misschien heel eenvoudig. Maar net dat proces van luisteren naar het hele lichaam, teneinde een nieuwe omgeving te begrijpen, wilde hij uitbreiden.

‘We dansen in partnerschap met andere wezens.’

- Daniel Linehan³⁵

Voor het maken van de voorstelling *Listen Here: These Woods* brachten ze een aantal weken door in het bos. Ze zochten naar een meer nederige relatie met de natuur, die haar rechten en integriteit erkent, zei Linehan.

Hoe gaan we om met weersomstandigheden?

Of manifestaties die na een tijd verdwijnen of opkomen? Hij vertelt dat ze zich welkom voelen, of dat nu comfortabel is of niet. Hij vindt de confrontatie met dit onvermogen om te controleren interessant. Hij is

er van overtuigd dat een groot deel van het probleem met de manier waarop mensen al decennia en eeuwen met de natuur omgaan, ligt in de poging deze te controleren.

³⁵ (Linehan et al., 2021)

Daarom wilden ze het in deze voorstelling meer zien als een partnerschap.

Linehan benadrukt dat de dansers en de omgeving niet samensmelten tot één abstract wezen, maar dat ze een gevoel van verschil behielden. Het gaat volgens hem niet om nabootsing maar om de relatie, de uitwisseling, iets gemeenschappelijks dat we

delen. Hij haalt onze ademhaling aan als voorbeeld; wij nemen zuurstof van de bomen en geven hen onze dioxide in ruil. Het wordt duidelijk vanaf het moment dat we fysiek in contact komen met onze omgeving dat het idee van een strikte scheiding tussen ons en andere soorten duidelijk fictie is, zegt hij.



Listen Here: These Woods door Daniel Linehan, 2021, foto: Danny Willems

II.II.II. HET WERK

Tijdens de eerste vijftwintig minuten van de voorstelling leiden de dansers het publiek op een wandeling door het bos. Hierbij wordt het publiek op bepaalde momenten opgedragen om op te merken wat ze horen en zien, legt Linehan uit. Dit om even stil te staan en zich af te stemmen op hun eigen lichaam, hun zintuigen en deze omgeving die normaal geen deel uitmaakt van hun dagelijks leven. Met als doel de tijd te nemen voor de intrede in de ruimte, die niet noodzakelijk onze ruimte was, te ritualiseren, maar om de aanwezigheid van andere soorten te herkennen en bijna te “vragen” of we uitgenodigd konden worden.

Verder waren ook de zintuigen van de dansers altijd afgestemd op wat we hoorden, voelden, roken ... Hij vertelt dat als er op sommige dagen bijvoorbeeld veel wind stond, ze de beweging van de bomen lieten terugkomen in de beweging van de lichamen. De voorstelling past zich aan nieuwe situaties aan en er wordt veel gereageerd op wat er op dat moment gebeurt. Toch bevat het stuk een begin, een midden en een einde, en verschillende gebeurtenissen die heel vastomlijnd zijn. Maar tussen deze “oriëntatiepunten” is er vrijheid om te reageren op de omgeving en de omstandigheden.



Tip

Bosbaden - een praktijk die uit Japan komt, waarbij een gids je door een bos leidt en je uitnodigt om alle verschillende tinten groen op te merken of gewoon rustig te zitten en te luisteren. Dit bevordert de belichaamde zorg, wat een noodzakelijk ingrediënt is in het project van het herstellen van een wederkerige relatie tussen mensen en de meer-dan-menselijke wereld. Ook Linehan deed dit tijdens het repetitieproces van Listen Here: These Woods.³⁶

Listen Here: These Woods door Daniel Linehan, 2021, foto: Danny Willems

³⁶ (Linehan et al., 2021)

II.III. SUSTAINED STREAM

Sustained Stream is een dansstuk dat ik maakte als belichaamd onderdeel van dit onderzoek. Met een groep van zes vrouwelijke dansers gingen we op verkenning, onderzochten we mogelijkheden en creëerden we een stuk van 12 minuten. Dat proces wil ik graag met jou delen!

