

De Contemplatieve Wandeling

een onderzoek naar de ruimtelijke kenmerken van de
contemplatieve route

Siene Jehoul
promotor: Sarah Martens
Universiteit Hasselt
Faculteit Architectuur & Kunst
2017-2018

Voorwoord

Deze scriptie maakt samen met het Masterproject Studio Contemplatie deel uit van de Masterproef Architectuur 2018.

De keuze van het thema voor dit werk ontstond vanuit mijn interesse in het wandelen als actieve vrijetijdsbeleving en afniteit voor het natuurlandschap.

Graag dank ik iedereen die een bijdrage geleverd heeft aan de realisatie van deze scriptie. Op de eerste plaats een bijzonder woord van dank aan mijn promotor Sarah Martens voor haar interesse en deskundige begeleiding doorheen dit project.

Ook dank aan familie en vrienden voor de vele wandeluren samen op pad en steun bij het veldwerk.

Stiene Jehoul

Abstract

De huidige samenleving is sterk gericht naar comfort wat in toenemende mate leidt tot sedentair gedrag. We bewegen minder en komen daarbij steeds minder in contact met onze directe ruimtelijke omgeving. Tegelijk is onze maatschappij bijzonder prestatiegericht waarbij alles snel moet gaan. Meer en meer mensen ondervinden een groeiende behoefte aan lichaamsbeweging, onthaasting en herbronning.

Onderzoek van drie centrale thema's wandelen, contemplatie en landschap toont aan dat wandelen als lichamelijke activiteit een contemplatieve waarde heeft. De kwaliteit en intensiteit van de contemplatieve beleving hangt nauw samen met de interactie die er bestaat van het individu met natuur en landschap.

Deze inzichten aangevuld met veldwerk en participatief onderzoek, vormen de basis voor het opstellen van parameters die bruikbaar zijn bij het ontwerpen van een contemplatieve wandelroute.

Contemplatie is het resultaat van een innerlijk proces dat kan bijdragen tot meer persoonlijk welzijn van de wandelaar. De ontwerper van een wandelroute kan hier een rol inspelen door rekening te houden met de verschillende ontwerpparameters en deze ruimtelijke inzichten effectief toe te passen.

Inhoud
Voorwoord
Abstract
Inleiding

**DEEL I: THEORETISCHE BENADERING VAN
CONTEMPLATIE, WANDELEN EN
LANDSCHAP**

1. Contemplatie	21
1.1 Het begrip contemplatie	21
1.2 Het belang van meditatie en contemplatie	24
1.3 Bronnen van contemplatie	26
1.3.1 Een eerste persoonlijke opvatting over het begrip contemplatie	26
1.3.2 Kenmerken en voorwaarden van contemplatie	32
2. Wandelen	38
2.1 Evolutie in het wandelen	38
2.1.1 Overzicht	38
2.1.2 Problematiek van vandaag	44
2.2 Kenmerken van wandelen	45
2.2.1 Zintuiglijkheid en lichamelijkheid van wandelen	45
2.2.2 Ritme	47
2.2.3 Vrijheid en eenzaamheid	49
3. Het contemplatieve landschap	53
3.1 Duiding begrip landschap	54
3.2 De beleving van het landschap	55

3.2.1	De waarneming en waardering van landschap	55
3.2.2	Het ultieme landschap	59
3.3	Landschapselementen	68
3.3.1	Efemere landschapscomponenten	76
3.3.2	Waarnemingscondities	79

DEEL II: VELDWERK

4.	Participatieve wandelingen	87
5.	Fotoverslagen	121
6.	Verwerking resultaten	153
6.1	Begrippen	153
6.2	Ontwerpparameters	159
6.3	Ontwerptool	165
7.	Conclusie	169

DEEL III: MASTERPROJECT

8.	Ontwerpogave	173
8.1	Context -en programmavisie	175
8.2	Architectuur & concept	180
	Bibliografie	191

Ooit, en waarschijnlijk binnenkort, zal er behoefte zijn aan wat vooral in onze grote steden ontbreekt: stille en ruime uitgestrekte plaatsen om na te denken, plaatsen met hoge lange zuilengangen voor slecht of al te zonnig weer, waar geen gedruis der omroepers doordringt [...]: nieuwe bouwwerken en plantsoenen, die als geheel de verwevenheid van de bezinning en [het terzijde zijn] uitdrukken. [...] Wij willen ons in steen en plant vertaald zien, wij willen in onszelf gaan wandelen, wanneer wij in deze tuinen en hallen wandelen.

(Nietzsche, in Weijts, 2012)



Inleiding

Mede door een persoonlijke interesse in wandelen als bron van ontspanning en een voorliefde voor natuur ontstond het onderwerp van deze scriptie. De ervaring van een wandeling is veelzijdig; het is een manier om te ontspannen en tegelijk een vorm van lichaamsbeweging. Daarnaast is het een manier om in aanraking te komen met natuur of met de omgeving. Voor mij persoonlijk is wandelen de meest effectieve manier om mijn hoofd leeg te maken en te ontspannen.

Contemplatie valt echter niet zomaar gelijk te stellen met ontspanning, maar gaat over het beschouwen en nadenken over vragen op een intense manier. De nood aan contemplatie is van alle tijden en komt ook in alle religies terug. In de huidige maatschappij zijn het vooral de continue stroom aan prikkels en de snelheid hiervan die een moment van reflectie noodzakelijk maken. Vroeger was er het geloof dat rituelen aanreikte om te reflecteren en te bezinnen (Diamond, 2014). Tegenwoordig speelt het geloof een minder centrale rol in het leven van het merendeel van de bevolking en dus wordt ook het contempleren vaak overgeslagen. Alain de Botton (2012) wijst in zijn boek "Religie voor Atheïsten" naar de waarde van religieuze gebruiken voor de seculiere samenleving.

Dat wandelen een positieve impact heeft op de gezondheid en het welzijn van de mens is niet nieuw. Heel wat religieuzen en cultuurfilosofen schreven over de mentale processen die door wandelen op gang gebracht worden. Hetzelfde geldt voor de invloed die het landschap op ons heeft. Inzichten in zowel de contemplatieve kenmerken van het wandelen als

activiteit en de ruimtelijke elementen die tot contemplatie leiden, kunnen een goede theoretische basis zijn voor het ontwerpen van een wandelroute.

Aan de hand van deze masterscriptie, wil ik onderzoeken hoe de ruimtelijke figuur van de wandelroute ontworpen kan worden als een ruimte voor contemplatie. Via het destilleren van ontwerpparameters tracht ik een theoretisch kader op te stellen dat gebruikt kan worden bij het ontwerpen van een route. De onderzoeksvraag van dit werk is: Wat bepaalt de contemplatieve eigenschappen van het wandelen en welke ontwerpparameters kunnen we toepassen bij het ontwerpen van een contemplatieve route?

Deel I behandelt het theoretisch aspect van het onderzoek en bespreekt contemplatie, wandelen en landschap afzonderlijk. Hoewel betekenis geven aan begrippen zoals contemplatie tot het vakgebied van de filosofie behoort, start ik met het bespreken van het begrip contemplatie en het belang ervan voor de moderne mens. Ik acht dit noodzakelijk voor het vervolg van de scriptie.

Hoewel contemplatie vooral in religies een traditioneel gebruik is, behandelt deze scriptie voornamelijk de waarde van contemplatie in de seculiere maatschappij.

Deze scriptie is geschreven vanuit het perspectief van de ontwerper. Het ontwerpen van een route betekent meer dan het aaneenrijgen van bestaande wegen. "Het concept van de route brengt ruimtelijke en temporele verbanden aan het licht die eerder niet zichtbaar waren. Elementen die voorheen los van elkaar bleken te staan in ruimte en tijd, blijken toch een fundamentele samenhang te vertonen" (De Bruyn et al., 2014). Daarom onderzoek ik in deze scriptie zowel het landschap als geheel als de landschapselementen afzonderlijk.

De theoretische benadering in Deel I vormt de basis voor mijn eigen veldwerk dat ik bespreek in Deel II van deze scriptie. Via participatief onderzoek wordt getracht de opgedane informatie uit Deel I te toetsen aan personen en waar mogelijk bijkomende elementen te ontdekken. Hieruit worden ontwerpparameters afgeleid die gehanteerd kunnen worden bij de ontwerppoging van een contemplatieve route. Dit participatief onderzoek bestaat uit twee delen. Enerzijds via één-op-één wandelingen om te begrijpen hoe mensen hun route bepalen en door welke ruimtelijke parameters ze worden aangetrokken. Anderzijds beschrijven participanten door middel van eigen gekozen afbeeldingen welke landschappen of landschapscomponenten bijdragen tot een bijzondere beleving van het landschap.

Deze eerste twee delen resulteren in een reeks begrippen die inzicht verschaffen in welke landschapselementen contemplatief zijn en welke uitwerking ze elk op ons hebben. Vervolgens worden deze begrippen verdeeld in categorieën die worden omgezet in parameters. Uit deze parameters ontstaat een kader dat gebruikt kan worden bij een gelijkaardige ontwerpdracht.

Deel III vormt een synthese van mijn ontwerpproces van de masterstudio en maakt duidelijk in welke mate dit onderzoek heeft bijgedragen aan de uitwerking van mijn masterproject. Die ontwerppoging bestaat uit het ontwerpen van een pelgrimsroute tussen Tongeren en Maastricht met kleine infrastructuren langs de route. Hier zal dus eerst de rol van architectuur in een landelijke context onderzocht moeten worden.

**DEEL I: THEORETISCHE BENADERING VAN
CONTEMPLATIE, WANDELEN EN
LANDSCHAP**

1. Contemplatie

1.1 Het begrip contemplatie

Etymologisch stamt contemplatie af van het Latijnse *contemplatio*, afgeleid van *contemplari*, dat “richt zijn aandacht op”, “beschouwen” betekent. Het Latijnse ‘*contemplativus*’ betekent ‘theoretisch, beschouwelijk’ (van Veen & van der Sijs, 1997; van der Sijs 2001).

De betekenis van het begrip contemplatie is nauw verbonden met meditatie, wellicht een bekender begrip. Meditatie is een eeuwenoude gewoonte om de geest en de relatie met het eigen lichaam te versterken en in contact te treden met het hier en nu. Contemplatie betekent vooral het beschouwen van een gebeurtenis of tekst en de tijd nemen om er dieper over na te denken. Volgens de katholieke traditie bestaat contemplatie uit drie opeenvolgende stappen. De eerste stap is het overdenken of overwegen van een onderwerp, daarna komt het mediteren en ten slotte tracht men het opnemen van zintuiglijke indrukken en de gedachtestroom te stoppen. Pas vanaf de laatste stap spreekt men over contemplatie (Feenstra, 2016). Hieruit blijkt dat de betekenis van het ware contempleren niet voor alle religieuze stromingen geheel hetzelfde is.

Contemplatie zou zijn oorsprong vinden bij het contemplatieve gebed van de woestijnvaders. Deze traditie werd gekenmerkt door het stille gebed, het onderzoeken van de gedachten en het blootleggen van de innerlijke wereld. De woestijnvaders, die in de derde en vierde eeuw in grote

groepen door de woestijnen trokken om te vluchten van vervolgingen, zouden al vroeg de waarde van de eenzaamheid en stilte ontdekt hebben. Hun aantal volgelingen groeide aan en ze besloten te blijven. In West-Europa en het Nabije Oosten waren er contemplatieve kloosters. Het leven daar werd gekenmerkt door een strikte dagindeling waarbij stilte en gebed afgewisseld werden met studie, lezen en dagelijks werk (Pot, 2014).

Thomas Merton (1915-1968) definieerde contemplatie als volgt:

Contemplation is the highest expression of man's intellectual and spiritual life. It is that life itself, fully awake, fully active, fully aware that it is alive. It is spiritual wonder. It is spontaneous awe at the sacredness of life, of being. It is gratitude for life, for awareness and for being. It is a vivid realization of the fact that life and being in us proceed from an invisible, transcendent and infinitely abundant Source. Contemplation is above all, awareness of the reality of that Source. It knows the Source, obscurely, inexplicably but with a certitude that goes both beyond reason and beyond simple faith.

(Merton, 1962, p. 1).

Merton verbond contemplatie altijd aan de christelijke religie. Volgens Pot (2014) helpt de symboliek van religie om ons bewustzijn te verruimen. Filosoof Alain de Botton (2011) is atheïst maar erkent dat religieuze gebruiken ook voor de atheïst waardevol kunnen zijn. Het onderzoek van deze scriptie gaat voornamelijk om de elementen van wandelen en landschap die tot contemplatie leiden en het individu dat zelf betekenis geeft aan zijn ervaring. In wat volgt zal ik mij voornamelijk beperken tot contemplatie als seculiere activiteit. Volgens Robert Thurman (1994)

is contemplatie geen activiteit voor een bepaalde groep gelovigen of spirituelen maar een soort focussen dat we allemaal geregeld doen. Hij maakt hierbij een onderscheid tussen een 'kalmerende contemplatie' en 'inzichtelijke contemplatie'. Bij de kalmerende contemplatie verschuift de bewustwording van ons brein of onze gedachten naar ons lichaam, naar de innerlijke gevoelswereld. Bij deze vorm wordt contemplatie meer beschouwd als vorm van meditatie. Net door aandachtig te voelen wat er zich vanbinnen afspeelt, gaan gevoelens van bijvoorbeeld onrust en stress verminderen. Inzichtelijke contemplatie wordt daarentegen beschouwd als de intellectuele en psychologische vorm van contemplatie waarbij men tot reflectie komt. De gedachten proberen dingen te begrijpen of zoeken naar een nieuw inzicht.

Volgens Miek Pot kan contemplatie beschouwd worden als een korte oefening of als een weg. Bij contemplatie als oefening gaat het over het in stilte zitten, het zwijgen en het alleen zijn. Hierbij staat het hier en nu centraal. "Het is een 'naar binnen' kijken waarbij de lens van het 'innerlijke oog' wordt schoongemaakt. Hierdoor kan de uiterlijke werkelijkheid helderder en intenser worden waargenomen" (Pot, 2014, p. 9). Ze onderscheidt hier ook het begrip 'Mystiek' dat staat voor het "geheel van de ervaringen op de weg, die uitmonden in momenten waarin we samenvallen met de werkelijkheid." Contemplatie als weg gaat over bewustwording in het alledaagse leven. Het is een proces met resultaat op lange termijn. De weg bestaat uit verschillende etappes die door elkaar voorkomen. Ze vergelijkt de weg met de weg van een labyrint: het kan zijn dat je je dicht bij je doel bevindt, maar dat je nog een hele omweg moet maken vooraleer je er werkelijk bent (Pot, 2014).

1.2 Het belang van meditatie en contemplatie

De huidige maatschappij hecht vooral belang aan ontwikkeling en vooruitgang. Bovendien is er een tendens dat evolutie en verandering zich in steeds sneller tempo verderzetten. Deze jachtige en prestatiegerichte maatschappij zorgt voor een constante druk en is verantwoordelijk voor een enorm aantal prikkels dat een mens op een dag te verwerken krijgt. Een overdaad aan prikkels kan leiden tot gevoelens van onrust, prikkelbaarheid en concentratieverlies (Pot, 2008). Tegelijk verliest religie in het westen aan belang. Nochtans kunnen velen van deze religieuze gebruiken en tradities ons helpen te leren omgaan met de drukke hedendaagse maatschappij (De Botton, 2012). Typisch aan religies is dat ze door hun visie de mens een soort handleiding meegeven om een goed leven te leiden. Deze strenge regels en normen zijn duidelijk, bieden een houvast voor moeilijke tijden en bieden een perspectief op het leven. Religie biedt op deze manier verklaring, geruststelling, troost en zorgt voor orde en gehoorzaamheid. Vrijwel alle menselijke gemeenschappen kennen een 'religie' of iets dat daarop lijkt. Dat suggereert dat religie voorziet in een universele menselijke behoefte, of op zijn minst voortkomt uit een kenmerk van de menselijke aard dat wij allemaal gemeen hebben (Diamond, 2014).

“In onze gedespiritualiseerde westerse samenleving ontbreekt het aan geschikte initiatieriten voor overgangssituaties die voor elke mens belangrijk zijn” (Pot, 2014, p.18).

Pot (2014) bedoelt hiermee dat onze zintuigen de kans moeten krijgen om tot rust te komen en afstand te nemen

van permanente prikkels, gepraat en gedruis. Deze prikkels kunnen aan de basis liggen van een gevoel van onrust, jachtigheid, Ton Lemaire (2002) ziet in scholen en opvoeding het cognitieve aspect en intellectuele functies op de voorgrond treden ten koste van het zintuiglijke en het gevoelsmatige. Pot (2014) hamert op het belang van contact houden met wat er in het diepst van onszelf leeft. De mens loopt immers allerlei kleine of grote 'beschadigingen' op. Deze stapelen zich op en indien we ze negeren kan dit leiden tot onrust en frustraties. Door hier via contemplatie aandacht aan te schenken zullen deze gevoelens uiteindelijk wegebben.

1.3 Bronnen van contemplatie

1.3.1 Een eerste persoonlijke opvatting over het begrip contemplatie

Het begrip contemplatie kan veelzijdig geïnterpreteerd worden. Een eerste opdracht in de ontwerpstudio was het zoeken naar een vijftal beelden die wij als contemplatief ervaarden. Hiervoor baseerde ik mij op een persoonlijke interpretatie van het begrip contemplatie. Voor mij was contemplatie een ervaring die een invloed had op mijn denken en die sterk genoeg was om mijn gedachten voor een tijd vast te houden. Daarnaast zag ik contemplatie ook als het ervaren van een omgeving die de gedachten net lijkt te doen verdwijnen doordat ze in plaats daarvan eerder de zintuigen prikkelt.

Foto 1. Muziek

Bij de foto stel ik mij voor dat er een luide muziek uit de hoofdtelefoon komt. Door de hoofdtelefoon lijkt de muziek voor de luisteraar de hele ruimte te vullen en lijkt het alsof er niks anders bestaat dan deze muziek. Je gedachten lijken te verdwijnen en emoties lossen op. De persoon op de foto ligt waardoor haar hele lichaam ondersteund wordt door de grond.



Afb. 1, muziek



Afb. 2, potgrond

Foto 2. Potgrond

Het verpotten van planten vind ik een van de meest rustgevendende dingen die er zijn. Het is een activiteit die weinig tot geen nadenken vereist en waarbij je gewoon je handen gebruikt om iets te verzorgen. Het contact met de aarde zorgt voor een gevoel van rust en verbondenheid.



Afb. 3, atmosfeer treinrit

Foto 3. Trein

Zelf heb ik altijd graag in bewegende voertuigen gezeten. Om te beginnen is het een tijd waarin je niets hoeft te doen en je je gedachten kan laten afdwalen. Tegelijkertijd kan je gewoon kijken naar het bewegend landschap, waardoor vaak nieuwe gedachten opkomen. Je bent een reiziger tussen de andere reizigers die naar een bepaalde bestemming onderweg is zonder dat andere reizigers weten waar naartoe. Een treinrit die door een mooi landschap gaat is net een film die zich afspeelt.

De lichtinval op de foto lijkt op die van een warme zomeravond. De warmte en energie die ervan uitgaan, geven een aangenaam gevoel. Een trein met een beperkt aantal reizigers krijgt de betekenis van een aangename ruimte.

Foto 4. Drukke in stad

De drukte van de stad geeft een bepaald gevoel van anonimiteit. Als persoon tussen de massa beperk je je identiteit tot die van je fysieke verschijning. De onbekende individuen die je omringen weten verder niks over je. Daarnaast is deze 'ontmoeting' slechts tijdelijk doordat ieder elk een andere bestemming heeft.



Afb. 4, straatbeeld

Tijdens mijn opleiding volgde ik een semester les in Noord-Ierland. Ik was er vooral aangetrokken tot het prachtige landschap. Belfast is gelegen in een dal en zelfs wanneer je je midden in de stad bevindt, zie je de heuvels van het omringende landschap. Ik herinner mij nog hoe ik er vanaf dag één naar uitkeek om deze natuur te ontdekken. Het meest overweldigd was ik bij het bereiken van de top van de Mourne Mountains. Deze route leidde ons door een afwisselend landschap van dichte dennenbossen tot smalle paadjes die langs het water liepen. Af en toe kwamen we bij een open plek die uitzicht bood over de afgelegde weg en we zagen water in de verte. Vervolgens maakte de begroeiing plaats voor een weidse open vlakte. Het pad voerde tussen twee gigantische heuvels. De omvang van de heuvels en de afwezigheid van begroeiing, zorgden voor een bevreemdend gevoel. Een gevoel van het ontdekken van een andere, eenzame wereld. Bij het naderen van de top maakten we kennis met Paul. Hij was aan het rusten bij een bron en vertelde ons dat het water drinkbaar was. Het drinken van dit koele water zorgde voor een versterking van het gevoel van verbondenheid met de natuur. Het is ook Paul die ons overtuigde om toch de hele tocht te wandelen, ook al werd het stilaan donker.

Na een steile helling kwamen we plots bij een zonnige plek. Het beeld dat we vanuit dit punt kregen op het landschap was bijna irreëel. In de verte doken de contouren van andere heuvels op die door het zonlicht varieerden in kleur. Resten van een oude muur pasten bij het idee dat we ons bevonden op de rand van de aarde en waren precies een aanwijzing dat we het landschap vanaf dit punt moesten waarnemen. Het leek erop dat we op een afstand moesten blijven van de waardevolle natuur, net zoals linten ons in een museum duidelijk maken dat we niet dichterbij mogen komen.



Afb. 5, Mourne Mountains, Belfast

Foto 6. Water

Er zijn drie redenen waarom water voor mij een rol speelt bij contemplatie. Om te beginnen is water een essentieel element voor het leven op aarde. De aanwezigheid van water kan dus een zekere geruststelling betekenen. Daarnaast is de aanraking met water verfrissend. Ten slotte vormt water een fysieke en akoestische barrière. Bij een duik in het water begeef je je naar een 'veilige diepte' op afstand van de aarde.



Afb. 6, Water

1.3.2 Kenmerken en voorwaarden van contemplatie

Om de contemplatieve kenmerken in het wandelen te kunnen zoeken, is het belangrijk om eerst de kenmerken van contemplatie zelf te specificeren. Zoals eerder vermeld, is contemplatie niet enkel een tot rust komen van lichaam en geest maar het ervaren van een dieper bewustzijn. Aangezien de betekenis van contemplatie niet eenduidig is, is dit deel eerder een overzicht van wat contemplatie kan zijn.

Lichaam en geest

Het focussen is de essentie van de contemplatie. De focus betekent het vastleggen van de aandacht op een concentratiepunt. "Contemplatie is afzakken van het hoofd naar het hart, van het mentale niveau naar de intuïtie (Pot, 2008, p.49)." Het is een oefening op het focussen op lichamelijke gewaarwordingen die we anders misschien niet zouden opmerken. Door lichamelijke sensaties waar te nemen worden we ons bewust van het hier en nu. "Er is geen hoger doel dan aanwezig te zijn, zij aan zij met het oneindig genuanceerde vloeien van sensaties in het lichaam. De stilte van de geest brengt je in contact met het lichaam. Of eenvoudig gezegd: de stilte van de geest is bewust zijn" (Parks, z.d.).

De ademhaling, een mantra of woord, symbool of visualisatie zijn vaak gebruikte focuspunten. Het is interessant hoe elk van deze focuspunten een ander deel van ons lichaam aanspreekt. Net doordat de aandacht volledig bij een klein deeltje van ons gelegd wordt, vergeten we de rest van wat er zich in ons lichaam en onze geest afspeelt. (Pot, 2014).

Bij het focussen op de ademhaling zijn we ons bewust van deze lichamelijke gewaarwording. Volgens Pot (2004) is de ademhaling de meest natuurlijke focus. Focussend op de ademhaling worden we bewust van het leven. We nemen nog zelden bewust waar dat we ademen. (Engels, 2018). Alain de Botton verwijst naar de ademhaling als “dat achtergrondproces dat al sinds de geboorte grotendeels onopgemerkt en ongewaardeerd plaatsvindt” (de Botton, 2011, p. 153). Stress en gedachten hebben vaak tot gevolg dat mensen te snel of te oppervlakkig ademen. Door diep te ademen worden lichaam en geest rustiger (Engels, 2018). Tijdens het focussen op de ademhaling zullen we ook andere sensaties in ons lichaam opmerken. Belangrijk is hierbij dat we deze gewoon laten zijn. Op die manier ervaren we dat er in het menselijk lichaam constant gevoelens zijn die komen en gaan.

Een tweede vaak gebruikt focuspunt is een mantra. De diepere betekenis van een mantra is het één worden met een klank. Hierbij focussen we op de repetitie van een klank of woord. Dit proces onderbreekt de gedachtstroom. De betekenis van een mantra kunnen we zelfs buiten beschouwing laten, het zijn de trillingen van de klank die zo essentieel zijn (Pot, 2014). In een artikel van Happinez (z.d.) schrijft men dat het gehoor in eerste instantie geprikkeld wordt door de klanken maar nadien verspreiden de trillingen zich over het hele lichaam.

Ten slotte is er de focus op ‘het beeld dat je hoogste waarde symboliseert’ (Pot). De idee is dat we uit de overvloed aan beelden, gedachten en emoties die in het dagelijks leven op ons afkomen iets kiezen waar we de aandacht langer op vestigen. Zo helpt de concentratie op een beeld of

ademhaling bijvoorbeeld om tot stilte te komen. Daarin lijkt de concentratie tegenstrijdig met de innerlijke rust, maar juist die concentratie leidt na verloop van tijd tot innerlijke stilte. Net doordat we focussen op het lichaam, kan de geest pauze nemen.

Stilte

Stilte is een essentieel element in de contemplatie (Merton, 1962; Pot, 2008, 2014). Contemplatie gebeurt het best in een stille ruimte omdat men dan niet wordt afgeleid door verschillende storende factoren. Pot ging naar een klooster omdat ze geen rust en stilte kon vinden om te studeren. Hier ervaarde ze wat stilte was, kreeg ze contact met zichzelf en ging ze zintuiglijker en bewuster waarnemen. Stilte staat voor haar dus niet zomaar gelijk aan het geluidloos zijn van haar omgeving, al helpt dat wel om dichterbij 'de stille ruimte in zichzelf' te komen. Het is een wijze van zijn. Een persoon bereikt volgens haar stilte, wanneer hij 'de interne dialoog kan stoppen'. Die interne dialoog is het durven loslaten van de eigen gedachten en "leeg leren zijn" (Pot, 2008, p.18). Therapeut Kathleen Verhelst bevestigt dat stilte een grote invloed heeft op de fysieke en mentale gezondheid van de mens: "Als er geen lege ruimte en tijd zijn om indrukken te laten zakken, dingen te integreren of je zenuwstelsel even tot rust te laten komen, dan word je ziek" (Verhelst, 2017, p.22).

De stilte opzoeken kan echter een gevoel van onrust opwekken. Zo stelt Tim Parks (z.d.) dat de afwezigheid van lawaai ons bloot stelt aan de luide stem in ons hoofd. Zo is ook het stilzitten niet comfortabel. Zodra we zitten, willen we bewegen en zodra het stil is hebben we de neiging een gesprek te beginnen. Geluid en beweging zijn elementen om

“de irritatie van het stilstaan te vermijden” (Parks). Wanneer we hier niet aan toegeven maar het gewoon gewaar worden, zal die onrust uiteindelijk ook oplossen.

Afzondering

Bij het afzonderen kiezen mensen ervoor om zich naar een plek te begeven waar ze niet zijn blootgesteld aan de verplichtingen en prikkels van alledag (Pot, 2008). Hierdoor ontstaat tijd en ruimte om je aandacht naar binnen te richten, te reflecteren over jezelf of om creatief te zijn (Bakker, 2015). Het leven in een klooster is een leven in zuiverheid en eenvoud.

Door de media dringen meningen en prikkels zich op waardoor we bijna constant onder druk staan. Daarom pleit Ton Lemaire (2017) voor het behoud van het authentieke karakter van elk individu in onze maatschappij.

Het is belangrijk dat elk individu zich af en toe terugtrekt en met een kritische blik de samenleving beschouwt. Door na te denken kunnen we inzicht verschaffen in de werkelijkheid en onze plaats hier in. Dit inzicht heeft tot gevolg dat we ons rustiger voelen. Daarnaast zegt Lemaire dat het verleden al verscheidene malen het belang van het kritische individu heeft aangetoond. We moeten daarom beschikken over een “innerlijkheid die niet mag zwichten voor de macht van de staat, van enig dogmatisme en orthodoxie” (Lemaire, 2017, p.15).

Ruimte en eenzaamheid zijn de sleutels om je innerlijk vrij te voelen (Tesson, 2015). De keuze om te leven als kluizenaar is volgens Bakker (2015) één van de meest radicale vormen

van afwijzing van de wereld. Hij stelt zich de vraag of “in de extreme omstandigheden van de eenzaamheid de fundamentele waarden van het bestaan weer gaan spreken? Dat de volheid van het leven daar intensiever ervaren wordt dan in de drukte van de moderne maatschappij?” (Bakker, 2015, p.11).

Langs de andere kant blijken mensen het steeds moeilijker te vinden om tijd alleen door te brengen en bijgevolg dus ook met hun eigen gedachten en gevoelens (Anselm, 2013). Volgens Bakker (2015) beschouwen we de mens te veel als een zelfstandig wezen dat zijn eigen waarden opstelt. Maar in wezen zijn we kwetsbaar en zoeken houvast buiten onszelf wanneer de omstandigheden niet meer meezitten. Daarom hebben mensen zingeving nodig in het leven. Voor Bakker is zin het ervaren van betekenis. Iemand kan deze zingeving vinden in het besef dat hij deel uitmaakt van een groter geheel. Dit geheel moet echter superieur zijn aan zijn eigen identiteit (Bakker, 2015).

In afzondering, helpt het schrijven om zijn gedachten te ontwikkelen. Het lezen van teksten die over de innerlijke reis gaan, kunnen een grote bron van inspiratie zijn. Enerzijds rijken ze een taal aan voor onze innerlijke ervaring en anderzijds herkennen we gebeurtenissen in beschreven ervaringen. Het besef dat je niet alleen bent in een ervaring, was volgens Alain de Botton ook in veel religies een belangrijk aspect.

Het lijkt dus of contemplatie net gaat over het onder de aandacht brengen van gevoelens of gedachten die we vaak ontwijken. Om te focussen hebben we stilte en eenzaamheid nodig en dat blijken net twee aspecten te zijn die tegenwoordig graag vermeden worden. Contemplatie is net het omgekeerde van vermijden. Zo zegt Miet Pot: “De innerlijke reis is niet gebaseerd op een vermijden ‘van’ maar op een gericht zijn ‘op.’” (Pot, 2014, p. 24). Bovendien gebeurt dat vermijden vaak onbewust. Hieruit begrijp ik dat het focussen zo belangrijk is omdat het ons laat ontdekken wat we vermijden. Pot (2014, p. 54) verwoord het ook als een manier om met “het onreine in het reine komen”.

2. Wandelen

2.1 Evolutie in het wandelen

Sinds meer dan zes miljoen jaar loopt de mens rechtop. Het was noodzakelijk om te jagen, vluchten en voedsel te zoeken (Amato, 2004). Sindsdien zijn we geëvolueerd naar een maatschappij waar zich te voet verplaatsen steeds minder noodzakelijk is. Momenteel is het zelfs bijna overbodig want gemotoriseerd transport is overal (Segrave, 2006). Tegelijkertijd blijkt dat net de kenmerkende drukte van onze samenleving een behoefte aan wandelen in de hand werkt. Omdat we zoveel stil zitten, verlangen we naar lichaamsbeweging en omdat we zoveel tijd in huis spenderen, willen we naar buiten. Daarnaast heeft de welvarendheid van de maatschappij er mede voor gezorgd dat we tijd overhouden om te wandelen (Lemaire, 2002).

2.1.1 Overzicht

Wandelen is "the most natural and everyday act of man" (Careri, 2002, p.81). De rol van het wandelen in de maatschappij is veranderlijk. Zowel de reden tot wandelen als de omgeving waarin men verkoos te wandelen, hebben al een hele evolutie meegemaakt (Coverley, 2012; Solnit, 1970). In de peripatetische school wandelde men om theorieën te overdenken en te bespreken. Deze filosofische school werd rond de vierde eeuw v. Chr. opgericht door Arestoteles. Vaak ziet men dit als een eerste voorkomen van het wandelen als contemplatieve en educatieve activiteit (Solnit, 1970). Tot in de middeleeuwen was er voor het merendeel van de bevolking

geen alternatief voor wandelen. Mensen die zich te voet moesten verplaatsen werden bijgevolg tot een lage sociale klasse gerekend. Wandelen als bewuste, contemplatieve of spirituele activiteit bestond enkel in de vorm van bepaalde kerkelijke processies, rituelen, pelgrimages en reizen (Amato, 2004). In de Renaissance werd er vooral gewandeld in de tuinen als vorm van ontspanning. Het werd vooral gezien als een gelegenheid om sociale contacten te leggen of om op te vallen (Gros, 2013). Daarnaast was een wandeling ook een uitstekende mogelijkheid om zich in stilte af te zonderen (Solnit, 1970).

Jean-Jacques Rousseau (1712-1778) staat bekend als de wandelende filosoof (Coverley, 2012; Lemaire, 2002; Solnit, 1970). Vanaf zijn zestiende begon hij te zwerven en sindsdien speelde wandelen een grote rol in zijn leven. Voor Rousseau was wandelen een manier om te vluchten van de maatschappij, maar ook van zijn eigen gedachten (Rousseau, 1782/2206). Al wandelend voelde hij pas zichzelf:

Never did I think so much, exist so vividly, and experience so much, never have I been so much myself – if I may use that expression – as in the journeys I have taken alone and on foot. There is something about walking which stimulates and enlivens my thoughts. When I stay in one place I can hardly think at all; my body has to be on the move to set my mind going. The sight of the countryside, the succession of pleasant views, the open air, a sound appetite, and the good health I gain by walking, the easy atmosphere of an inn, the absence of everything that recalls me to my situation – all these serve to free my spirit, to lend a greater boldness to my thinking, to throw me, so to speak, into the vastness of things, so that I can combine them, select them, and make them mine as I will, without fear or restraint. (Rousseau, geciteerd in Coverley, 2012, p.25)

Rousseau's toewijding tot wandelen was in die tijd eerder uitzonderlijk. Een eeuw later komen gelijkaardige ideeën frequenter voor. Tijdens het einde van de 18de eeuw transformeerde wandelen van een verplichting naar een vorm van ontspanning en werd het ook populair bij de hogere klassen. Het was ook deze periode waarin mensen het landschap begonnen te waarderen. Mede door de gedichten van Wordsworth over de schoonheid van het Engelse landschap, werden wandeltochten over publieke wegen populairder. Voorheen wandelde men vooral in tuinen en parken. De Engelse tuinen hebben een grote invloed gehad op de waardering voor natuur, landschap en wandelen (Coverley, 2012; Solnit, 1970). De waardering voor het landschap werd zelfs een teken van beschaafdheid. Er werden zelfs instructies aangereikt hoe men een landschap moest waarderen. Er kwamen gidsen voor toelichtingen rond landschap, fauna en flora. Gilpin beschreef zelfs hoe het landschap gezien moest worden, want een waardering voor landschap kon aangeleerd worden (Solnit, 1970). Vooral in de periode van de Romantiek werd de menselijke waardering van het landschap cultureel beïnvloed.

Such an influence is the Romantic taste for landscape, for wild places, for simplicity, purity, solitude. Which is to say, walking is natural, or rather part of natural history, but choosing to walk in the landscape as a contemplative, spiritual, or aesthetic experience has a specific cultural ancestry. (Solnit, 1970, p.85)

In de periode van de Romantiek symboliseerde het wandelen intellectuele vrijheid en creativiteit (Coverley, 2012). Ook Henri David Thoreau zocht steeds de natuur op tijdens het wandelen: "When we walk, we naturally go to the fields and woods". Thoreau wandelde als protest tegen de expansie van de stad en de "erosion of the natural world" (Coverley, 2012,

p.113).

Kierkegaard (1813 – 1855) wandelde echter in de stad. Hier kon hij verdwijnen in de drukte en tegelijk de menigte observeren. Voor Kierkegaard was wandelen of flaneren in zijn geval, net een middel om eenzaamheid tegen te gaan. De indrukken die hij daar opdeed waren een bron van inspiratie voor zijn geschriften. Het concept van de flâneur werd voor het eerst genoemd door de dichter Baudelaire. De flâneur is doelloos; af en toe stopt men om rond te kijken. Men zei ook wel eens dat de flâneur lui was en wandelde uit nieuwsgierigheid voor het leven dat zich op straat afspeelde. Omstreeks 1840 zou het gewoon zijn om een wandeling te maken met schildpadden (Coverley, 2012).

The crowd is his element, as the air is that of the birds and water of fishes. His passion and his profession are to become one flesh with the crowd. For the perfect flâneur, for a passionate spectator, it is an immense joy to set up house in the heat of the multitude, amid the ebb and flow of movement, home and yet to find oneself everywhere at home; to see the world, to be at the centre of the world, and yet remain hidden from the world – such are a few of the slightest pleasures of these independent, passionate, impartial natures which the tongue can but clumsily define. (Charles Baudelaire, 1863, geciteerd in Coverley, 2012, p. 154)

Onder invloed van Walter Benjamin werd de Flâneur Society opgericht. Het opzet was om de flâneur en stedelijke publieke ruimte onder de aandacht te brengen. Ze publiceerden 'The Guidebook to Getting Lost'. Het boekje definieert het concept van de flâneur en reikt de lezer richtlijnen aan om te verdwalen in de stad (Carl Goes, 2018).

Wandelkunst

Francesco Careri (2002) herkende drie periodes in de 20ste eeuw waarin de rol van wandelen omkeerde. In het eerste deel van de 20ste eeuw werd wandelen gezien als een anti-kunst. In de periode van de overgang van Dadaïsme tot het Surrealisme transformeerde wandelen tot experimenteel middel om de publieke ruimte terug te winnen. De Dada-beweging organiseerde meetings op banale plaatsen om bepaalde locaties terug onder de aandacht te brengen. Vervolgens trachtten de Dadaïsten om via de flaneur het wandelen tot een esthetische activiteit te maken. Het ging hen niet om plaatsen met historische of emotionele waarde, maar eerder om vergeten plekken. De artistieke waarde lag niet in de objecten maar in ruimte en performance om zo vooral de perceptie te stimuleren. Ook al was de actie niet succesvol, volgens Careri lag de waarde in het idee om iets uit te voeren, eerder dan in de actie zelf.

Het wandelen als ervaring kende een wankelpunt met de overgang tussen Dadaïsme en het Surrealisme. Later fuseerden Dadaïsten en Surrealisten. Een nieuwe actie was een wandeling op het platteland. Het was ook een doelloze wandeling. 'Deambulation' is een term die uitgevonden werd door de Surrealisten voor een vorm van wandelen waarbij men gedesoriënteerd raakt.

Een nieuwe verandering vond plaats met 'Situationist International' in 1957 onder leiding van Guy Debord. De Situationisten hadden vooral moeite met de artificiële werkelijkheid die door media werd voorgesteld.

Als tegenreactie experimenteerden de Situationisten met eigen methodes. In dit opzicht wordt het nieuwe concept 'dérivé' uitgevonden. De Surrealisten baseerden zich op de flâneur, maar veranderden de betekenis lichtjes. Men vergat zijn bezigheden en liet zich leiden door afleidingen. Het is een doelloze en ongeplande wandeling waarbij de wandelaar zijn weg bepaalt op basis van zijn emotionele reactie op bepaalde elementen, ervaringen en gebeurtenissen. Het kiezen van de richting gebeurde echter niet geheel willekeurig. Psychogeography is het bestuderen van het effect van de fysieke omgeving op emoties en gedrag van mensen.

Het opzet van de Situationisten was mensen meer bewust te laten zijn van hun directe omgeving en nieuwe mogelijkheden te laten ontdekken hoe ze die omgeving konden beleven. In tegenstelling tot de Dadaïsten gingen de Situationisten niet naar banale plekken, maar organiseerden spel en activiteiten. Om de alledaagsheid van de wandeling te vermijden, experimenteerde men met verschillende methodes om de route te bepalen. Men volgde bijvoorbeeld een vreemde of gebruikte een kaart van een andere stad. Experimentele kaarten werden ontwikkeld die als tool werden gebruikt worden bij de dérivé (Coverley, 2012; Ingold, 2008; Walsh, 2013).

Guy Debord publiceerde 'Theory of the Dérivé' waarin hij de dérivé definieert als: "a technique of transient passage through varied ambiances, involving playful-constructive behavior and awareness of psychogeographical effects; which completely distinguishes it from the classical notions of the journey and the stroll".

2.1.2 Problematiek van vandaag

“Wie in deze turbulente wereld, waarin het zelden stil is, waar bijna alles is aangetast door het virus van een algehele mobilisering, waar weinigen meer weten te wonen en de harmonie tussen mens en wereld ver te zoeken is, kan nog de juiste gezindheid vinden om werkelijk te wandelen?” (Lemaire, 1997, p. 117)

Momenteel zijn er verschillende redenen waarom we ontmoedigd worden om te voet te gaan. Om te beginnen denken mensen vaak geen tijd te hebben om te wandelen en kiezen ze voor een sneller vervoersmiddel. Daarnaast is er de ‘mentale radius’ die daalt. De mentale radius is de afstand die mensen gemiddeld willen wandelen om ergens naartoe te gaan. Het is volgens haar alleen maar logisch dat deze daalt aangezien mensen ook niet meer verwacht worden te wandelen (Solnit). Tegelijkertijd zijn de afstanden die we vaak moeten afleggen groter. Ten gevolge van suburbanisatie veranderde de schaal en textuur van infrastructuur. “This transformation happened in the mind as well on the ground. Ordinary Americans now perceive, value, and use time, space and their own bodies in radically different ways than they did before” (Solnit, 1970, p.250-251).

Tenslotte is de fysieke ruimte niet aantrekkelijk om te wandelen. De fysieke ruimte zelf verandert, maar ook de wijze waarop we ons die ruimte voorstellen en beleven. Deze redenen hangen samen. De fysieke ruimte wordt aangepast aan het gebruik. Wanneer het autogebruik domineert in het publiek domein stemt men de schaal van infrastructuur hier op af, waardoor het weer minder aantrekkelijk wordt

en mensen nog minder geneigd zijn om te wandelen. Het grootste probleem van het verdwijnen van voetgangersruimte is volgens Solnit (1970) de wijziging van de verhouding tussen mensen en hun leefomgeving. Wanneer mensen zich verplaatsen met een vervoersmiddel dat te snel gaat, daalt de relatie tussen reiziger en zijn omgeving.