II.III.I. HET PROCES

Net zoals Linehan dat deed, zijn we voor de start van dit project de meer-dan-menselijke wereld ingetrokken om verschillende sensaties te beleven, als moment van inspiratie. Ook Wislez is ervan overtuigd dat we er vandaag niet langer gaan komen met enkel onze rationele benaderingen. Zo zei ze dat we nieuwe terreinen moeten verkennen³⁷. We namen de tijd om in detail de verschillende zintuigen te prikkelen en ons bewust te worden van de wereld om ons heen, die we kunnen waarnemen zoals die is. Daaruit kwam bijvoorbeeld deze kleine constellatie. Het is een collage die we samen, als groep, creëerden met dingen die onze individuele aandacht en interesses wekten in ons gevoel, zonder evenwel onze ratio te gebruiken. Ook de geluids- of luisterexploratie bracht ons bij nieuwe inzichten. Zo ontdekten we dat we geluiden anders kunnen horen en waarnemen dan anderen, ook al bevinden we ons in dezelfde ruimte of plaats. Als afsluiting namen we een moment waarbij we de verschillende zintuigen lieten samenkomen. We observeerden individueel een plek van ongeveer één vierkante meter, dit gedurende vijftien minuten. Voor velen een plek die niet snel verveelt.

Misschien wel het belangrijkste dat me is bijgebleven, is de rust die we als groep en als individu gevonden hadden. Een openheid en kwetsbaarheid kwam tevoorschijn die we meenamen naar de studio.



Exploratie *Sustained Stream*, Amber Cools, 2024

³⁷ (Ziel, z.d., afl 1)

Zoals in de tekst *Reclaiming nature by reclaiming the body*³⁸ wordt uitgelegd dat mens en de meer-dan-menselijke wereld traditioneel worden beschouwd als gescheiden entiteiten, zijn Linehan³⁹ en ik ervan overtuigd dat het bewust worden van onze ademhaling een eerste stap kan zijn naar de herverbinding met de meer-dan-menselijke wereld. Want de ademhaling, zowel menselijke, als dierlijke en plantaardige ademhaling, is een levensbelangrijke connectie die we altijd, ook al is het onbewust, delen met de meer-dan-menselijke wereld. En zoals Ferguson ons vertelde, zorgen de bomen voor onze zuurstof⁴⁰. Het verbindt ons allemaal op onzichtbare wijze met elkaar en met de meer-dan-menselijke wereld. Dat merkten we bijvoorbeeld heel duidelijk tijdens de coronapandemie in 2020.

De dansers creëren een groepsademhaling dewelke de ruimte doet bewegen. Ook hun collectief lichaam wordt hierdoor in beweging gezet en ze experimenteren met hoe ver ze kunnen gaan in termen van ruimte en ritme. Maar is het de versnelling van de ademhaling die de beweging overneemt of zijn het de bewegingen van het lichaam die de ademhaling sneller laten gaan door vermoeidheid?

Zoals Ferguson het voorbeeld gaf van een kudde olifanten die niet kan overleven zonder hun vrouwelijke leider⁴¹, is dat volgens mij in onze samenleving hetzelfde. Waarom zouden er anders twee geslachten bestaan? Ook Wislez bleek daarvan overtuigd te zijn. Volgens haar worden vrouwelijke aspecten die iedereen heeft, niet getraind, hoewel deze toch erg belangrijk zijn⁴². Het is dus niet toevallig dat ik koos voor een groep vrouwelijke dansers.



Sustained Stream door Amber Cools, 2024, Koninklijk Conservatorium Antwerpen, foto: Rudy Carlier

³⁸ (Jóhannesdóttir & Porgeirsdóttir, 2016)

³⁹ (Linehan et al., 2021)

⁴⁰ (Ferguson, 2019, p. 14)

⁴¹ (Ferguson, 2019, p. 112)

⁴² (Ziel, z.d., afl. 1)

II.III.II. HET WERK



Sustained Stream door Amber Cools, 2024, Koninklijk Conservatorium Antwerpen, foto: Eva Van Suetendael

In de eerste helft van de voorstelling zoeken en stemmen de dansers hun lichamen en ademhaling op elkaar af om zo één organisme of lichaam te vormen. Ze zijn van elkaar afhankelijk en hebben elkaar nodig om één te worden, of zoals Ferguson het zei: ‘het draait allemaal om verbindingen, samenwerken en zorgen voor elkaar’⁴³. Ze staan in ‘interrelationness’⁴⁴ met elkaar in verbinding. Hiervoor worden de zintuigen van de dansers op de proef gesteld en moeten ze ‘luisteren’, met hun hele lichaam, naar elkaar. Of zoals Linehan het zou verwoorden: ‘Hun lichaam wordt een omgeving waar verschillende omgevingen worden ervaren en samenkomen.’⁴⁵