2.2 Kenmerken van wandelen

We kunnen ons de vraag stellen welke eigenschappen van wandelen in deze tijd dan wel nog aantrekkelijk zijn voor mensen. Het volgende deel bevat een overzicht van de contemplatieve kenmerken van het wandelen.

2.2.1 Zintuiglijkheid en lichamelijkheid van wandelen

Tussen inspanning en ontspanning

Het authentieke wandelen is een activiteit die tegelijk de kunst van de passiviteit is: het zich lichamelijk-zintuiglijk laten verrassen door de wereld, een zich openstellen in belangeloze aandacht, in een nutteloze interesse voor de eigen aard van de dingen, een vermogen tot geduldig en in stilte verwijlen bij de wereld, vanuit liefde voor zijn woongebied met gevoel voor de betekenis van plaatsen en plekken, en dit alles in het dankbare besef van een zekere harmonie tussen mens en wereld, tussen geest en kosmos. (Lemaire, 2002, p. 116)

Net omdat wandelen zo een 'vanzelfsprekende' activiteit is voor de mens, wordt het soms beschouwd als nietsdoen. Een nietsdoen dat de flow van gedachten en ervaringen stimuleert. Door deze eigenschap van wandelen kunnen we verwachten dat wandelen uitnodigt tot contemplatie.

Walking itself is the intentional act closest to the unwilling rhythms of the body, to breathing and the beating of the heart. It strikes a delicate balance between working and idling, being and doing. It is a bodily labor that produces nothing but thoughts, experiences, arrivals. (Solnit, 1970, p. 5)

Er heerst vandaag een grote nood om het lijf in te spannen (Lemaire, 2002). Wanneer we dagelijks een groot deel van de dag zittend doorbrengen, voelt beweging aan als een soort van bevrijding. Lichaamsbeweging brengt een aantal chemische processen in ons lichaam op gang die een positief effect hebben op lichaam en geest. Daarnaast werkt een rustige vorm van lichaamsbeweging kalmerend, onze gedachten worden in beslag genomen door lichamelijke gewaarwordingen of elementen uit de omgeving. Ton Lemaire noemt het een 'alertheid voor het hier en nu'.

Wandelen kan tot excessen leiden: een te grote vermoeidheid, waardoor de geest zichzelf kwijtraakt, een te grote schoonheid die de ziel onderuithaalt, een te grote dronkenschap op de toppen boven de passen (het lichaam barst uit zijn voegen). Wandelen wekt uiteindelijk het rebelse, archaische deel in ons: onze behoeften worden primitief en compromisloos, onze opwellingen bezield van een heilig vuur. (Gros, 2013, z.p.)

Het bewustzijn van het landschap

Kierkegaard schreef dat ons hoofd het beste werkt wanneer het omgeven wordt door afleiding (Solnit, 1970). Hieruit kunnen we opmaken dat een omgeving met een bepaalde beweging ons tot denken aanzet.

Wanneer we wandelen zal het omringende landschap voor

afleiding zorgen. Elementen uit de omgeving zullen onze zintuigen prikkelen. Volgens Lemaire betekent wandelen zich wenden in een omgeving. De wandeling heeft als voordeel dat we constant in beweging zijn in het landschap waardoor ons beeld veranderlijk is. Tegenwoordig zijn we vooral op het visuele gefocust en worden de andere zintuigen wat 'vergeten'. Desondanks kan een stilstaand beeld ons niet lang meer boeien (Krinke, 2005). Uit het vorige hoofdstuk bleek dat de mens constant op zoek is naar afleiding. Volgens Alain de Botton kan alles verslavend werken zolang het ons afleidt van onszelf (Zeitgeistminds, 2017). Door beschouwing van elementen uit zijn omgeving, vergeet de wandelaar zichzelf en kan hij volledig opgaan in de rest.

Ondergedompeld zijn in de natuur betekent een permanente prikkel. Alles spreekt tegen je, begroet je, vraagt om aandacht: bomen, bloemen, de kleur van de wegen. Het blazen van de wind, het zoemen van de insecten, de loop van de beek, de klap van je voetstappen op de aarde: het is een heel geruis, in antwoord op je aanwezigheid. (Gros, 2016, z.p.)

2.2.2 Ritme

Het zetten van de ene pas na de andere, is voor de mens een aangeboren reflex (Solnit, 1970). Uit de opeenvolging van stappen ontstaat een ritme. Je zou kunnen zeggen dat wandelen eentonig is. Maar volgens Gros (2016) is net die eentonigheid een middel tegen verveling. Verveling ontstaat pas wanneer een lichaam niet beweegt en geen weg weet met een brein waar geen enkele gedachte opkomt. Het is opmerkelijk dat het ritme dat we zo 'produceren' overeenkomt met het ritme waar we het liefst naar luisteren. De mens blijkt immers een onbewuste voorkeur te hebben

voor ritmes van ongeveer 120 beats per minuut. Dit komt ongeveer overeen met het ritme van 100 stappen per minuut.

Het ritme van het wandelen stimuleert de gedachtegang (Solnit, 1970). Dit heeft ook te maken met de traagheid van het wandelen. Ze vermoedt namelijk dat ons hoofd op gelijke snelheid werkt als onze voeten met ongeveer 4,5 km per uur. Deze vergelijking kan geïnterpreteerd worden als een aangename snelheid voor het waarnemen. De beeldenstroom die in onze gedachten passeert, heeft een kalmerend ritme. Onze aandacht wordt voldoende afgeleid zodat er geen verveling optreedt en zorgt anderzijds niet voor een overdaad aan prikkels. Frédéric Gros zegt het volgende over de snelheid:

Traagheid is in perfecte overeenstemming zijn met de tijd, zodat de seconden parelen, druppelsgewijs vallen, als een regentje op een steen. Het uittrekken van de tijd verdiept de ruimte. Het is een van de geheimen van het wandelen: een trage benadering van landschappen maakt ze de gaandeweg vertrouwd. (Gros, 2016, z.p.)

Deze traagheid past echter amper of niet in de 'jachtigheid' van deze samenleving. Het lijkt erop dat veel mensen uit gewoonte kiezen voor het snelste vervoersmiddel. Ik heb dit zelf ervaren wanneer ik op een dag besloot om te voet naar de winkel te gaan. Het was nog geen tien minuten wandelen maar toch vond mijn moeder het onlogisch om niet gewoon de fiets te nemen.

In onze rusteloze tijd waarin het hele leven versneld is, lijkt voortbeweging te voet bijna een anachronisme geworden. Vergeleken met vliegtuig, auto en zelfs de fiets is de voettocht het regiem van de traagheid, het tempo van een vervlogen tijd.

Toch moest eerst de auto ons leven gaan beheersen, voordat we de geneugten van het wandelen en het lopen konden gaan herontdekken en daarmee tevens de ware smaak van de wereld. Want om de rijkdom van de wereld, van natuur en landschap zo concreet en volledig mogelijk – dus zintuiglijk – te kunnen genieten, zijn rust, stilte, aandacht en dus een zekere traagheid nodig die absoluut onverenigbaar zijn met de snelheid van de moderne transportmiddelen. Zelfs de fiets gaat dan nog te vlug, want wij voelen niet de grond onder onze voeten, tred voor tred, we onderscheiden nauwelijks de verschillende geuren om ons heen, we gaan te vlug om goed het liedje te horen van een opstijgende leeuwerik en de kevers op de weg en de wilde bijen op de bloemen hebben we helemaal niet gezien. Te voet kunnen we het meest optimaal deelnemen aan de polsslag van het leven, ons het best lijfelijk-zintuiglijk onderdompelen in natuur en landschap. Lopen is de oudste, meest natuurlijke en eenvoudige en ook de meest verkwikkende manier van voortbewegen die er bestaat, naar de maat van onze lichamelijke en daardoor geschikt om op harmonische manier ons de wereld in haar oneindige verscheidenheid aan kleuren en geuren, aan geluiden en smaken te laten ervaren. (Lemaire, 2002, p.37)

2.2.3 Vrijheid en eenzaamheid

Het belang van zich af en toe af te zonderen uit de omgeving werd reeds in een voorgaand deel aangehaald. Wandelen betekent vrij zijn. Om te beginnen is vrijheid een vereiste voor het maken van een wandeling, want je hebt tijd en ruimte nodig die je toelaten om te wandelen. Maar daarnaast moet je ook lichamelijke in goede gezondheid verkeren. De wandelaar is vrij omdat hij op zijn eigen kracht kan vertrouwen en daardoor onafhankelijk is (Gros, 2013; Lemaire, 2002; Solnit, 1970).

In de periode van de Renaissance wandelde men voornamelijk om zich even te kunnen afzodneren. De wandeling door de tuin was een manier om private gesprekken te houden en afstand te nemen van de maatschappij (Solnit, 1970). Zo zouden ook de wandelingen van Jean-Jacques Rousseau eind 18de eeuw een manier zijn om even te ontsnappen aan de drukte van Parijs. Het landschap hielp hem te mediteren, prikkelde de geest en opende de zinnen (Teerds & van der Zwart, 2012).

Ook voor Gros zit de vrijheid in het bewust kiezen voor de natuur en de dagelijkse beslommeringen even aan de kant te zetten. Daarnaast ontsnap je volgens hem aan je eigen identiteit: "aan de verleiding iemand te zijn, een naam en een geschiedenis te hebben" (Gros, 2013, z.p.). Het is een manier om te tonen dat je de "rotte, vervuilde, vervreemdende, ellendige samenleving afwijst" (Gros, 2013, z.p.). Niet louter het landschap zorgt voor die afzondering maar ook het wandelen zelf. Zo zegt Solnit: "A lone walker is both present and detached from the world around, more than an audience but less than a participant. Walking assuages or legitimizes this alienation: one is mildly disconnected because one walking, not because one is incapable of connecting" (Solnit, 1970, p. 24).

Als je lang genoeg wandelt, verlies je vanzelf het besef van tijd. Je hebt geen idee welke afstand je hebt afgelegd en welke je nog moet afleggen (Gros, 2013). Ook Tom Lemaire ervaart een gevoel van vrijheid tijdens een wandeling. Voor hem is wandelen zich wenden in het landschap. De wandelaar is vrij omdat hij zijn route zelf kan bepalen. De voorwaarde is hier

wel dat men zijn pad niet op voorhand heeft uitgestippeld. Met zijn drieën of vieren zijn momenten van gedeelde eenzaamheid mogelijk. Want ook eenzaamheid kun je delen, net als het brood van de dag. Met meer dan vijf is het dan weer een te groot aantal om de eenzaamheid te delen. Anderzijds kan een ontmoeting die tijdens een wandeling plaatsvindt, des te betekenisvoller zijn (Lemaire, 2002).

2.2.4 Oriëntatie

My walking is of two kinds: one straight on end to a definite goal at a sound pace; one, objectless, loitering, and purely vagabond. In the latter state, no gypsy on earth is a greater vagabond than myself; it is so natural to me, and strong with me, that I think I must be the descendant, at no great distance of some irreclaimable tramp. (Dickens, geciteerd in Coverly, 2012, p.138)

Hieruit kunnen we afleiden dat er wandelingen zijn, die leiden naar een specifieke bestemming en dat er wandelingen zijn zonder doel. Er zijn ook wandelaars die er juist voor kiezen om zich te laten meevoeren door hun gevoel en zich dus laten verdwalen. Zoals eerder vermeld was dit het doel bij de *flâneur* en de *dérivé*.

In een natuurlijk landschap is de zon het voornaamste middel om zich op te oriënteren.

Eastward I go only by force; but westward I go free. Thither no business leads me. It is hard for me to believe that I shall find fair landscapes or sufficient wildness and freedom behind the eastern horizon. I am not excited by the prospect of a walk thither; but I believe that the forest which I see in the western horizon stretches uninterruptedly towards the setting sun, and there are no towns nor cities in it of enough consequence to disturb me. (Thoreau, geciteerd in Coverly, 2012, p. 117)

3. Het contemplatieve landschap

De omgeving waarin we wandelen heeft misschien nog wel een grotere impact op de contemplatieve beleving dan het wandelen zelf. In dit deel wordt onderzocht welke ruimtelijke landschapskenmerken een specifieke uitwerking hebben op de mens en zodanig tot contemplatie leiden. Meer specifiek zoeken we naar landschappen en landschapselementen die:

1. een diepere gedachte opwekken
2. vrij zijn van storende factoren of het te veel aan ruis
3. onze bewustwording van zintuiglijke prikkels verhogen
4. de gedachten afleiden en verstrooiing bieden

Sinds mijn kennismaking met het Noord-Ierse berglandschap ben ik ervan overtuigd dat het natuurlijk landschap een blijvende impact op de mens kan hebben. Het aanschouwen van dit beeld wekte een gevoel van verwondering en voldoening bij mij op. Dit gevoel zorgde vervolgens voor het opkomen van verschillende gedachten. In verhouding tot het landschap voelde ik mij klein en onbelangrijk. Deze gedachten helpen mij tot heden nog om vele zaken te relativieren. Ik stel mij dan de vraag of andere mensen hetzelfde ervaren en even intens? Door deze ervaring ontstond mijn interesse in de relatie tussen specifieke landschapselementen en de beleving en waardering ervan door mensen.

In een onderzoek naar de contemplatieve beleving van het landschap is inzicht in de menselijke waarneming belangrijk. Volgens Bosshard (2000) is het landschap zowel objectieve ruimtelijke werkelijkheid als het subjectieve beeld dat de waarnemer vormt. Bij het subjectieve waarnemen spreken

we van landschapsbeleving of landschapsperceptie. Die beleving wordt gevolgd door een waardering. Hieruit blijkt dat mensen een landschap waardevol vinden op een bepaald vlak.

3.1 Duiding begrip landschap

Aan het begrip landschap worden veel betekenissen toegekend. Volgens van Eetvelde (2006) komt dit mede door de aandacht voor landschap uit zoveel verschillende domeinen. Ook volgens Marc Antrop (2010) is landschap een complex begrip. In zijn boek 'Perspectieven op het landschap' benadert Antrop het landschap vanuit de brede betekenis. Het landschap kan beschouwd worden als:

Een ruimtelijk complex van objecten (elementen) en verschijnselen in interactie:

- Basisconcepten zijn structuur, patroon, functies, systeemtheorie, verandering en dynamiek;
- Ze kunnen beschreven en geanalyseerd worden door middel van landschapsmetrieken en indicatoren.

Een beeld (scene), dat beschreven kan worden volgens (gestalt-) perceptieregels:

- Basisconcepten zijn zichten (views), vista's, perspectieven, openheid;
- Het is het onderwerp van omgevingsperceptie, -psychologie en design.

Een existentieel verschijnsel met krachtige symbolische betekenis en waarden:

- Basisconcepten zijn thuis, vaderland, erfgoed (natuurlijk, historisch, cultureel), genius loci, landmerken (bakens);

- Het zijn onderwerpen voor erfgoedzorg, kunst en filosofie
Landschap betekent volgens Lemaire “het stuk van het aardoppervlak dat wij als een zekere eenheid beleven en beschouwen” (Lemaire, 1970, p.76). Deze eenheid kan bestaan uit de combinatie van losse elementen zoals patronen, structuren, vormen, functies, enz. (Antrop, 2010).

Volgens bepaalde definities is landschap niet zomaar gelijk te stellen aan natuur. Het is pas na beschouwing dat land landschap wordt. “Landscape” means an area, as perceived by people, whose character is the result of the action and interaction of natural and/or human factors” (Council of Europe, 2000, p.2).

Voor het vervolg van deze scriptie beschouw ik het landschap als onze directe fysieke omgeving, bestaande uit landschapselementen. In dit onderzoek zal vooral het landelijk en natuurlijk landschap aan bod komen aangezien men in de contemplatie vaak afstand neemt van de maatschappij.

3.2 De beleving van het landschap

3.2.1 De waarneming en waardering van landschap

De beleving bestaat uit het waarnemen en het denken. Steiner schrijft dat de waarneming van buitenaf komt terwijl het denken vanuit ons innerlijk komt. Het zintuiglijk opnemen van de werkelijkheid noemt Steiner de zuivere ervaring. Ons brein wil vervolgens deze fenomenen ordenen en relaties tussen fenomenen begrijpen. Vanaf dat moment komen het ervaren en denken samen. Hieraan voegt hij toe: “het denken is een orgaan van de mens dat erop gericht is

iets hogers waar te nemen dan de zintuigen bieden....Het denken is er niet om het zintuigelijke te herkauwen, maar om datgene te doordringen wat voor de zintuigen verborgen blijft" (Steiner, 1886/2003 p.73). Dit impliceert dat de mens in staat is om een bepaalde waardering uit te drukken voor het landschap of er bepaalde betekenissen of relaties in gaat herkennen. Dit waarderingsproces komt na het waarnemingsproces.

Mensen kunnen dus een bepaalde waarde toekennen aan landschappen. Deze waardering kan betrekking hebben op de esthetische kwaliteit, maar ook op de historische of symbolische waarde. Aan landschappen zoals de tuinen van Versailles of The Grand Canyons wordt een hoge waarde toegekend. Beide zijn plekken die doorgaans als mooi worden ervaren en bovendien een historische waarde hebben (Hendriks & Stobbelaar, 2003). Volgens Coeterier (1987) zijn het niet zozeer de zintuiglijk waarneembare elementen zoals geuren, geluiden en texturen die de waarneming van het landschap bepalen. Het zou eerder de combinatie zijn van authenticiteit en identiteit, collectiviteit en individualiteit, historie en toekomst, natuur en cultuur. De waardevolle landschappen "correspond to traditional rural areas, cultural landscapes with a pronounced character and ecologically important areas" (Antrop & Van Eetvelde, 2017, p.46). Groth (1997) onderscheidt het gewone en ordinaire landschap. De ordinaire landschappen zijn volgens Groth landschappen die identiteitloos, heterogeen, chaotisch zijn en ontworpen zijn om op korte termijn te voldoen aan behoeftes.

Coeterier onderscheidt acht criteria bij de waarneming en waardering namelijk: compleetheid, heelheid, bodem

en waterhuishouding, natuurlijkheid, ruimtelijkheid, ontwikkeling van tijd, zintuiglijke indrukken en beheer (Coeterier, 187; 2000). Compleetheid en heelheid zijn de voornaamste criteria. Compleetheid gaat over de aanwezigheid van landschapselementen die in een bepaald landschapstype verwacht worden en bovendien op de juiste plaats en in de juiste verhouding voorkomen. Met heelheid bedoelt men dat er geen storende elementen voorkomen.

“The ‘aesthetic pleasure’ is larger and changing the more information is extracted from these aesthetic cognitive levers. This means that aesthetic values are not stable but vary in time and with new experiences” (Antrop & Van Eetvelde, 2017, p. 132).

Werner Nohl (2001) is van mening dat de waardering van landschap verandert. Het waarnemen van een landschap bestaat enerzijds uit de uiterlijke verschijningsvorm en anderzijds uit de betekenis die we er aan koppelen. Daarom moeten we volgens Nohl onderscheid maken tussen verschillende niveaus van waarneming. Hij ontwikkelt vier niveaus van esthetische waardering namelijk: het zintuiglijke, het symptomatische, het expressieve en het symbolische niveau. Bij het eerste niveau gaat het om het zintuiglijk waarnemen om zo informatie van de omgeving op te nemen. Bij de symptomatische herkent men relaties tussen landschapselementen. Het expressieve niveau duidt op de invloed van de waarneming op de emoties. Het symbolische niveau omvat het geheel van ideeën, associaties, herinneringen die het landschap bij de waarnemer kan oproepen.

Authenticiteit en Identiteit

Authenticiteit blijkt één van de voorwaarden voor een kwalitatief landschap. Ook een landschap dat door toedoen van de mens tot stand kwam, kan een hoge authentieke waarde hebben. De authenticiteit ontstaat namelijk door het 'samengaan van menselijke plannen, de stand van de techniek, de lokale geografie en topografie en ten slotte de krachten van natuur en cultuur in de tijd.' Want 'elke locatie vraagt om iets anders, elke tijd vraagt om iets specifiek, ieder persoon die aan de opgave werkt draagt iets ander bij. En het is net door de combinatie van al deze factoren die bijdraagt aan de vitaliteit van het landschap (Kolen en Lemaire, 1999).

Een landschap heeft een geografische identiteit als de kenmerken van het landschap overeenkomen met die van een bepaald type landschap en dat landschap tegelijk een aantal afwijkende kenmerken heeft (Van Zoest, 1994). De identiteit van een landschap maakt daarnaast ook deel uit van de eigen identiteit van mensen. Het kan hier gaan om objecten, herinneringen, symbolische betekenissen of associaties die gelinkt worden aan het landschap waarin men bijvoorbeeld is opgegroeid. Vervolgens is er ook nog het onderscheid tussen persoonlijke en culturele identiteit. Een landschap kan een andere betekenis hebben voor een individu dan voor de groep, die meer belang hecht aan de meer algemeen bekende plekken (Hendriks en Stobbelaar, 2003).

De zogenaamde 'non-places' zijn volgens Augé het archetypische van plekken zonder identiteit. Het zijn plekken die enkel gebruikt worden als doorgangplaats. Ze zien er

overal hetzelfde uit en omdat mensen er maar een korte tijd doorbrengen ontstaat geen band met dit soort plaatsen.

Toen zich verplaatsen nog vooral te voet gebeurde, spendeerden mensen veel meer tijd in hun onmiddellijke omgeving. Op deze manier ontstond er band tussen mensen en het landschap waarin ze woonden. Taferelen die zich op een bepaalde plaats hebben afgespeeld, worden herinnerd wanneer men er opnieuw komt.

Daarom kunnen de landschappen van onze jeugd ons een leven lang begeleiden en een ondefinieerbaar heimwee opwekken als we ze terugzien of in herinnering roepen. De ruimte waarin we langere tijd leven, wordt een bezielde ruimte, plekken erin krijgen een bijzondere betekenis doordat we ons eraan hechten en ze op den duur een deel van onszelf zijn geworden. (Lemaire, 2002, pp. 41-42)

Volgens Ton Lemaire (1999) heerst er vandaag een probleem van wat hij 'delocalisering' noemt. Hiermee bedoelt hij het proces waarbij een samenleving zich minder hecht aan zijn onmiddellijke ruimtelijke omgeving. Door de stijgende welvaart was het nooit zo makkelijk om ons op verre afstanden te verplaatsen. We werken verder van huis en onze vrije tijd spenderen we ofwel in onze woning.

3.2.2 Het ultieme landschap

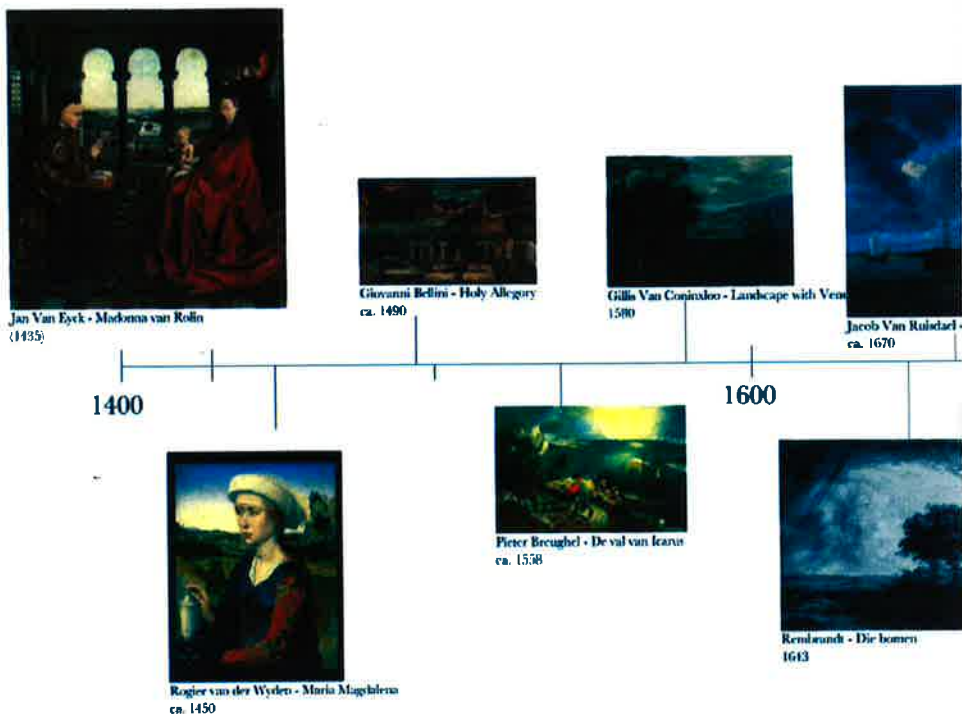
Tot aan dit deel werden vooral algemeen geldende criteria voor waardevolle landschappen besproken. Dit gedeelte focust meer op het contemplatieve landschap dat de aandacht trekt van de geest waardoor de mens wordt afgeleid van zijn eigen beslommingen. Talloze filosofen schreven over land-

schapservaringen en ook voor schilders is het landschap een belangrijke inspiratiebron geweest. Dit doet vermoeden dat het landschap een belangrijke waarde had. Intermezzo verhouding mens en landschap

Ik verwijs hiervoor naar de analyse van landschapsschilderkunst door Ton Lemaire in 'Filosofie van het landschap'. Hij leest de verhouding van de mens met zijn omgeving af uit de manier waarop men het landschap afbeeldde.

Elke periode heeft zo zijn eigen specifieke methoden om uitdrukking te geven aan de geest van de tijd. Lemaire maakt hierbij een onderscheid tussen verschillende kenmerken die typisch zijn voor een bepaalde periode. Voor dit onderzoek acht ik vooral de periode van de Romantiek belangrijk. Tijdens deze periode ging er veel aandacht naar de schoonheid van het landschap en de invloed van het landschap op de emoties van mensen.

Het zijn dan ook vooral de kunstenaars geweest die ons zijn voorgegaan in de nieuwe sensibiliteit voor natuur en landschap vanaf de 18de eeuw....De wijze waarop dichters en schilders landschappen hebben beschreven en afgebeeld is ongemerkt model en code geworden voor latere generaties. (Lemaire, 1999, p. 62)



Afb. 7, overzicht landschap in schilderkunst

1. Verkennen van de wereld tijdens de 15de eeuw

Het eerste deel gaat over het verkennen van de wereld in de periode van de Renaissance. Dit is de periode van grote ontdekkingsreizen en het ontstaan van drukwerk van wereldkaarten. Het landschap staat niet centraal in deze periode, maar blijft veelker achtergrond. De gewone wereld wordt verheerlijkt door het zintuiglijke te verheffen.

2. Vestiging van 1550 tot 1775

Het tweede deel van de Renaissance noemt Lemaire 'Vestiging'. In tegenstelling tot de vorige periode werden landschappen niet geïdealiseerd. De landschappen in de Hollandse schilderkunst stonden bekend om het uitstralen van rust, vertrouwen en tevredenheid. Realistische landschappen waren in deze periode geen zuivere weergave van de werkelijkheid, maar drukten een interpretatie van de wereld uit. "Het is de definitieve emancipatie van het gewone dagelijkse landschap, van de wereld van de mens, en daarmee de triomf van wat in de 15de eeuw als achtergrond van een religieus tafereel begonnen was."

(Lemaire, 1970, 1996).



molen bij Daarste



Daubigny - Banks of the Oise
1865



G.D. Friedrich - Frau in der Morgensonne
(1818)



Monet - Impression soleil Levant
(1872)

1800



G.D. Friedrich - Frau in der Morgenstunde
(1818)



Veduta della piazza del Duomo - Angelo Inganni
ca. 1850

3. Vereenzaming

De Romantische mens zoekt de godservaring via de natuur. Meestal gaat het om een individu dat zich afzondert in de natuur en, vaak vanuit een hoog perspectief, uitkijkt over het landschap. Men zoekt niet naar de natuur die met het verstand te begrijpen is, maar die door emoties wordt ontsloten. Het onmetelijke landschap dient als spiegel van het gemoed. Landschappelijke elementen die hierbij vaak terugkomen zijn bergen, dalen, water, dichte bossen, alleenstaande bomen en eenzame individuen. Lemaire ziet het gevoel van onzekerheid, ongenoegen en vervreemding die de industrialisering met zich meebrengt als de oorzaak van de vlucht naar de natuur.

4. Verzoening tot 1920

In deze periode wordt de romantische schilderkunst gekoppeld aan die van het impressionisme. Deze nieuwe kunstenaars zochten niet meer naar die 'romantische' eenzaamheid in de natuur, maar waren van mening dat elk landschap de moeite waard was om afgebeeld te worden. Hierbij hoorde ook de stad die zonnig en kleurrijk werd weergegeven. Lemaire komt bij de naam verzoening omdat er als het ware een verzoening tussen stad en platteland ontstaat. De schilderkunst heeft zo de houding van dorpsbewoners ten aanzien van de stad kunnen beïnvloeden. Door de beelden van de stad alledaags weer te geven, kon er bij de dorpingen een soort van gewenning ontstaan.

Het schone, pittoreske, picturale en sublieme landschap

In de 18de eeuw waren er al filosofen die het schone bestudeerden en de relatie tussen landschap en zijn beschouwer onderzochten. Van Zoest (1994) onderscheidt de oppervlakkige schoonheidsbeleving en de diepgaandere. Het verschil met de oppervlakkige is volgens Van Zoest dat bij de diepgaandere ook associatie, herinneringen en symbolen meespelen.

Concepten zoals het sublieme, pittoreske en picturale zijn gangbare concepten om de kwaliteit van landschappen te bespreken (Antrop & Van Eetvelde, 2017). Ook al is het ervaren van schoonheid persoonlijk, volgens Antrop en Van Eetvelde is inzicht in de esthetische kwaliteiten die deze gevoelens opwekken, belangrijk. Om deze inzichten bruikbaar te maken voor het ontwerpproces moeten “keys to attractiveness and ‘grades of beautiful” gedefinieerd worden (Antrop & Van Eetvelde, 2017, p.47).

The beautiful is a landscape where the observer more or less knows all elements and perceived in one glance as arranged in a balanced and harmonic way. This category is typical for the traditional cultural landscapes and thus of the past but still significant for the future. The beautiful landscape is rich of symbolic meanings, ‘makes sense’ and has a story and history. (Antrop & Van Eetvelde, 2017, p. 132).

Een landschap wordt als pittoresk beschouwd wanneer het ‘ideale esthetische eigenschappen’ heeft om te schilderen. Het pittoreske ligt zowat tussen het schone en sublieme in. Gilpin formuleerde via schetsen en notities eigenschappen waarin het pittoreske verschilt van het schone: “The question simply is: What is that quality in objects, which particularly

marks them as picturesque? In examining the real object, we shall find, one source of beauty arises from that species of elegance, which we call smoothness, or neatness" (Gilpin, 1791, p. 4).

Compositie en textuur waren hiervoor bepalend. Terwijl het schone gelijkstaat aan het elegante, en men dus effenheid als schoon ervaart, zal het pittoreske meer ruwe texturen waarderen. Het picturale landschap is het landschap dat de kunstenaar wil vastleggen op beeld. Dit hield sterk verband met de opkomst van de fotografie eind 19de eeuw. De landschappen waar men naar zocht waren schoon, typisch, traditioneel, exotisch, ...

In de 18de eeuw werd het begrip subliem uitgevonden door Edmund Burke (1757). Voor Burke waren de betekenis van het sublieme en het schone totaal verschillend. Oorspronkelijk had het sublieme echter een angstaanjagende connotatie: "subliem is een natuurervaring die groots en schrikwekkend tegelijk is." Het sublieme speelde een grote rol in het werk van filosofen en kunstenaars. Kant was zeer geïnteresseerd in het concept het sublieme en gebruikte het in zijn eigen werk. Hij drukte het onderscheid tussen het schone en sublieme uit als volgt:

The sublime must always be great; the beautiful can also be small. The sublime must be simple; the beautiful can be adorned and ornamented. A great height is just as sublime as a great depth, except that the latter is accompanied with the sensation of shuddering, the former with one of wonder... The sublime moves, the beautiful charms. (Kant, 1960, pp. 46-49).

Volgens Kant kan het sublieme het best ervaren worden in de 'ruwe, ongetemde natuur'. Ook Schelling ervaart het

sublieme wanneer we de natuur als oneindig ervaren.

The mien [sic] of a man who is undergoing the full feeling of the sublime is earnest, sometimes rigid and astonished. On the other hand the lively sensation of the beautiful proclaims itself through shining cheerfulness in the eyes, through smiling features, and often through audible mirth. The sublime is in turn of different kinds. Its feeling is sometimes accompanied with a certain dread, or melancholy; in some cases merely with quiet wonder; and in still others with a beauty completely pervading a sublime plan. The first I shall call the terrifying sublime, the second the noble, and the third the splendid. (Kant, 1960, pp.47-48)

De angstaanjagende connotatie van het sublieme is ondertussen weggevallen. Momenteel staat het voor de hoogste vorm van het schone of het verhevene. Het sublieme landschap heeft nog steeds een sterke impact op de mens. Zo zegt de Botton (2016, p. 180) :

Sublieme plaatsen brengen ons er op subtiele wijze toe de beperkingen te erkennen die we anders, in de gewone loop der dingen, wellicht met angst of woede tegemoet zouden treden. Het gevolg is dat we plots 'verfrissend onverschillig' staan tegenover ons uiteindelijke lot, de wereld open tegemoet treden en de loop der dingen aanvaarden... In deze tijd heeft de mens de sterke neiging om elk aspect van onszelf te overdrijven: hoe lang we op de aarde rondlopen, hoeveel we bereiken, hoe oneerlijk het is als ons werk mislukt.

Om deze reden verwacht ik dat het sublieme landschap tot contemplatie leidt.

Volgens Werner Nohl (2001) is er nood aan nieuwe esthetische waarden en voorkeuren. Deze ontstaan meestal wanneer opmerkelijke veranderingen plaatsvinden in het

landschap of wanneer we zelf een nieuwe interesse in het esthetische landschap ontwikkelen. Hierbij ontwikkelt hij de concepten: 'the beautiful, the (new) sublime, the interesting, and the plain. Volgens Nohl worden we vandaag niet meer zo sterk geïnspireerd door de grootsheid van de natuur maar eerder door de zelfvoorzienende kracht van de natuur. Hierin ligt volgens hem het verschil tussen het 'oude' en het 'nieuwe' sublieme.

3.3 Landschapselementen

In volgend deel bespreken we de afzonderlijke landschapkenmerken en elementen van de landschapsbeleving die tot contemplatie kunnen leiden. De beleving van een wandelroute wordt bepaald door ruimtelijke elementen van het landschap, maar ook door de waarnemingscondities en van de persoonlijke ervaring van het individu.

Natuur

Frequent contact met natuur heeft een positieve invloed op ons mentaal en fysiek welzijn (Kaplan, R., Kaplan, S. & Ryan, R., 1998). Onderzoek op testpersonen heeft aangetoond dat negentig minuten wandelen in de natuur voor meer rust in de hersenen zorgt en het piekeren vermindert (Van Dyck, 2017). "Zintuiglijke en mentale interacties met andere levensvormen zitten bewust en onbewust diep geworteld in de omgevingspsychologie van de Homo Sapiens (Van Dyck, 2017)."

Het lijkt net alsof we door de verstedelijking en de daarmee

gepaard gaande afstand met de natuur weer nieuwsgieriger zijn geworden. Andere bronnen wijzen dan weer aan dat mensen die als kind vaak in contact kwamen met natuur, een sterkere verbondenheid voelen met natuur.

Volgens Lemaire (2002) hebben alle mensen gemeen dat ze af en toe de behoefte hebben om zich terug te trekken uit de centra van de moderne samenleving om het gevoel te ervaren dat men deel uitmaakt van de scheppende natuur.

Wildernis is natuur in zijn puurste vorm. Het is het restje natuur dat de mens nog niet heeft overgenomen. De wildernis roept gevoelens als verwondering en spirituele gedachten op. Het bestuderen van de wilde natuur met al zijn organismen lokt nieuwsgierigheid uit. Door de aanraking met de wilde natuur, wordt het individu zich bewuster van het zelf. Het bestuderen van de fysieke omgeving van de natuur, leidt bij het individu tot een inzicht van zijn relatie tot zijn fysieke omgeving. Hij beseft dat hij deel uitmaakt van een groter geheel (Kaplan & Tablot, 1986). Dit inzicht zorgt vervolgens voor een gevoel van zingeving.

Ook Thoreau verkoos de wilde natuur boven de geordende, want zo zegt hij: 'in wildheid is het behoud van de wereld gelegen'. Henry David Thoreau leefde van juli 1845 tot september 1847 in bossen om doordacht te kunnen leven. Het verblijf in volle natuur maakte hem afhankelijk van de bronnen van de natuur. Hij ervaaarde het leven als kostbaar op voorwaarde dat het intens was. Hij leefde van de noten, bessen en groenten uit zijn eigen moestuin en woonde in een hut die hij bouwde met materialen die hij ter plekke vond. Bovendien hield hij tijd over om zich te verdiepen in filosofische literatuur, natuur en contemplatie. Thoreau was ervan overtuigd dat een liefde voor natuur en wildernis

de mens in een spirituele stemming kan brengen en hij een overweldigend gevoel van vrijheid en verwondering kan ervaren (Lemaire, 2002).

Ton Lemaire houdt naar eigen zeggen altijd al van uithoeken, datgene wat is 'overgeslagen door de mensen, vergeten door de tijd'.

We kunnen dus aannemen dat contact met natuur een contemplatieve uitwerking heeft op de mens. De vraag die we ons vervolgens moeten stellen, is dan welke landschapselementen een specifieke uitwerking hebben op de mens. Welke inzichten we hierdoor krijgen of welke vragen we ons gaan stellen over bijvoorbeeld het leven,

De elementen

Meermaals kwam ter sprake dat het lichamenlijk-zintuiglijke contact met de omgeving de mens in relatie stelt met zijn natuurlijke habitat. Deze ervaring is nog sterker bij de elementen.

Om te beginnen is er lucht. Mensen zijn met hun leven afhankelijk van zuurstof. Wanneer het pas geregend heeft, kan je in een bos de aangename frisse geur ruiken. Deze geur associeer ik dan met de gezonde omgeving waarin ik mij op dat moment bevind. De bewustwording van de ademhaling zorgt voor een 'alertheid van het hier en nu'. (Lemaire, 2002) De aarde is de voedingsbodem van de omringende natuur. Daarnaast is het de schuilplaats van heel wat kleine en grote organismen. De aarde is de bodem waarop we kunnen

steunen om van de ene plaats naar de andere te bewegen. Lemaire zegt dat het belangrijk is dat we bewust zijn van de groeiprocessen die ons omringen. Dit verklaart ook waarom het verzorgen van planten ons zo een gevoel van bestendigheid geeft.

Water heeft altijd een sterke aantrekkingskracht op mensen. Elk landschap wordt 'verlevendigd' door water. Dit komt ook door organismen, planten en dieren die zich in en rond het water begeven zoals reigers, kikkers, libellen, lelies, Staren over een groot wateroppervlak laat mensen nadenken. Daarnaast zijn er veel mensen die stromend water verkiezen boven stilstaand water (Lemaire, 1997).

Reliëf

Veel wandelaars zoeken het liefst heuvels of een gebergte op (Lemaire, 1999, 2002). Hoogteverschillen in het landschap zorgen ervoor dat we landschap anders beleven. De redenen komen wat overeen met die van een kronkelend pad. Het heuvelend landschap is eigenlijk ook een kronkelend pad maar dan in de verticale dimensie. Het wandelen over de heuvels met een afwisseling tussen stijgen en dalen maakt ons rustig. Tegelijk prikkelt elk stijgend parcours onze nieuwsgierigheid, want we weten niet welk uitzicht we aantreffen na het overwinnen van de helling. Op de top van een heuvel of berg genieten we van een overzicht op de omgeving en ervaren we de oneindigheid van het landschap. Deze ervaring kan ons klein doen voelen.

Het gebergte werd pas vanaf de 18de eeuw geliefd. In de periode van de Romeinen en tijdens de Middeleeuwen heerste er een angst voor de bergen. De bergen waren vaak

onbewoond en werden beschouwd als een gevaarlijke plaats waar allerlei vreemde wezens huisden. Tijdens de Romantiek veranderde dit volledig en werd het gebergte juist gezien als een verheven plaats (Lemaire, 2002). Voor veel filosofen is het gebergte subliem door de machtigheid die het uitstraalt.

Een bergtop brengt ons dichterbij de hemel, maakt ons al los van de alledaagse wereld; we voelen ons opgetild, lichter, verheven, helderder...De bergervaring is een soort limietervaring van onze planeet, een 'top-ervaring' die hetzij de luister van de aarde aan onze zinnen openbaart, hetzij heimwee naar een onzinnelijke wereld wekt of versterkt. (Lemaire, 2002, pp. 32-33)

Maat en schaal

De maat slaat op de grootte van landschapselementen. Bij het begrip schaal gaat het altijd over de verhouding tussen elementen. Bij de landschapsbeleving is dit meestal de verhouding van de mens als individu ten opzichte van zijn omgeving of specifieke elementen uit die omgeving.

Het begrip schaal bevat twee elementen. Om te beginnen is er de graad van detail van de beschrijving en afbeelding. Een tweede element gaat over de uitgestrektheid of omvang van die beschrijving of voorstelling. Landschapselementen die het eigen menselijk lichaam in omvang en massa in ruimte mate overtreffen, hebben een sterke impact op de mens.

Sublieme plaatsen trotseren onze wil... Naast de wanden van steile canyons, lijkt een mens niet meer dan uitgesteld stof: het sublieme als een ontmoeting – aangenaam, bedwelmend zelfs – met onze zwakheid tegenover de kracht, de ouderdom en de omvang van het heelal. (de Botton, 2002, p.168)

Iets wat machtig, verheven, groots en intelligent is, staat gelijk aan het ontvangen van wijsheid, verpakt in een zekere

mate van genot. Zijn kerken die ons ertoe kunnen aanzetten ons egocentrisme op te geven zonder ons op enige wijze te vernederen. In die kerken kunnen we onze gebruikelijke zorgen opzij zetten en onze eigen nietigheid en middelmatigheid tot ons laten doordringen. (de Botton 2011, p. 255)

Stilte

Totale akoestische stilte bestaat bijna niet in de natuur. Meestal is er wel ergens een vogel die fluit of er is de wind die de bomen door elkaar schudt (Richard,). We mogen stilte daarom niet gebruiken in de enge zin van het woord. Belangrijker is de rust die de plek uitstraalt.

Het ontwerpduo Peymen & Jellema (2017) gebruikt het begrip luwte om stilteplekken aan te duiden. Het ervaren van stilte staat voor hen gelijk aan het ervaren van een geluidsverschil. Er is stilte wanneer afzonderlijke klanken terug onderscheiden kunnen worden (Pot, 2014). De ontwerpers ontleden zes ruimtelijke parameters om het begrip luwte te meten.