Verder zullen ook de zintuigen van het publiek worden geprikkeld. Je zal onbewust

in het ritme van de dansers meeademen tot je dit na een tijdje bewust zal opmerken en je ademhaling zal voelen. Dit zorgt voor een bewustzijn dat je duidelijk fysiek aanwezig bent als publiek.

Het stuk geeft en neemt zijn tijd teneinde dingen langzaam te laten opkomen, verdwijnen en in elkaar te laten overvloeien. Alles is voortdurend in beweging, alles is veranderlijk keer op keer, want het leven neemt ook geen pauze en is nooit hetzelfde. In het tweede deel zullen de dansers een meer open interactie met het publiek exploreren. We creëerden, zoals Linehan dat ook deed, een aantal ‘oriëntatiepunten’⁴⁶ als leidraad waaraan de dansers zich kunnen vasthouden, maar er blijft wél vrijheid om te reageren op de omgeving en

⁴³ (Ferguson, 2019)

⁴⁴ (Ziel, z.d., afl. 1)

⁴⁵ (Linehan et al., 2021)

⁴⁶ (Linehan et al., 2021)

omstandigheden. De dansers zullen vanuit hun verbondenheid met elkaar een soort van individueel wezen ontwikkelen aan de hand van 'original intimacy'⁴⁷, de term die Monk gebruikte voor hetgene waarin je invalt. Dat verwijst naar het feit dat er geen verschil is tussen wat of wie het beter doet dan anderen, als de bewegingen en evolutie maar vanuit hun gevoel komen. Toch zullen hun zintuigen moeten blijven openstaan in het tweede deel. Ze kunnen de impact van een beweging in de ruimte opvangen en deze gebruiken als energie voor een nieuwe beweging, een resonantie in de ruimte.

Het derde en laatste deel weerspiegelt het gevoel dat de meer-dan-menselijke wereld ervaart, namelijk de onderdrukking door de mens. De dansers belichamen en vertalen dat gevoel naar beweging. Maar ook de twee torens van glazen bokaal waardoor een tak

loopt, staan hiervoor symbool. Ze zijn een belangrijk deel van de scenografie. Ze tonen ons hoe de mensheid de meer-dan-menselijke wereld heeft opgepot en zo heeft weggeduwd en zintuiglijk contact verbroken heeft. De takken die door de bokaal heen groeien, tonen ook de 'wil tot leven'⁴⁸ aan. En net dat is exact wat de dansers doen. Ook al wordt alle zuurstof ontnomen in een vacuumbokaal, hun wil tot leven is en blijft de drijvende kracht achter hun strijd tegen de onderdrukking. Ze willen en zullen losbreken om hun bestaan voort te zetten.



Sustained Stream door Amber Cools, 2024,
Koninklijk Conservatorium Antwerpen

⁴⁷ (Ziel, z.d., afl. 2)

⁴⁸ (Jóhannesdóttir & Þorgeirsdóttir, 2016)

CONCLUSIE

Door dit artikel te schrijven, heb ik mijn verlangen naar de meer-dan-menselijke wereld kunnen concretiseren. Ik ben dankbaar voor de verbinding die ik samen met mijn dansers heb mogen opbouwen. Zo had iedereen een andere maar toch belangrijke rol in het proces. Het gevoel van openheid en respect zal me bijblijven en zal ik meenemen naar de toekomst. Wat missen we volgens mij als samenleving en hoe kan dit weer in ons leven worden gebracht? Dit is in de hele tekst ontdekt door te graven in verschillende aspecten van een wezen.