Omsloten

Het omsloten zijn van een plek gaat over de fysieke afbakening van de plek. Hierdoor is het mogelijk om afstand te nemen van de publieke ruimte. De ingrediënten om tot omslotenheid te komen zijn: muren, geborgenheid, gesloten, beschutting, hagen, zuilen en bomenrijen.

Poreus

De poreusheid staat in dit geval voor fysieke openheid en drempelzone. De fysieke openheid is belangrijk om de relatie

met de realiteit, de omgeving te behouden. Ingrediënten van openheid zijn doorzicht, perspectief, horizon en focuspunt. Een drempelzone wordt daarentegen gecreëerd door een poortgebouw, een autoluwe plek, een park, een wandelpad of een hek.

Betekenisvol

De luwteplek kan ook een drager van betekenis zijn. Iets wat betekenisvol is laat mensen stilstaan. Een plek is betekenisvol wanneer het herinneringen oproept, uitdaagt of op andere gedachten brengt. De betekenis ontstaat door symbolen, objecten, natuurlijke elementen of erfgoed.

Contrastrijk

Het ervaren van contrast tussen ruimten zorgt voor bewustwording bij de bezoeker. Deze grotere bewustheid heeft een zintuigelijke ervaring tot gevolg. Het contrast wordt hier nog opgedeeld in akoestisch contrast en visueel contrast. Licht-donker, ver-dichtbij en bebouwing - natuur zijn voorbeelden van veelgebruikte parameters om contrasten te creëren.

Relationeel

De condities van de ruimtelijke omgeving bepalen mede de positie die bezoekers ten opzichte van elkaar aannemen. Daarnaast vraagt men zich af hoe een landschap mensen ertoe kan aanzetten tot het beoefenen van bijvoorbeeld een yogasessie. "Architectuur, zo besluiten ze, kan vanuit schaal, verhoudingen en zonerings hierin een belangrijke rol spelen." De ingrediënten hiervoor zijn zones, infrastructuur, schaal, ritueel, wandelen, meubilair, hoogteverschillen en leegte.

Niet-toegeëigend

Het niet-toegeëigend zijn, blijkt een voorname voorwaarde om onvoorwaardelijke rust te bekomen. Men maakt hier het onderscheid tussen de toe-eigening door bestemming, de bebouwde omgeving, infrastructuur of door het tijdelijke.

(Peymen, & Jellema, 2017)

Paden en sporen

Paden leiden mensen door het landschap en bepalen dus in grote mate de waarneming. Paden kunnen bewust aangelegd zijn, maar veel paden zijn ontstaan door het herhaaldelijk belopen worden (Careri, 2002). Bepaalde paden verbinden plekken op de efficiëntste manier terwijl anderen doelloos door het landschap slingeren. Bijgevolg kunnen paden verschillen in breedte, zijn zacht of verhard, zijn recht of meanderen, enz..

De echte wandelaar kiest volgens Ton Lemaire (1997) meestal voor de meest onopvallende paadjes. Dit zijn smalle meanderende paadjes, die vaak omgeven zijn door een dichte begroeiing waardoor er meer intimiteit is. Verrassing speelt hier ook een grote rol aangezien achter elke bocht een totaal ander landschapsbeeld kan verschijnen.

Een meanderend pad maakt ook de nuttelosheid van de wandeling tastbaar. Het wandelen zelf als doel en het maken van omweg maakt dan niet veel uit. Het labyrint is hier het archetype van; je maakt een hele omweg om je doel te bereiken. 'Olifantenpaden' zijn paden die vanzelf ontstaan doordat mensen ergens wandelen waar geen officieel pad ligt. Meestal gaat het om het afsnijden van een bestaand pad.

Deze zijn dus juist wel functioneel.

In een open landschap kan een breed recht pad ook een sterke belevingswaarde hebben. De weidsheid gaat vaak samen met een gevoel van vrijheid. Brede paden in een open landschap kunnen meer veiligheid bieden omwille van de openheid en zichtbaarheid. Volgens Scheller moet een pad breed genoeg zijn, zodat je comfortabel mensen kan passeren of op een aangename afstand kan blijven.

Al het leven op aarde laat sporen achter. We kunnen een onderscheid maken door sporen van menselijk leven of van dieren. Sporen van wilde dieren zijn mysterieus en maken ons nieuwsgierig (Lemaire, 2002). Na verloop van tijd vervagen deze sporen in het landschap.

3.3.1 Ephemere landschapscomponenten

Ephemere landschapselementen zijn componenten waarvan de verschijningsvorm verandert in de tijd door seizoenswisselingen, de weersomstandigheden en dag en nachtwisselingen (Antrop, 2010). Er kan een onderscheid gemaakt worden tussen componenten die cyclisch zijn en componenten die doorgaand van aard zijn. De afwisseling van seizoenen laat ons de aarde in een heel andere atmosfeer zien. In principe is het uitzicht van het landschap altijd tijdelijk want de aarde is constant in beweging. Doorheen de dag varieert de zon in oriëntatie, hoogte en kleur om tijdens de avond te verdwijnen achter de horizon. Het afwisselen van dag en nacht heeft op zich al een bijzondere uitwerking op de mens. Onze fysieke ruimte maakt het begin en einde van elke dag duidelijk. Na het vallen van de avond heerst er een bepaalde rust (Lemaire, 2002).

De ochtend

Elke dag opnieuw daagt de wereld en gaat weer onder. De tijden van de dag vormen een cyclus van ontluiken en ontplooiën naar rijping, inkeer en rust. De ochtend is de jeugd van de dag, de avond zijn ouderdom. Er is een zekere correspondentie tussen de tijden van de dag, de seizoenen en de levensstijlperken van de mens. Elke dag, elk jaar en elk leven doorlopen zo een kringloop van geboorte, bloei en dood. De jeugd is de ochtend van het leven, de ouderdom de levensavond (Lemaire, 2002, p. 12).

Voor veel mensen heeft de ochtend iets magisch. Volgens Ton Lemaire lijkt alles s 'ochtends frisser en zuiverder. Natuurlijk is de beleving van een ochtend heel anders dan die van een zonnige lenteochtend maar één factor blijft altijd hetzelfde: het is de start van een nieuwe dag: "De ochtend is vol beloften en verwachting" (Lemaire, 2002, p.12). De zon breekt door en het leven start zijn bezigheden weer. Het aanbreken van de dag is ook in vele religieuze stromingen een belangrijk ritueel. In de moderne maatschappij wordt dit fenomeen echter bijna niet meer als bijzonder gezien.

Deze ochtendsfeer inspireerde ook heel wat schilders. De impressionisten staan hier om bekend. Eén van de logische voorbeelden is l' *Impression, soleil levant*. Ook in werken van de romantische schilder C.D. Friedrich speelde de ochtend een belangrijke rol. Het opkomen van de zon betekent het aanbreken van de dag en daarmee het verdwijnen van de duisternis. In de ochtend staat de zon laag en de zonnestraling is anders. Het feit dat het landschap zo anders wordt ervaren, afhankelijk van het moment van de dag, bewijst de invloed van de zon. Door de zon is het landschap constant in verandering. Op ieder moment van

de dag staat de zon op een ander punt. Bovendien is de zonnestraling 's morgens en 's avonds veel warmer en rijker. Ook dit idee heeft schilders geïnspireerd. Zo schilderden Monet en Pissarro een identiek landschap verschillende malen. Enkel het tijdstip was veranderlijk.

Seizoen, weer en wind

Ieder seizoen heeft zijn specifieke charmes. In de zomer werkt de zon op ons gemoed en zorgt voor aangename temperaturen. Alle organismen zijn dan op zijn levendigst, mens en dieren komen weer tevoorschijn, groenten en fruit kan geoogst worden. De herfst is een overgangperiode naar de winter. De bladeren vallen af en het wordt kouder. De najaarszon heeft vaak een warme gloed en de kleuren van de bladeren kleuren het landschap. De winter is grijs, koud. De winter is wel het enige seizoen waarin het aardoppervlak wit kan kleuren. Maar tegelijk is de winter ook de periode van huiselijkheid en bezinning (Lemaire, 1997). De lente kunnen we vergelijken met de ochtend. Het is de overgang waarin alle soorten terug wakker worden.

In mijn ogen is net de afwisseling en opeenvolging van de seizoenen interessant. Door de afwisseling zijn we veel opmerkzamer voor de specifieke kenmerken van elk jaargetijde.

Bij de waarneming van het landschap ligt vaak een sterke nadruk op het visuele. De rijkheid van het landschap bevindt zich ook in geuren, geluiden en tastbare waarnemingen. Wind en regen zijn sensaties die we op de huid kunnen voelen. Een regenbui bepaalt in sterke mate de atmosfeer en beleving van het landschap op een bepaald moment.

Er zijn verschillende soorten regenbuien. Zo kennen we

een fikse stortbui met windvlagen, de zachte regen, koude neerslag en motregen. Na een regenbui ademt het landschap een zekere zuiverheid uit. In de ochtend kan de natuur na een regenbui zoveel properder lijken (Lemaire, 2002).

3.3.2 Waarnemingscondities

Deel versus geheel

Het landschap waarnemen bestaat afwisselend uit het zien van delen en gehelen (Vroom 1997; Coeterier, 1987) Sommige mensen zullen het landschap vooral als geheel beschouwen terwijl anderen vooral naar de details, naar de elementen kijken (Lemaire, 1997). Dit in- en uitzoomen gebeurt bij de meeste mensen onbewust (Hendriks & Stobbelaar, 2003). Net deze afwisseling is interessant.

“Ik schepte er genoeg in door die weilanden te lopen met het plezier en de belangstelling die aangename landschappen altijd al in mij hebben opgewekt, en soms stond ik stil om tussen het groen planten te determineren” (Rousseau, 1782/2006, p.19).

De aandacht van mensen die veel weten over een bepaald deel van de natuur, zal vooral door datgene getrokken worden. Zo riskeert hij om het geheel te missen (Lemaire, 1997). Voor het geheel van het landschap gebruikt men vaak het begrip ‘Gestalt’. Volgens de Gestalt-psychologie blijkt dat de ervaring van het geheel sterker is dan die van de afzonderlijke elementen (Antrop, 2010). De waarneming van de mens is globaal. Dit betekent dat al onze zintuigen tegelijk waarnemen. Dit houdt echter niet in dat we ons van al deze waarnemingen bewust zijn.

Landschapselementen zijn de materiële objecten. Componenten daarentegen zijn landschappelijke verschijnselen die veranderlijk zijn in de tijd. Bovendien bestaat er een relatie tussen verschillende componenten (Antrop). Dit kan enerzijds door een causale oorzaak-gevolg relatie of door het regelmatig gelijktijdig voorkomen in de ruimte van verschillende verschijnselen. Het beleven van landschap gaat enerzijds over het beleven van de werkelijkheid rondom ons die meetbaar en analyseerbaar is.

Perspectief en waarnemerspositie

Sinds de 15de eeuw is er een nieuw 'landschappelijk bewustzijn'. Dit is de "behoefte en het vermogen om de wereld te bezien en met de blik van een afstandelijk waarnemer te omvatten" (Lemaire & Kolen, 1999).

Marc Antrop (2010) onderscheidt vier perspectieven die de waarnemer kan aannemen. Er is het verticale perspectief waarbij het landschap wordt bekeken vanuit het vogelperspectief. Bij het vogelperspectief neemt de waarnemer een hoger standpunt in dan zijn omgeving. Vanuit deze positie krijgt de waarnemer een overzicht van de ruimtelijke patronen en structuur. Hierdoor wordt ook de samenhang tussen elementen snel duidelijk. Het horizontale perspectief is de ervaring van het landschap vanop het niveau van het maaiveld. Dit is ook het perspectief waarin we ons doorgaans bevinden. Er is direct contact met de omgeving en de mens wordt blootgesteld aan zintuiglijke prikkels. Het detailniveau van de waarneming is veel groter. Wanneer we bijvoorbeeld dicht genoeg bij een blad komen, kunnen we de nerfstructuur van het blad onderscheiden. De afstand waarop landschapselementen beschouwd worden, bepaaldt

enerzijds de grote van het gezichtsveld en anderzijds het detailniveau. Bij de eerste ligt de kwaliteit in het landschap als totaalbeeld. Hierbij spelen voorgrond, middengrond en achtergrond een belangrijke rol (Antrop, 2010 & reader TLA, 2015).

Een ander aspect is de verhouding van het landschap ten opzichte van waarnemer. In een weids open landschap zullen we ons klein voelen (Lemaire, 2002). Een plotse verandering van perspectief leidt tot het gevoel van vervreemding. Tijdens een wandeling kwam ik op een pad met aan beide zijden bloemen die tot op ooghoogte reikten. Ik kende deze bloemen in mijn eigen omgeving enkel als een lage variant, waardoor ik mijn omgeving vanuit een ander perspectief leek te aanschouwen.

Beweging

Tijdens een wandeling wordt het landschap vanuit de beweging ervaren. Dit betekent dat er veranderlijke parameters bijkomen die van grote invloed zijn zoals tijd en sequentie. We gaan van de ene ruimte naar de andere. De landschapsbeleving van de ene ruimte staat in relatie tot de beleving met de andere ruimte. De relatie en overgang tussen ruimtes onderling dient de nodige aandacht te krijgen. Tijdens één wandeling kunnen de waarnemingscondities veranderen zoals het weer of het tijdstip van de dag, enz (Antrop, 2010). Aangezien deze componenten een grote invloed hebben op de beleving, mogen ze in dit onderzoek zeker niet ontbreken.

Om een landschap behoorlijk te beleven, moeten we traag genoeg door het landschap bewegen. Wandelen is goed, maar fietsen is nog te snel (Lemaire, 2002). Anderzijds kan

DEEL II: VELDWERK

Doel

Het theoretisch deel vormt de basis voor het veldwerk. Via participatief onderzoek tracht ik bijkomende inzichten te verwerven in de contemplatieve eigenschappen van wandelen en het landschap. Ik ga hiervoor op pad met participanten. Op deze manier tracht ik antwoord te krijgen op bepaalde vragen. Ik vraag mij bijvoorbeeld af hoe mensen hun route kiezen. Is er een route die gevolgd wordt of een bepaalde richting die wordt aangehouden. Zijn er plaatsen waar wandelaars geregeld blijven stilstaan? Zijn het vooral landschapscomponenten die men opvalt of beschouwt men het geheel? Laten ze zich leiden door het gevoel of volgen ze liefst een route?

Uit de schilderkunst van de Romantiek blijkt eerder het extreme of 'paradijselijke' landschap aantrekkelijk te zijn voor contemplatie. Om die reden bestaat het onderzoek uit een tweede luik waarin ik mensen vraag om mij afbeeldingen te bezorgen van landschappen die ze waarderen. Bovendien zie ik het feit dat mensen het landschap op beeld willen vastleggen als een blijk van waardering. Bovendien nemen we sneller foto's op plaatsen waar we pauzeren. Ik verwacht hierbij vooral vakantiefoto's te ontvangen omwille van twee redenen. Ten eerste zijn mensen op vakantie bewuster van hun omgeving (Van Eetvelde, 2006) en ten tweede hebben mensen op vakantie sneller de neiging om foto's te nemen. Hierdoor beperkt het onderzoek zich niet tot landschappen in de buurt waardoor andere inzichten naar voren kunnen komen.

Methode

Uit de combinatie van beide probeer ik tot ruimtelijke ontwerpparameters te komen die kunnen helpen bij het ontwerpen van een contemplatieve wandelroute. Die parameters zijn meestal afzonderlijke landschapselementen of relaties tussen elementen.

Het waarden van ruimte kan door middel van de holistische methode en de parametrische methode. Bij de holistische methode kijkt men naar verschillende componenten zoals topografie, landgebruik, openheid en geslotenheid van landschap, enz.. Bij de parametrische methode gaat men de componenten afzonderlijk bekijken. In dit onderzoek kan aandacht uitgaan naar het landschap als geheel of naar de afzonderlijke elementen.

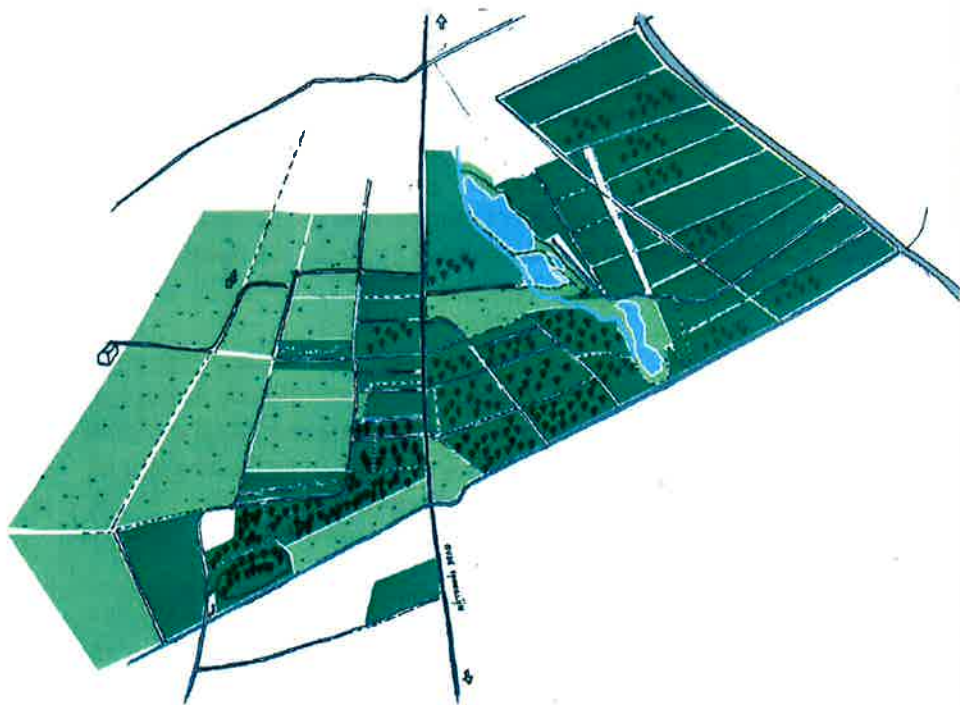
Ook de zoektocht naar de rol van de ontwerper maakt een belangrijk deel uit van het onderzoek. Zoals in de inleiding reeds werd aangehaald, is de route als ruimtelijk concept niet zomaar het verbinden van paden. "Routes zijn meervoudig. Ze hebben weliswaar een fysische en ruimtelijke neerslag, maar zijn in de eerste plaats cultureel, sociaal, maatschappelijk, economisch en ideologisch" (De Bruyn et al., 2014). Nog te vaak wordt aangenomen dat wegen vooral functioneel zijn en dienen om van A naar B te gaan. "Roads no longer merely leads to places, they are places" (Jackson, 1970).

4. Participatieve wandelingen

Omdat contempleren een activiteit is die innerlijk beleefd wordt en vanbuiten niet meteen zeer zichtbaar is, is het meten van de contemplatieve waarde niet zo eenvoudig. In het vorige gedeelte werd duidelijk dat stilte een belangrijk kenmerk is om tot contemplatie te komen. Er kunnen best niet te veel prikkels van buitenaf komen. Stilte-wandelingen zouden een logische mogelijkheid zijn. Echter zou ik dan pas achteraf naar gewaarwordingen kunnen vragen terwijl ik denk dat het moment zelf mij meer informatie kan verschaffen. Bovendien denk ik dat er meer kans is dat mensen gaan praten om de stilte te doorbreken als er een bepaalde spanning heerst. In het begin van de wandeling leg ik uit waar het onderzoek over gaat en wat ik zou willen weten. Deze toelichting is beperkt omdat ik de vrijheid van de wandeling wil behouden. In de plaats daarvan kies ik ervoor om de participant vrij te laten vertellen over de dingen die hij opmerkt of waardeert in het landschap. Af en toe vraag ik wat opvalt, waarom ze kiezen die richting uit te gaan, ...

De groep participanten bestaat uit mensen uit mijn omgeving. Het zijn mensen van verschillende leeftijden. Sommige mensen ken ik beter dan anderen. Net doordat ik de mensen zo vrij laat, kan ik opmerken welke kwaliteit zij in het wandelen zoeken of herkennen.

Locatie



Afb. 7, locatie

Situering

Het bosarboretum Resterheide in Wijchmaal was locatie voor het merendeel van de wandelingen. Het is gelegen op de grens tussen Hechtel en Wijchmaal. Omwille van de verscheidenheid aan landschappen en kleine landschapselementen, vormt Resterheide een geschikte onderzoekslocatie.

Cultuurhistorisch

De rasterstructuur van wegen die over het bos ligt, maakt duidelijk dat het bos door mensen beheerd werd. Resterheide was oorspronkelijk een heidelandschap maar tijdens WOII werd het door de Duitsers omgevormd tot akkergrond voor de teelt van aardappelen. Om deze snel te kunnen transporteren werd deze rationele structuur opgelegd. Tijdens de bloeiperiode van de mijnindustrie werden vooral naaldbomen aangeplant. Dit naaldhout werd gebruikt om de mijngangen te stutten. Hoewel dat het duidelijk een cultuurbos is dat aangeplant en sindsdien ook beheerd werd door de mens, is er een rijke variatie aan landschapselementen en soorten.

Structuren

Water

Het natuurgebied ligt juist op de waterscheidingslijn tussen het Schelde- en het Maasbekken. In het gebied ontspringen de Bolliserbeek, de Dommel en kom je langs de vallei van de Zwarte Beek. Net op de grens tussen Wijchmaal en Hechtel-Eksel vinden we de Begijnenvijvers. De Bolliserbeek

loopt parallel aan de vijver. Dit is tegelijk ook de enige plaats waar je een paadje vindt dat de beek volgt. In 2011 werd er een natuurherstelgebied aangelegd op de plaats waar in de 18de eeuw viskweekvijvers onderhouden werden. Dit gebied verzorgt de waterhuishouding en biedt een plaats voor een rijke diversiteit aan insecten.

Vegetatie

Het natuurgebied kent een rijke variatie aan vegetatie. Het is een gemengde vegetatie met vooral loof-en naaldbomen. Momenteel probeert men ook de heide die er vroeger stond terug te brengen in het gebied.

Weilanden zijn op sommige plaatsen gescheiden door houtkanten of bomenrijen. Deze worden alsmaar meer bedreigd. Op het moment van deze wandeling waren er werken uitgevoerd om het bos te verjongen. Er was nog niet opgeruimd en bomen lagen over dit pad. Op zich was het interessant om te kijken hoe mensen deze chaos ervaren.

Paden

Paden liggen duidelijk volgens een rasterstructuur. Tijdens het uittekenen van kaarten viel het op dat afstanden en verhoudingen in het bos heel anders aanvoelen dan op plan. Het viel mij toen pas op hoe weinig kronkelpaadjes er in het bos zijn. Ook rond wateroppervlakten liggen er paden. Er zijn vijf verschillende routes uitgestippeld die door het bos lopen. De routes zijn zo gemaakt dat er een grote afwisseling is tussen de landschappen.

Het bos wordt doorsneden door het fietspad aangelegd op de oude spoorbedding van de treinverbinding Hasselt en Eindhoven.

Landbouw

Het arboretum ligt aan de rand van Wijchmaal. Landbouwgronden raken aan het bos en lopen er zelfs in over. Het is interessant dat paden tussen deze velden toch bewaard zijn gebleven. Het bewandelen van deze weg is een heel andere ervaring dan het dichte bos en vormt zeker een meerwaarde voor het gebied. Bovendien verandert het landschap duidelijk door landbouw. In de zomer zijn deze beplant met maïs of tarwe. Na het dorsen in het najaar, ontstaat er een geheel nieuwe ervaring.

Wandeling

Hanne



Afb. 8, wandeling Hanne

De route start aan de ingang van het bosarboretum en volgt bij aanvang de hoofdweg. Dit grindpad is breed en leidt zichtbaar tot een open weiland. We volgden de weg tot bij een teken van een uitgestippelde route. Tijdens de wandeling werd het duidelijk dat Hanne het fijn vond om deze richtingsaanwijzers te volgen. Daarom is het nog niet nodig om één bepaalde route te volgen maar dit kon ook wanneer we plots een andere route kruisten.



De weg laten bepalen door de bewegwijzering zorgt enerzijds voor een houvast en geeft een veilig gevoel en anderzijds maakt het van het volgen van de route meer een speelse beleving. De bewegwijzering maakt ook duidelijk dat we wandelden in een cultuurbos dat geplant werd en beheerd wordt door de mens.

Het volgen van de routes heeft natuurlijk ook als voordeel dat je sneller langs de interessantere plekken komt die je als je het bos niet kent, sneller mist. Zo kwamen we na een afwisseling van smalle en bredere paden, dichte en open begroeiing uit bij de Schuilenswijer. Het is ook op deze plaats dat we de eerste keer zijn blijven stilstaan. Ze is van mening dat deze grote open vlakken natuur en water rustgevend zijn.

Het pad loopt maar een klein stukje door de weide. Iets verder zijn we over een poort geklommen die op hetzelfde pad uitkomt. Hier merkte Hanne een info-bordje van Natuurpunt op. Ze vertelde mij dat ze deze bordjes altijd graag leest.



Vervolgens volgden we de aangeduide route en kwamen langs de **Begijnenvijvers**. Ook hier stopte ze even. Ondanks dat deze vijvers kort volgden op de **Schulenswijer**, waren deze toch nog altijd interessant op de route. De **Begijnenvijvers** zijn dan ook een heel ander soort van water. Hier stopte ze ook om een foto te nemen. Echter lukte het niet om het beeld even mooi vast te leggen als de werkelijke waarneming. Het landschap en vooral de **kleuren** waren lang niet zo helder op foto.



Vervolgens koos ze de route die verder langs de **Bollisenbeek** liep. Water was altijd wel iets dat haar aantrok in de natuur. Aan het eind van dit pad is er een **uitkijktoren** gebouwd. Ook deze kijkt uit over het verlengde van de **Begijnenvijvers** maar hier krijgt de natuur meer de kans om zijn gang te gaan. Hanne verkoos duidelijk het uitzicht over de **natuurlijke** ogende wateren dan de aangelegde visvijver.

Even later kwamen we aan de rand van het bos. Ook daar stond een **info-bordje** dat ze even wou bekijken. Dit ging over de **ecologische** waarde van de natuur.


Afb. 8, wandeling Hanne



Wandeling

Kristel

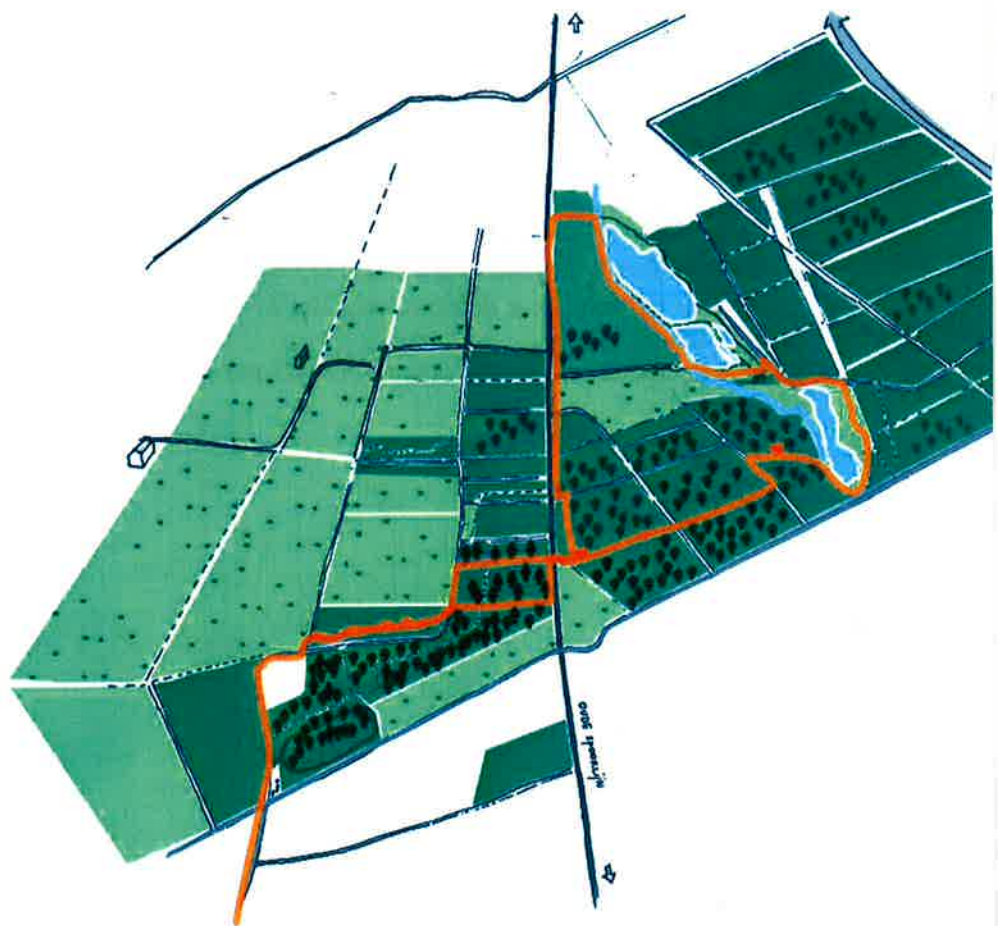





De route vertrok bij de ingang van het bosarboretum. Kristel gaat vooral wandelen om haar twee honden uit te laten maar vindt het voor zichzelf ook zeer belangrijk. Zelf woont ze in Wijchmaal en heeft ze haar vaste route in het arboretum. Door omstandigheden is ze meestal genoodzaakt om een korte route af te leggen. Ze volgt dus ook de wegen waarvan ze weet dat ze niet gebonden is aan lang parcours en waar ze de mogelijkheid heeft om de route aan te passen. Een van de paden die ze vaak neemt, loopt tussen twee velden. Door de openheid kan ze haar honden altijd in de gaten houden.

Bij een bevroren plas water stopt ze en roept ze één van de honden bij zich.

Wandeling Charlotte





Charlotte woont ook in de buurt en gaat vaak joggen in het bos. We volgden de hoofdweg tot aan het Reigerspad. Ze wist op voorhand welke paden moeilijk begaanbaar waren door de bosverjonging. Ook onder normale omstandigheden is de kans groot dat ze dit pad zou kiezen omwille van het reliëf. Het is vrijwel één van de weinige paden in het bos die nog zo veel reliëf heeft. Ze vindt het fijn dat je door de heuvels niet het hele pad kan zien.

Daarna vervolgen we onze weg richting het fietspad. Hier vraagt ze waar je uitkomt wanneer je links of rechts gaat. Ze besluit rechtdoor te gaan richting het ven. Hier zijn de paden aangelegd volgens een rasterstructuur. De hoofdpaden zijn breder en berijdbaar voor tractoren en andere voertuigen. Hierdoor waren deze modderig en moeilijk begaanbaar omwille van spoorvorming. Dit vindt ze zeer storend. Even later moeten we inslaan om de route om naar de Schuydenswyer te gaan. Na de ruwe weg, voelde dit bos veel natuurlijker aan.



Bij het naderen van het water zien we twee pikzwarte koeien in de weide. Zelf had ik er al mensen over horen vertellen maar was ze zelf nog nooit tegengekomen. De route loopt een stukje door de weide. Op slechts een tiental meter moeten we de koeien kruisen om het pad te volgen. Op deze plek stopt Charlotte om een foto te maken.

Hierna wandelen we richting de Begijnenvijvers. Hier komen we mensen tegen die met hun kinderen en honden aan het wandelen zijn. Beiden vinden we dat ze de rust een beetje verstoren.



Hierna gaan we terug richting het fietspad en lopen daarna een stukje parallel. Vervolgens komen we langs een pad met lage struiken. Deze struiken zijn ongeveer even hoog als ons. Charlotte vindt dit leuk omdat dit je dit niet snel ervaart. Op het einde van de wandeling merkt ze op dat ze het niet altijd makkelijk vindt om te zeggen waardoor een landschap haar aansprak maar tegen het einde kon ze dit voor het volgende concluderen:

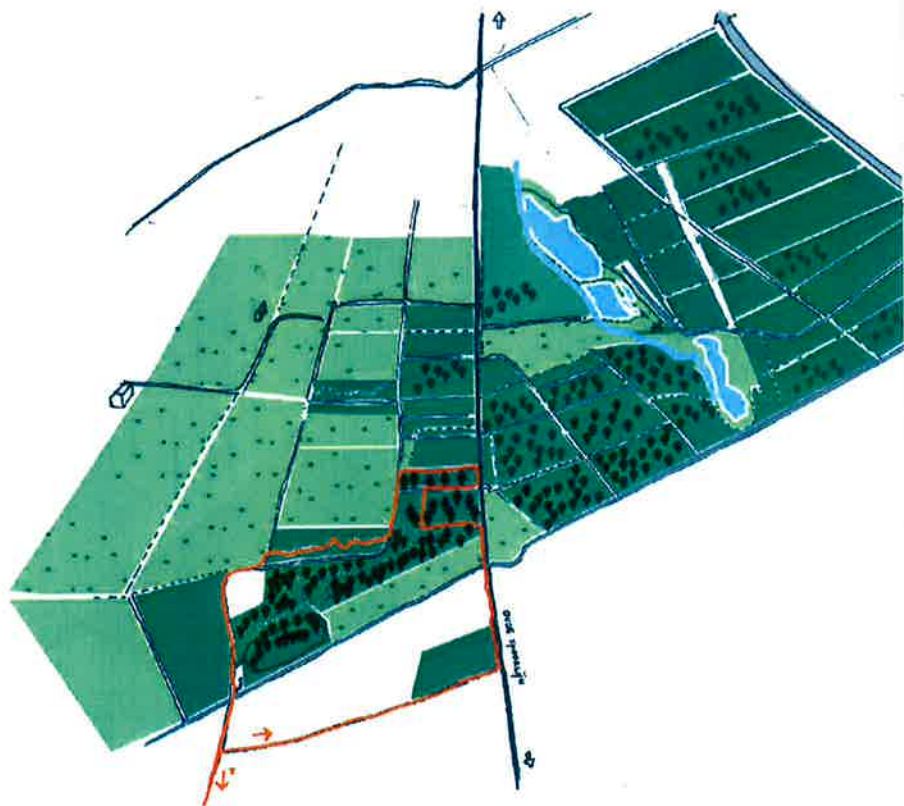
Ze merkt op dat ze smalle paadjes fijner vindt en ook een dichte begroeiing verkiest boven een uitgedund bos. Ze vindt de

uitdunning niet interessant omdat het bos plots zo leeg lijkt. Ze zou het fijn vinden moesten er bordjes geplaatst zijn met informatie over de werken. De afwisseling tussen landschappen vindt ze vooral interessant door de variatie van lagere bomen, dichte bossen en open stukken. Ze vindt het bos ook het aangenaamste wanneer er niet te veel andere mensen zijn die ze kan tegenkomen.



Wandeling

Marthe



Aangezien Marthe in de buurt woont, kan ze bij haar thuis vertrekken. Ze kiest ervoor om direct in te slaan richting de oude spoorweg. Langs deze weg heb je sneller een **onverhard pad** en kom je in hetzelfde bos uit. Ook is het mogelijk om verder de route nog aan te passen en er een korter **ommetje** van te maken. Ze vindt het fijn om naar de **ZON** toe te lopen en op dat moment stond de **avondzon** in het zuidwesten.

Vervolgens steken we de **Diestersedijk** over en kwamen in het bosarboretum terecht. Daarna wandelt ze naar een **welbepaald deel** van het bos. Een deel van het bos is aangeplant met hoge naaldbomen. Dit deel van het bos is meestal **prachtig door de lichtbundels** die tussen de **hoge bomen** invallen. Echter was dit op dat minder sterk en het is ook **duidelijker wanneer je tegen de zon in loopt**.

Het bos **verschilt** ook duidelijk van de rest van het bos met hoofdzakelijk gemengd loofbos. Dit deel van het bos is ook heel **aangenaam** om te wandelen omwille van de **zachte bodem**. Buiten enkele varens en afgezaagde boomstronken, is het **maaveld leeg**. Zelf vind ik het interessant hoe hier het oorspronkelijk **aangelegde pad bijna verdwenen** is en de wandelaars hun **eigen spoor** in het bos achter hebben gelaten door een nieuw pad te vormen. Dit pad is bijna niet te onderscheiden door de **zachte laag van dennenaalden**. Vervolgens nemen we het '**Kronkelpad**' richting het startpunt. Deze weg wandelt ze graag omwille van de kronkels. Het is een

van de weinige plekken in het bos waar je nog **smalle paadjes** vindt. Ook is dit pad **niet aangelegd of verhard**.

Enkele paden en routes zijn aangepast voor rolstoelgebruikers. Sommige wandelaars vinden deze dus minder aangenaam om te wandelen.

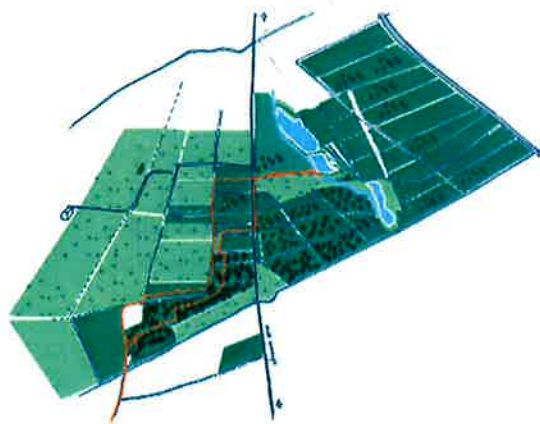
Op het moment van deze wandeling waren er **werken** uitgevoerd om het bos op te ruimen. Er was nog niet opgeruimd en bomen lagen over dit pad. Het was niet mogelijk om hierdoor te geraken.

Marthe was van mening dat dit **niet mooi** was maar wist door haar studie als bio-ingenieur wel wat de **rede** voor deze ingreep was.

Na het vinden van een pad komen we terug op een duidelijk weg. Bandensporen op de brede paden, zorgden ervoor dat je moest uitkijken waar je liep.

Wandeling

Jos



De droogte is ook in het bos zichtbaar. Veel bomen zijn dor. Het valt Jos op dat de eik er goed tegen kan. Hij slaat het eerste padje in aan de rechterkant. Hier verteld hij hoe het pad vroegere pad mooier was door de kronkels en de dichtere begroeiing. Het bos ervaren met deze droogte laat hem nadenken over het milieu. Hij merkt op dat het opvalt hoezeer de bomen verkoeling bieden.

Wandeling

Lien

Deze wandeling zou normaal doorgaan in de Dommelbeekvallei. Lien gaat hier vaak wandelen met haar honden. Ze houdt vooral van het water en de dichte begroeiing. Echter zijn we teruggedraaid vanwege de drassige ondergrond.

Hieruit blijkt dat functionele elementen misschien nog wel het meest van invloed zijn. Een andere route die Lien vaak volgt gaat van bij haar in de straat richting het centrum van Peer. Ze gaat vaak wandelen omdat ze de natuur rustgevend vindt. Wanneer ze echt haar hoofd leeg wil maken en het gevoel wil hebben dat ze even weg is, gaat ze in de Hechtelse duinen wandelen.

Tijdens de wandelingen vertelt ze me dat ze vaak varianten op de route maakt. Er zijn wegen tussen de velden en een klein bos. In het bos zijn enkele paden te herkennen maar een echte route loopt er niet doorheen. Lien wijst mij vooral op elementen uit de natuur die haar vrijwel altijd aanspreken. Het valt op dat ze de natuur in de lente en zomer verkiest boven de grijze dagen.

Ze houdt van de open plekken in het bos omdat hier meestal zon invalt. Deze vormen een afwisseling en hier valt het licht veel dieper binnen. De klimop die via de bomen een weg naar boven zoekt, vindt ze heel inspirerend.

Wandeling

Marc



Marc toont mij één van zijn favoriete routes. Hij woont bijna in het natuurgebied dus kent de omgeving zeer goed. Daarnaast is hij tuin- en landschapsarchitect en hij leest het landschap op een andere manier.

De oranje route loopt voor zijn huis door. Meteen vertelt hij mij hoe de structuur van het landschap in elkaar zit. De rasterstructuur die tijdens de oorlog gevormd is, wordt versterkt door de naaldbomen en houtkanten die parallel aan de wegen geplant zijn. Deze hebben een hoge ecologische maar ook cultuurhistorische waarde. Landbouwers van de omliggende akkers, hebben soms weinig oog voor deze landschapselementen en ploegen elk jaar iets verder waardoor wortels geraakt worden en de vegetatie verzwakt. Ook waterlopen worden telkens opnieuw dieper gemaakt. Ondanks de rasterstructuur van wegen met een oorspronkelijke breedte van acht meter, is het niet meer mogelijk om ver te kijken. Een landbouwbedrijf hoort natuurlijk thuis in deze omgeving maar er zou wel wat meer aandacht geschonken mogen worden aan de inpassing in zijn context. Er zijn andere oplossingen dan een coniferen haag om het perceel af te bakenen. Coniferen horen in dit landschap niet thuis en een houtwal met een mix van struiken en bomen is volgens de landschapsarchitect een beter alternatief.

Vanwege zijn achtergrond leest Marc de kenmerken van het landschap af aan de soorten vegetatie die hij tegenkomt. Zo duiden biezen in een grasweide op een vochtige bodem. Ook merkt hij dat de donkere strepen in het veld plaatsen zijn waar gedraineerd werd.

Vervolgens merken we stillaan dat er terug meer bomen langs de weg staan. Het zijn hoge acacia's die boven de weg buigen. Het wandelen tussen de houtkanten voelt aangenaam. Het heeft ook met schaal te maken.

Hij ontleedt het landschap zoals een architect een gebouw bestudeert. Een akkerveld dat omgeven wordt door bomen ziet hij als een landschappelijke ruimte. Vanop het pad kijken we door de houtkanten naar het veld en toont hij de voorgrond en achtergrond in het landschap. Even verder wijst hij hoe een landbouwer rondom een eilandje bomen heeft geploegd. De kans is groot dat deze bomengroep beschermd is. Marc vertelt hoe twee alleenstaande bomen associaties bij hem oproepen. Tafereelen zoals het eten van kersen onder de boom komen bij hem op. Tijdens de wandeling ziet hij het landschap als geheel waarbij zijn oog af en toe op de details valt. Hij toont hoe de tekening in een



bevroren plas water bijna altijd klopt. De organische lijnen vormen een compositie die mensen als mooi ervaren.

We maken een kleine omweg om even stil te staan in de vogelkijkhut. Voor mij was het de eerste keer dat ik deze hut bezocht. Hierdoor besepte ik hoe sterk ik blijf vasthouden aan mijn eigen bekende plekken. De vogelkijkhut was voor Marc een plek met verschillende kwaliteiten. Om te beginnen is het door de rust, stilte en de uitgestrektheid een plek om te ontspannen. Een ideale plek om te ontmoeten ook. En bovendien een educatieve plek voor kinderen.