Ter afsluiting, ik onderzocht in dit artikel de vraag: 'hoe kunnen we, aan de hand van zintuiglijke ervaringen, opnieuw contact maken met de meer-dan-menselijke wereld?' In de moderne wereld die steeds meer gericht is op controle en rationaliteit, vergeten we vaak te luisteren naar onze zintuigen en naar ons belichaamd bewustzijn. Het hoofdstuk 'Uitgaan' leverde waardevolle inzichten op van oa Rachel Louise Carson, Anne Wislez, Peter Wohlleben, Daniel Linehan, ... Ze wijzen op het belang van het loslaten van superieure denkwijzen en het omarmen van verbondenheid met onze omgeving. In het hoofdstuk 'Thuiskomen' leerden we dat het proces van bewustwording en herverbinding kan worden belichaamd in de praktijken van dans, exploratie van de zintuigen en bosbaden. Deze praktijken bieden een pad naar een dieper begrip van onszelf en onze omgeving, en stimuleren empathie en zorgzaamheid voor de meer-dan-menselijke wereld, onszelf en elkaar. Door te erkennen dat we deel uitmaken van een groter geheel en dat onze acties een impact hebben op de wereld om ons heen, kunnen we streven naar een meer harmonieuze relatie met de meer-dan-menselijke wereld en met elkaar.

De verkenning van deze connectie benadrukt het belang van het luisteren naar ons lichaam, onze zintuigen en onze omgeving, en het koesteren van een gevoel van verbondenheid dat ons aanspoort om verantwoordelijkheid te nemen voor het welzijn van alle levende wezens.

Ik wil de lezer achterlaten met de drang om mijn verlangen naar een harmonieuze connectie tussen mens en de meer-dan-menselijke wereld te delen. Om uit te breiden, delen, luisteren, voelen en doorgeven, wordt een bevrijding gesuggereerd van onze superieure denkwijzen dewelke ons loskoppelen van de natuurlijke wereld. We behoren allemaal tot hetzelfde, namelijk de zogenaamde 'natuur'. Toch rest één vraag die overblijft en verder onderzoek behoeft: 'hoe integreren we deze connectie-werkelijkheid in een kapitalistische samenleving?' Ik ben ervan overtuigd dat daar een weg voor is, al is die weg (mogelijk) nog lang.

BIBLIOGRAFIE

Boeken

Ferguson, G. (2019). *De acht grote lessen van de natuur: Wat de natuur ons leert over het goede leven*. Ten Have.

Wohlleben, P. (2020). *De geheime band tussen mens en natuur: Over de hartslag van bomen, onze zeven zintuigen en de vraag of planten bewustzijn hebben*. Lev.

Artikels

Holemans, D. H. (2023). *Omgroei – en als we nu eens niet hoefden te groeien*. *Oikos*, September 2023 (107), 7–8.

Verleysen, B. V. (2023). *Wat willen de bomen ons vertellen?* *Oikos*, September 2023 (107), 63.

Elektronische bronnen

Jóhannesdóttir, G. R., & Þorgeirsdóttir, S. (2016). *Reclaiming Nature by Reclaiming the Body*. *Balkan Journal Of Philosophy*, 8(1), 39–48. Geraadpleegd op 16 februari 2024, <https://doi.org/10.5840/bjp2016814>

Hiatus, D. L. (2024, 4 februari). *Interview of Daniel Linehan by Klara/Pompidou* [Video]. Geraadpleegd op 16 januari 2024, Vimeo. <https://vimeo.com/458167460>

Hiatus, D. L. (2024b, februari 9). *Listen Here: These Woods, interview with Daniel Linehan (Hiatus)* [Video]. Geraadpleegd op 16 januari 2024, Vimeo. <https://vimeo.com/564496934>

Beweging & sedentair gedrag. (z.d.). *Gezond Leven*. Geraadpleegd op 7 april 2024, <https://www.gezondleven.be/themas/beweging-sedentair-gedrag>

Linehan, D., BRUZZ, & BELLON, M. (2021). *Daniel Linehan in the Sonian Forest: “We are moving in partnership with other beings”*. In BRUZZ (pp. 1–5) [Interview]. Geraadpleegd op 6 april 2024, https://hia-tus.org/wp-content/uploads/2021/09/Daniel-Linehan-in-the-Sonian-Forest_-We-are-moving-in-partnership-with-other-beings-_BRUZZ-online-2021-08-27.pdf

Ziel. (z.d.). *Audiomakerij Selkie*. Geraadpleegd op 27 maart 2024, <https://open.spotify.com/show/4tQcoperR5GGprCKRZvAtG1?si=a4eb08ba05b54691>