Afb. 8, De eenzame boom, C.D. Friedrich



Uitzicht vogelkijkhut, Wijchmaal

De gelijkenissen tussen het landschap dat te zien is vanuit de vogelkijkhut en het landschap geschilderd door Friedrich vond ikzelf treffend. Het is waarschijnlijk dat men deze gelijkenissen niet meteen zag bij het plaatsen van de hut. Echter wordt de waarneming grotendeels bepaald door de hut aangezien de kijkgaten dit beeld omkaderen.



Daarna loopt de route langs een pad waar everzwijnen gewroed hadden. Hierdoor besepte ik nog maar eens dat er verschillende soorten zijn van aandachtigheid bij het afleggen van een route. Vervolgens loopt de route door een heel andere natuurlijke vegetatie. Op deze plek had men een deel bos ingeruild voor nieuw heidegebied. Deze heide was een belangrijke habitat voor verscheidene soorten.

Voor Marc is dit soort afwisselingen heel aangenaam. Volgens hem was het dit wat mensen boeit tijdens een wandeling door de natuur: een opeenvolging van landschappen die de menselijke geest prikkelt en afleidt van de dagelijkse beslommeringen. Hierna naderden we het einde van de route. De dreef maakte de overgang van het bos naar zijn eigen woning. Zelf heeft hij inspraak gehad bij het project waarbij men deze bomen geplant heeft. De bomen in de dreef maken de structuur duidelijk voelbaar die door de Duitsers gevormd werd. Op deze manier was beëindigde hij zijn verhaal zoals hij het begonnen was.

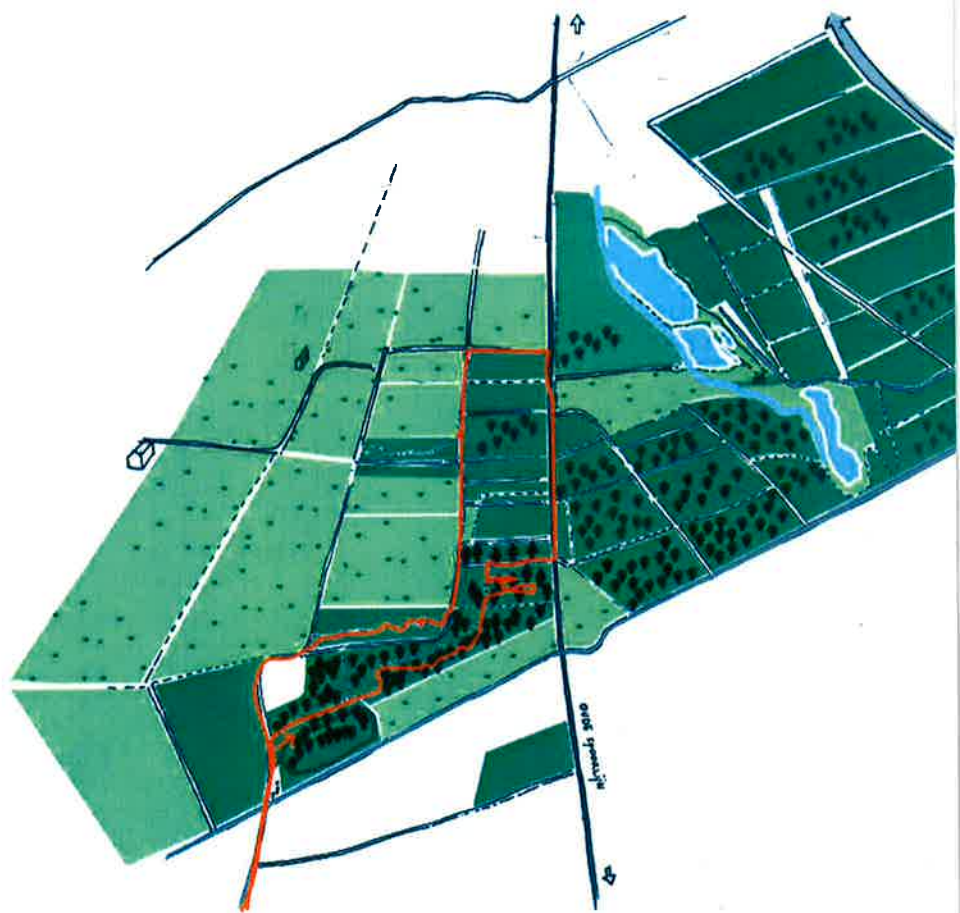





Wandeling

Familiewandeling met

Lisa, Jens, Ruben, Martine & Steven



We moeten nog een klein stukje langs **verharde weg** wandelen vooraleer we bij het bos komen. De ouders **zwieren** de kinderen op en neer. Ze zijn **ongeduldig** om hun beurt af te wachten. In het bos wordt hun aandacht afgeleid door alles wat er zich in de omgeving bevindt. Ze lijken op zoek te zijn naar **uitdaging**; zo willen ze graag over een stapel **balken klimmen**.



De paden worden gekozen door degenen die voorop lopen. Op het **kronkelpad** is het pad haast niet meer te herkennen door alle **takken die door elkaar liggen**. Hierdoor moet een eigen **doorgang gezocht** worden. Dit dennebos is de eerste locatie waar we even stil blijven staan. De aandacht valt hier meteen op het bord met de **verschillende houtsoorten**. Daarna lopen de kinderen hun papa achterna die een **schuine boom** had zien staan. De kinderen gaan op de **heuvel staan, gevormd door de wortelkluit van de omgevallen boom** en probeerden zich zo **groot mogelijk** te maken. Het leek erop alsof ze via de boom naar boven zouden **klimmen**. Het gat zichtbaar onder de wortelkluit, wekt **nieuwsgierigheid** op bij de kinderen. Daarna vinden ze **kleine dennenappels** die ze meenemen. Hieruit leid ik af dat de kinderen wel **geboeid** zijn door de natuur. Het gaat hen niet zozeer over het wandelen maar wel over het **contact met de natuur**. Deze natuur wekt **nieuwsgierigheid** en **ontdekkingsdrang**. Bovendien denk ik niet dat het toevallig is dat we op deze plek even pauzeren. De dennebomen zijn hoog en

laten het maaiveld open waardoor de plek aanvoelt als een open plek met toch een zekere geborgenheid. De ruimte onder de bomen heeft eerder iets weg van een overdekte ruimte in plaats van een dicht bos. Er blijft een overzicht behouden. Voor de kinderen is het een speelplaats waar ze het ene 'speeltuig' na het andere ontdekken. Met deze 'speeltuigen' bedoel ik de elementen uit het landschap die ze van nader willen bekijken.

Het kleine dennebosje is hier een voorbeeld van. Via een kleine opening proberen ze een weg te zoeken door dit bos. Maar toen er geen pad door bleek te lopen, was er een kleine teleurstelling. Na het wijzen van de aandacht op

de route-aanwijzers, kozen ze ervoor om het lieveheersbeestjes-pad te volgen. Terwijl Lisa schors, takjes en blaadjes zoekt om een knutselwerkje te maken, ontdekt de rest de boomtelefoon.

In de modder vinden we sporen van paarden, honden en reeën. Plassen worden benut om takken proper te maken. Op lange stukken lijken de kinderen sneller verveeld te geraken. Toen ik voorstelde om het 'hobbelpad' in te slaan, waren ze weer



enthousiast. Hieruit kon ik opmaken dat het **benoemen** van een pad een **belangrijke** eerste **verwachting** schept. Daarnaast zorgt de **glooiing** van dit stukje bos, de **begroeiing** voor **verrassing** waardoor de interesse opnieuw naar boven komt. Wat verder stoppen we bij een bankje. De moeder van de kinderen heeft koekjes bij.



5. Fotoverslagen

Door middel van fotoverslagen onderzoek ik welke eigenschappen en elementen van een landschap verantwoordelijk zijn voor het opwekken van bepaalde gevoelens zoals onder meer: verbazing, vervreemding, bewondering, enz.. Hiervoor vraag ik mensen om mij afbeeldingen te bezorgen van landschappen die een diepe indruk op hen achterlieten. Dit konden schetsen of foto's zijn van landschappen van een reis of herinneringen. Ik ontwierp een template die mensen konden invullen.

Kan u zelf enkele elementen van het landschap bedenken die er mogelijk voor zorgden dat dit landschap zo een indruk op u maakte?

Welke gevoelens/gedachten kwamen er op dat moment in u op?

Zijn er landschappen in de buurt van uw woning die een gelijkaardige indruk kunnen maken?

Naam: Larissa Morren

Locatie: Kaapstad – Lion's Head et uitzicht op de stad en de bergen : Devil's Peak, Table Mountain en Twelve Apostles)

Tijdstip van de dag: 5:34 (om 3 uur 's nachts moeten opstaan om dit zalige landschap te kunnen aanschouwen)

Foto landschap



Locatie: Zuid-Afrika - Kaapstad – Lion's Head

Tijdstip van de dag: 18:47 en 18:59

Foto landschap



Elementen: de zonsopgang;

de wolken waar we overheen konden kijken zorgden voor een gevoel van verbazing en bewondering (je moet hiermee geluk hebben, want dit valt niet vaak voor en je kunt het ook niet van te voren weten dat de wolken zo dik liggen en op het juiste moment aan het zakken zijn);

zicht op de stad en de bergen; de stike zorgde voor vervreemding (omdat je hiken kunt zien als een vorm van een vlucht uit de drukke stad om zo weer tot rust te komen.

Als je boven op de top staat is het zo muisstil en kun je de drukte van de stad niet meer horen. Veel locals doen dit als ochtendhike vooraleer ze naar hun werk gaan).

De gedachte die ik altijd heb tijdens een hike is : Waarom ben ik in godsnaam hieraan begonnen! Doordat ik niet zo een goede fysieke conditie heb, slaat dat snel over op mijn gedachten en jaag ik mij ook gemakkelijk op.

Eens dat ik de top heb kunnen bereiken en het uitzicht zie, weet ik opeens wel terug waarom ik hieraan begonnen was. Wanneer ik een hike doe en de top kan bereiken geeft het een gevoel van voldoening en ontlasting, omdat ik mijn doel heb kunnen bereiken en alle druk van mijn schouders kan laten gaan.

Neen, in België hebben we spijtig genoeg geen landschappen die deze gelijkaardige indruk kunnen geven.

Zelfde landschap als vorige foto, enkel dit was op een ander tijdstip (18:47)

Maar zo zie je wel welk uitzicht je hebt op de stad vanop Lion's Head.

Foto landschap



Door Lion's Head op verschillende tijdstippen te hiken heb je ook iedere keer een ander gevoel van ervaring van het landschap. (18:59)

Locatie foto: Zuid-Afrika - Kaapstad - Lion's Head

Tijdstip van de dag: 04:39 (om 2 uur 's nacht opgestaan)

Foto landschap



Elementen die een indruk op mij maakten, toen ik Lion's Head in de donker deed, waren: de lichtjes van de stad; de maan; de bergen die een zwart silhouet vormen; en de hemel (de overgangen van de kleuren waren zo prachtig. In de achtergrond zie je al een kleine oranje schemering van de zon die opkomt, terwijl daarboven gaat het over van lichtblauw naar zwart.)

Wanneer je een hike op dit tijdstip doet en je hebt dit uitzicht. Geeft het een gevoel van kriebels in je buik, omdat er een soort van spanning wordt opgebouwd met het opkomen van de zon.

Je bent aan het wachten op een verrassing die van achter de bergen gaat uitkomen.

Locatie foto: Indonesië – Java – Bromo (vulkaan)

Tijdstip van de dag: 06:30

Foto landschap



Wat zo prachtig was aan dit landschap was dat je uitzicht had op een uitgestrekte vlakte met daar dan deze vulkanen op.

Locatie foto: Indonesië – Java – Bromo (vulkaan)

Tijdstip van de dag: 07:00

Foto landschap



Toen we richting de Bromo aan het wandelen waren gaf het een overweldigend gevoel, omdat je gewoon richting een actieve vulkaan aan het wandelen bent. Het gevoel en ook wel de gedachte die ik toen had was "this is once in a lifetime", omdat ik niet denk dat ik deze kans nog ooit ga krijgen om boven op een actieve vulkaan te staan, het is echt geluk heb om zo iets te kunnen meemaken.

Foto landschap



Ik heb deze reis met JOKER gedaan, en de reisgroep die een paar dagen na ons was vertrokken had al niet meer de mogelijkheid om bovenop de Bromo te staan, omdat die TE actief was op dat moment.

Locatie foto: Zuid-Afrika - Blouberg (met zicht op Devil's Peak, Table Mountain en Lion's Head)
Tijdstip van de dag: 13:52

Foto landschap



Elementen die ervoor zorgden dat dit landschap een indruk op mij maakten waren: de kitesurfers die op het water aan het surfen waren met hun parachute; en het zicht op de bergen. Vanaf deze afstand gezien beseft je opeens hoe kolossaal deze bergen eigenlijk zijn. Vanuit de stad gezien heb je dit gevoel totaal niet over de bergen.

Foto landschap



<http://www.solivagant.be/2017/11/06/teut-zonhoven/>

Locatie foto: Knuppelpad Genk
Tijdstip van de dag: namiddag

Foto landschap



De verschillende natuurelementen: bos, weidelandschappen, heuveltjes en waterpartijen geven elk een typisch gevoel. De onverharde paden geven eveneens een apart gevoel wanneer je erop wandeld.

Je krijgt er een gevoel van rust. Je begint over jezelf na te denken. Als je er met een klein groepje gaat wandelen wil je op bepaalde momenten wil je gewoon genieten van de omgeving.

De teut in Zonhoven is een natuurreservaat. Er loopt een onverhard pad midden in het bos en tussen weidelandschappen. Hier en daar zijn heuveltjes, sommige zijn niet voorzien van een pad wat het leuk maakt om er te wandelen. Wat verder op is er een meer waar je langs kan wandelen.

Het traditionele knuppelpad op zich maakte een speciale indruk op mij. Het geeft een gezellig gevoel als je erover loopt. Op bepaalde plekken hangen takken zeer laag over het pad. Dit maakt dat de wandeling wat sprookjesachtig wordt. Daar waar je over het water loopt geeft weer op zich een apart gevoel.

Locatie foto: Kolenspoor Genk

Tijdstip van de dag: 's morgens

Foto landschap

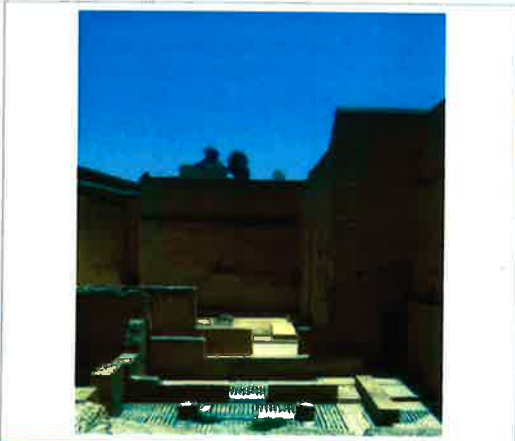


Het oude kolenspoor dat overgenomen is door de natuur, is een aangename plek om te wandelen en tot rust te komen. Zeker 's morgens wanneer de zon nog opkomt. Door de rail voelt het als een historische plek die terug is overgenomen door de natuur. Omdat het midden in de natuur ligt, heb je geen last van verkeer. Je hoort amper iets. In de herfst heb ik er ook gewandeld en toen was de beleving anders vanwege het bladerdek dat er toen lag. Dit voelde ook gezellig aan.

Locatie foto: Paleis Badi, Marrakech

Tijdstip van de dag: 's middags

Foto landschap



De structuur van de oude muren charmeerde me enorm. Het gevoel dat er tijdens de wandeling door het paleis bij me opkwam is moeilijk te beschrijven. Het was leuk en het voelde comfortabel om er te zijn. Het doet je denken over hoe er vroeger werd geleefd. Het is net dat je een reis door de tijd maakt. Dit was eveneens door de indeling van het gebouw. De ondergrondse kamers gaven me een behaagelijk gevoel zeker omdat het er lekker koel was terwijl het er buiten zeer warm was. Het speciale eraan was dat het zonder systemen werd gekoeld, dus gewoon door de locatie ervan.

Locatie foto: Spanje, Guadalest

Tijdstip van de dag: middag

Foto landschap



Dit was op Erasmus na al enkele maanden in een stad te leven. De rust maar vooral het verre, open zicht (aan de horizon zag je de zee) maakte indruk.

Het deed mij vooral zeer diep nadenken.

Ik zou dit gevoel overal kunnen oproepen waar ik ver en open zichten heb en waar weinig mensen zijn. Op het platte land dus eerder.

Locatie foto: Benidorm (Spanje)

Tijdstip van de dag: Middag

Foto landschap



Hoewel het weer, hier zeer aangenaam was voor de tijd van het jaar (eind november). Was er veel invloed van de mensen, met veel hoogbouw en alles gericht op toerisme. Dit gaf mij een zeer verstikkend gevoel.

Ja, vooral op plekken die gedomineerd worden door autoverkeer. Zoals de ringwegen in Hasselt en Genk.

Locatie foto: Zwitserland op een bergtop
Tijdstip van de dag: Voormiddag

Foto landschap



Vooral de doordringende stilte en ijle lucht had een indruk om mij. Maar ook het uitzonderlijke uitzicht. Dit gaf een gevoel van macht en een soort innerlijke rust, mogelijk ook wel door de inspanning die moest gedaan worden voor je hier boven was.

Eigenlijk niet, in de buurt kan ik geen plaatsen bedenken waar het zo stil is. Tenzij ergens in een heel sterk geïsoleerde binnenruimte, maar dat is dan weer geen landschap.

Locatie foto: Rigi, Zwitserland
Tijdstip van de dag: Middag

Foto landschap



Het uitzicht was hier heel gedifferentieerd, afhankelijk van naar welke kant men kijkt krijgt, ziet men besneeuwde bergtoppen, groene bergen, vlaktes, meren en steden. In combinatie met het felle licht gaf dit mij vooral een heel energiek gevoel, een zin in ontdekken.

Mogelijk in levendige, aantrekkelijke steden, en dan vooral bij goed weer.

Locatie foto: Chisinau, Moldavië, Park in de hoofdstad
Tijdstip van de dag: Middag

Foto landschap



Verlossend, bevrijdend.

Dit is zeer typerend voor Oost-Europese steden, de rest van de stad is zeer druk, maar in het grote park heb je even het gevoel dat je helemaal niet meer in de stad bent. Ik denk dat dit voornamelijk door het dempen van storend geluid en zichten komt.

Ja in de meeste bossen

Locatie foto: Porto, Portugal
Tijdstip van de dag: Voormiddag

Foto landschap



Na een vermoeiende heenreis en aankomst in eerder donkere straten was hier plots een zeer open uitzicht, fel zonlicht en een rijkheid aan kleuren.

Energiek, vrolijk

Nee, niet echt

Naam: Wouter

Locatie foto: Les Deux Alpes

Tijdstip van de dag: 11u smorgens

Foto landschap



Bergen, Sneeuw, Blauwe hemel

Relaxt, ontspannen en gelukkig.

Het oneindige zicht en de rust van alleen zijn.

Zeker en vast, Lubbeek is prachtig en heeft zeker in de winter gelijkaardige verzichten. Al zijn deze niet zo rustig en mooi

Naam: Wouter

Locatie foto: Flachau Oostenrijk

Tijdstip van de dag: 17u in de namiddag

Foto landschap



Bergen, Bomen, Blauwe lucht, Zon

Onbegrijpelijk, hoe is het mogelijk dat de sneeuw nu nog blijft liggen. Het was 25°C snowboarden in bloot bovenlijf en volop genieten van het zonnetje. Gedachten leeg maken bij een snelheid van 80km/u wetende dat als je valt je elk moment, de adrenaline rush

Nee, het enige gevoel dat te vergelijken is als je onverantwoord snel zonder beschermende kledij op een moto door prachtige bochten, weggetjes vliegt.

Naam: Wouter
Locatie foto: Reykjavik Ijaland
Tijdstip van de dag: 23u

Foto landschap



Licht inval, ver zicht en zee

Geluk, overweldigend gevoel.

Het begin van een super avontuur

Nee

Naam: Wouter
Locatie foto: Godafoss Ijaland
Tijdstip van de dag: middag

Foto landschap



Verbazing, verstomming

Nog niet, nu nog verhuizen naar Ijsland

Naam: Wouter

Locatie foto: Boven op een berg bij Myvatn, IJsland

Tijdstip van de dag: Avond

Foto landschap



Tent, Meer, hemel

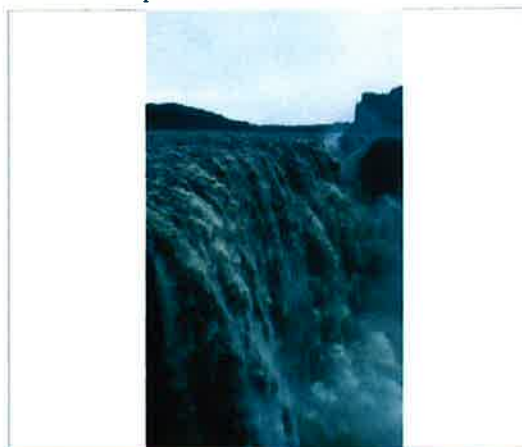
Nee

Naam: Wouter

Locatie foto: Dettifoss, IJsland

Tijdstip van de dag: Avond

Foto landschap



Hoeveelheid en kracht van het water

Machteloos en nutteloos, de kracht die aan de rand van mijn tenen voorbij ging. De mogelijke momentum tot het einde van ieders leven.

Het moeras bij de scouts, niemand wil hier in vallen.

Naam: Wouter

Locatie foto: IJsland

Tijdstip van de dag: Middag

Foto landschap



De Zee

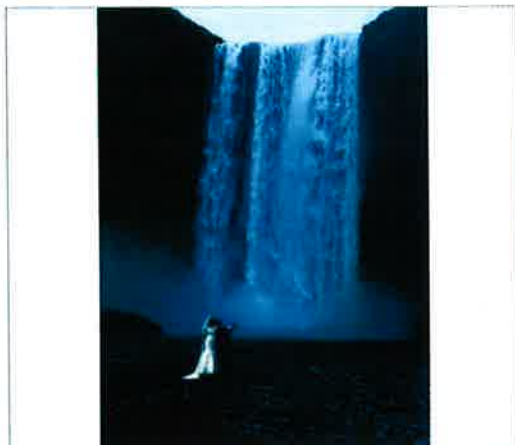
Verbazing, rust en geweld
Rust van een zee en stenen
constructie met het geweld
van de zee op de achtergrond.

Naam: Wouter

Locatie foto: Skogarfoss, IJsland

Tijdstip van de dag: namiddag

Foto landschap



Unieke locatie, waterval, rot-
sen, rivier

Picture perfect, Happiness because
you can see this is the best day
of their lives

Zeker en vast, de Trouw van
mijn favoriet nichtje (Wijngaard
bij zonsondergang).

Naam: Wouter

Locatie foto: Seljavallalaug, IJsland

Tijdstip van de dag: Middag

Foto landschap



Natuur, warm water

Genot, rust

Natuurlijk verwarmd bad

Verwarmd zwembad in de winter

Naam: Wouter

Locatie foto: Gletsjer meer IJsland

Tijdstip van de dag: namiddag

Foto landschap



Gletsjer, Meer, Zee

Wouw, onmogelijk

Een glas water met ijsblokjes ;)

Naam: Wouter

Locatie foto: Laugarvellir (secret waterfall) IJsland

Tijdstip van de dag: voormiddag

Foto landschap



Warm natuurlijk water

**Magnefiek, zalig, genieten,
ontspannen**

Warme waterval

**Een warme buiten douche in
de winter**

Locatie foto: St. Moritz, Zwitserland

Tijdstip van de dag: Voormiddag

Foto landschap



**Aan het water wandelen zorgt
altijd voor een rustgevend gevoel.**

**De weerspiegeling van de
bergen op het water zorgt voor
de uitstraling van het perfecte
beeld. Op zulke plekken kan je
wegdromen en ontspannen. Je
had een magisch gevoel deels
ook door de kleur en helderheid
van het water en dan de bergen op
de achtergrond. Ik kreeg echt een
'zen' moment.**

**Simpelweg aan het water zijn
kan al zo'n effecten hebben maar
de kleur van het water zal hier in
België altijd verschillen.**

**Als je de grotere meren
opzoekt zoals o.a. het meer van
Bütgenbach... kan je al meer het
vakantiegevoel creëren en de rust
en ontspanning nabootsen.**

Locatie foto: Herent, België
Tijdstip van de dag: Avond (+- 17u)

Foto landschap



Op dit beeld is voornamelijk de lucht die het werk doet. De zon gaat onder en kleurt de lucht helemaal roos. Dit geeft ook een gloed op de velden en omgeving. Je was helemaal verwonderd en staat even stil bij hoe mooi de natuur kan zijn.

Dit is niet ver van mijn huis genomen. Open vlaktes zonder al te veel hulzen. Zo kan je nog genieten van de natuur zonder dat je al de bebouwing moet zien. En dan kan je ook genieten van een zon onder- / opgang.

Naam: Yudit Pratt
Locatie foto: St. Moritz, Zwitserland
Tijdstip van de dag: namiddag

Foto landschap



De hoogte en het uitzicht op de vallei zorgden ervoor dat je verwonderd stond te kijken naar de natuur en omgeving. Iedereen had het gevoel dat het adembenemend was! De overvloed aan groen maakte de wandeling rustgevend. Verder zorgen de hoogteverschillen voor het effect. Op zulke plekken kan je je gedachten leeg maken en gewoon genieten.

De Ardennen heeft ook verschillende van deze effecten maar dan in verkleind formaat. Veel velden en groen geeft ook een gelijkaardige indruk. In de velden of bossen kan je volkomen tot rust komen en genieten.

Naam: Pieter Dockx

Locatie foto: Luxemburg (regio rond Dasburg) wandelroute: GR5

Tijdstip van de dag: +- 7u sochtens

Foto landschap



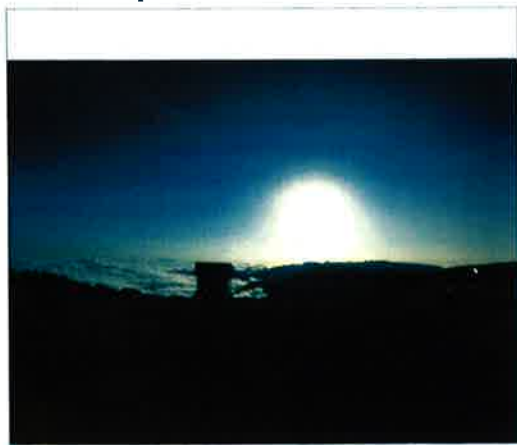
Het Luxemburgs landschap in de ochtend creëert een soort oase van rust. De foto is getrokken tijdens een trektocht langs de GR5 wandelroute, toen ik door een opgaande zon gewekt werd.

De afwezigheid van menselijke toevoegingen, zoals gebouwen of hoogspanningslijnen, wekt het gevoel van afzondering op, wat dan op zijn beurt weer voor kalmte zorgt in de vroege ochtend. In de Kempen vinden we veel van dit soort omgevingen terug. Weliswaar met iets minder hoogteverschil, maar als je goed zoekt vind je in de aangelegde bossen en velden plekken terug die hetzelfde gevoel opleveren als deze plek.

Locatie foto: Mt. Kilimanjaro, Tanzania (Machame wandelroute)

Tijdstip van de dag: s' avonds

Foto landschap



Dit was het einde van de 2e dag van mijn trektocht op Mt. Kilimanjaro en de 1e dag dat we boven de wolken kampeerde. Dit tafereel maakt een zodanig grote indruk op je omdat je voor het eerst de rest van de wereld kan vergeten. De rest van de wereld bevindt zich aan de andere kant van het wolkenveld en voor het eerst in mijn leven was ik compleet afgesloten van de buitenwereld. Helaas ben ik in België nog geen toilet tegen gekomen met zo'n mooi uitzicht als deze.

Locatie foto: Venetië

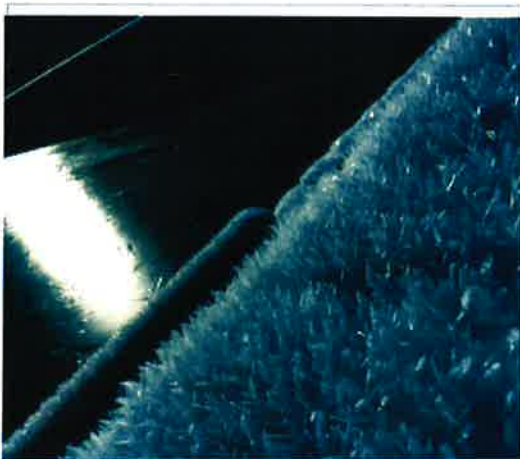
Tijdstip van de dag: late voormiddag

Foto landschap



Dit is misschien een atypisch landschap dan diegene die je zou verwachten als we over wandelen spreken, maar des al niet te min is Venetië een stedelijk landschap waar je niet veel andere keuze hebt dan te wandelen, of je moest beschikken over een bootje. In Venetië worden geen auto's, brommers of fietsen toegelaten, en met zijn smalle wegen en kanalen is dit ook absoluut niet aangeraden, waardoor je nogal snel te voet overal naartoe gaat. Voor een toeristische uitstap is dit al wel eens een frisse benadering van een city-trip, alhoewel het stedelijke karakter en de hoeveelheid mensen wel geen rust uitstralen.

Foto landschap



In een maatschappij zoals de onze, waar de wagen zo is in gebetoneerd in onze stedelijke fundamenteën, vinden we helaas geen steden zoals deze in België en wordt wandelen helaas als minderwaardig gezien als andere manieren van verplaatsing.

In Finland was de structuur van de sneeuwvlokjes zeer goed te herkennen. Dit was interessant omdat je hier fysiek merkt dat de natuur is opgebouwd uit kleinere elementen. Op deze manier kan de natuur telkens opnieuw verwondering en verbazing opwekken.

Naam: Anouk

Locatie foto: Austria; Sölden, IceQ & Big 3

Tijdstip van de dag: /

Foto landschap



Vanuit de IceQ en Big 3 in Sölden kreeg ik een adembenemende indruk van het panorama uitzicht. Een beeld dat moeilijk vast te leggen is op camera. Het uitzicht moet je met de eigen ogen gezien hebben om het machtige landschap te kunnen ervaren. Op dat moment voel je jezelf heel klein. Ik mag elk jaar opnieuw genieten van deze uitzichten op de skivakantie met het gezin.

Foto landschap



De impressionante indruk kan ik niet terugvinden in de buurt waar ik woon. Het MAS in Antwerpen blijkt ook een mooi uitzicht te hebben, maar daar ben ik nog nooit geweest.

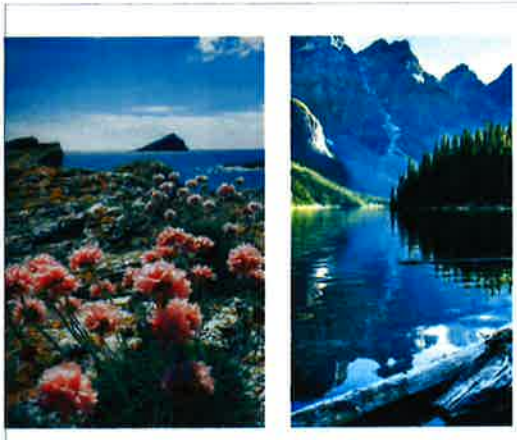
Foto landschap



Deze foto wekt veel verbeelding bij me op. De rots in de vorm van een olifant valt me direct op. Ook het oneindige uitzicht, de helder blauwe hemel en de ruwe rotsen maakt van dit landschap één mooi geheel.

Er zijn geen landschappen in de buurt met zo een mooi oneindig uitzicht dat indruk op me maakt.

Foto landschap



Twee Pinterest foto's van landschappen die me spontaan aanspraken. Pinterest heeft duizenden foto's van landschappen, maar deze zijn absoluut mijn twee favorieten, naast alle andere mooie foto's. Het kleurencontrast spreekt me het meest aan. Het geeft me een heel uitnodigend gevoel. Dat uitnodigende gevoel heb ik eerder ervaren in mijn eigen buurt. Wanneer ik een grasveld of mooie bloemenweide zie, dan wil ik graag een dekentje nemen en rustig genieten van de mooie omgeving.

Foto landschap



Naam: Maud

Locatie foto: Tuin, Maasmechelen

Tijdstip van de dag: 13u ongeveer

Foto landschap



Sneeuw, seizoen (zonder blaadjes)

Geen mensen

Vrijheid, openheid

Gevoel van rust

Foto landschap

De linker foto is gemaakt door Martine in Zuid-Afrika en de rechter foto heb ik gevonden op de Instagram pagina van Tom Hope. Beide foto's geven me de drang om op ontdekking te gaan. Ook hier is het kleurencontrast en het oneindige dat me aanspreekt bij de foto's.

Bij het wandelen in het bos krijg ik hetzelfde gevoel. Hierbij kan ik heel ver kijken in het bospad en dat maakt een gelijkaardige indruk op me.



Locatie foto: Renesse

Tijdstip van de dag: 14u ongeveer

Foto landschap



Het gevoel van leegte
Geen mensen
Uitblik op het gigantische
strand

Locatie foto: Böbingen an der Rems, Duitsland
Tijdstip van de dag: in de morgen

Foto landschap



Het vervagen van het landschap door de zon
Dal, volgebouwd, met daarachter
bergen

Hier woont mij vriend

Locatie foto: Oostenrijk
Tijdstip van de dag: rond de middag

Foto landschap



Een dal, met een groot meer, en
dan de spitstoren van een kerk
Ik zou wel willen weten wat zich
onder het water bevind, een stad
of dorp helemaal onderwater?

Locatie foto: Gardameer, Italië
Tijdstip van de dag: in de namiddag

Foto landschap



Rust, kalmte leegte,
Geen mens in de verte te zien
Bergen

Foto landschap



Rust
Energie
Alles op een rijtje zetten

Eventueel het bos, maar daar is
het druk met lopers, trainers,

Naam: Lien

Locatie foto: Dommelvallei

Tijdstip van de dag: 15h20

Foto landschap

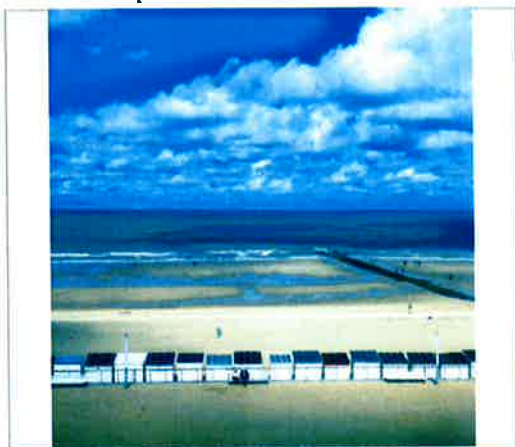


Elementen: kleurencombinaties, lichtinval door de bomen, water, geluiden om me heen
Gevoelens: Wandelen in de open natuur of het bos geeft me een gevoel van rust, tijd om na te denken, Vaak heb ik een gevoel van bewondering, dit is wanneer bovenstaande elementen samen voorkomen op een bepaald moment.
Het bos aan de dommelvallei veel bomen, water, rustieke wandelpaden

Locatie foto: Oostende

Tijdstip van de dag: 12h06

Foto landschap



Elementen: veel licht en lichte kleuren, grote open vlakte, water, de geur van het zoute water, de wolken, de horizon

Gedachten: gevoel van een klein persoon te zijn in een grote wereld

De Sahara in Lommel heeft ook een groot wateroppervlakte en een strand

Locatie foto: Oostende
Tijdstip van de dag: 11h03

Foto landschap



Elementen: het water, de treurwilgen, de toren, de zwanen op het water, verschillende tinten groen

Gevoelens: rust, geeft me zin om te gaan reizen

"Den brandt" in Hechtel

Locatie foto: kwikstraat
Tijdstip van de dag: 17h26

Foto landschap



Elementen: De combinatie van groen/bruin, de wortels van de bomen, klimop

Gevoelens: onderdanigheid (de mens hoort zich aan de natuur aan te passen)

Dit landschap ligt op slechts 10 min wandelen van mijn woning

Naam: Glenn

Locatie foto: wandeldreef 'Hof Van Riemen', Heist-op-den-Berg

Tijdstip van de dag: avond

Foto landschap



Op zich is dit niet heel speciaal, een wandelpad met bomenrijen tussen lintbebouwing en een woonwijk. Het einde komt uit aan de toegangspoort van het Hof Van Riemen. Toch heeft deze 'dreef' iets rustgeevends. Het is meteen een historisch overblijfsel en (stukje) scheidingslijn van de dorpskern.

Dit is op wandelafstand van mijn woning.

Locatie foto: Een charity nabij Tate Modern, Londen

Tijdstip van de dag: rond de middag

Foto landschap



Het contrast tussen de oude kleine woningen (armenhuisjes?) van de charity en de ruime tuin met de hoge flats met diepe inktijk is enorm. De eerste foto werd vanaf de poort van het domein in het midden van Londen genomen. De tweede foto vanop de bovenste verdieping van Tate Modern. Indrukwekkend, adembenemend, maar ook een beetje griezelig hoe groot het verschil in ruimte en privacy op enkele honderden vierkante meters kan zijn.

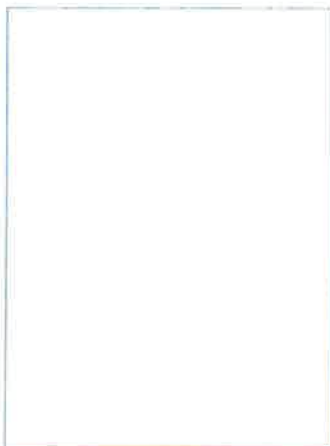
Foto landschap



De uitgestrektheid van de vijver, promenade, bomen en (minder zichtbaar) grote grasvlakten (panoramafoto, maar in het echt even indrukwekkend) midden in Londen (Hyde Park) is tegelijk verbazingwekkend en ontspannend. Dit landschap is natuurlijk wel mooi, maar dat is zonder twijfel ondergeschikt aan zijn plaatsing, namelijk midden in een van de drukste steden ter wereld.

Er zijn genoeg landschappen die even mooi of zelfs mooier zijn dan dit, maar niet in de buurt van mijn woning (aan de rand van de bebouwde kom van een dorp).

Foto landschap



Bespreking resultaat

Uit mijn participatieve onderzoek ging er, in tegenstelling in de filosofische literatuur, veel aandacht uit naar functionele elementen. Wanneer men zich niet comfortabel voelt, door bijvoorbeeld koude of honger is het veel moeilijker om de aandacht bij het andere te houden dat datgene wat ons zo stoort. Daarom ben ik van mening dat een basiscomfort een voorwaarde is voor de contemplatieve route.

Langs de andere kant werd vooral het 'natuurlijke' gewaardeerd omwille van het contrast met onze stedelijke omgeving of onze economische leefwereld. Vooral de wildernis blijkt ons te verroeren. Daarom willen sommigen liefst niet te veel menselijke toevoegingen zien in de omgeving.

Volgens Ton Lemaire hebben we momenteel te maken met een moderne ontvankelijkheid voor het landschap. "Noch het landschap zelf noch de geest van de tijd nodigt kennelijk uit om het land buiten liefdevol en lyrisch af te beelden" (Lemaire, 2002, p.55).

Ik denk dat de landschapsfoto's van participanten aantonen dat er nog steeds een sterke appreciatie is voor het spectaculaire landschap is. In deze tijd zijn het niet zozeer de schilders die deze appreciatie uitdrukken maar eerder de fotografen.

6. Verwerking resultaten

6.1 Begrippen

De combinatie van inzichten uit de literatuurstudie, de wandelingen en fotofiches leidde tot een lange lijst van begrippen van ervaringen en ruimtelijke kenmerken. Wanneer de gevonden elementen van de drie concepten contemplatie, wandelen en landschap langs elkaar staan, zijn er overeenkomsten te herkennen. Sommige elementen kwamen vaak terug, andere slechts enkele keren. Er zijn heel wat kenmerken die bij de start van het onderzoek verwacht werden zoals stilte, schoonheid, openheid, enz. Andere begrippen waren minder voor de hand liggend.

Het doel van deze scriptie was het opstellen van bruikbare ontwerpparameters voor het ontwerpen van een contemplatieve wandelroute. Na het verzamelen van de begrippen werd er gezocht naar deelcategorieën. Met behulp van post-its probeerde ik om groepen te vormen. Het opdelen was complex omwille van het aantal begrippen, maar ook omwille van verbanden tussen begrippen onderling.

Daarnaast kan de betekenis van contemplatie variëren. Het was dus nodig om voor mezelf scherp af te lijnen wat ik als contemplatieve kwaliteit zag. Contemplatief is voor mij alles wat in staat is om de focus van onze geest te verleggen of wat hier toe bijdraagt. De focus kan hierbij verschuiven naar lichamelijke gewaarwordingen of kunnen andere gedachten zijn.

CONTEMPLATIE	WANDELEN	LANDSCHAP	
<p>silbe zintuiglijk waarnemen eenzaamheid stimuleren schematische ritme vervreemding lichtschaduw materiaal grenzen afbakening uit economie beeld silbe schaal houvast tijd ritueel concentratie aanwezig overvloedig confrontatie ruimtevoelend samenhang beheersing harmoniseren nauwkeurig spiritueel symboliek gevoel rust waarnemen silbe natuur onderbreking zelfzorg gemeenschap Aandacht Beschouwen Relatie lichaam Geest Tijd Overdenken Zintuiglijke indrukken Stilte Focus Keimerend Inzichtig Betekenis Ademhaling Mantra Hogere waarde Bewustwording Symbool Visualisatie Geluid Trillingen Authentieke Individu Afbakening Eenzaamheid Schrijven Niet ontwijken Met onreine is reine komen</p>	<p>oecosta oecosta afbakening silbe gij samenbeweging hulpen/ruimte theopneustisch actief/passief ruimte kan ervaren gevoel voor betekenis harmonie mens en wereld begroening (lijfsmatig) silbe/hier en nu ritme traagheid oesterigheid ritme van gedachten afleiding door landschap zwerkbeelden gevoel symbolische en herinnerende vrijheid aandacht andercompen in natuur Noodzakelijk Nadenken Zicht op landschap Ontspanning Beweging Intellectuele vrijheid Natuur Creëerbaarheid Nieuwsgierigheid Ontmoeten Historische Emotionele waarde Beoriëntatie Doelicos Aldesigheid vermijden Inspanning ontspanning Afdeling Nadenken Ritme Traagheid Keimerend Afdeling aandacht Vrijheid Eenzaamheid Oriëntatie Doelicos Bestemming Wast</p>	<p>oecostieve gebouwen betekenis herinneringen silbe traagheid moet traag beschouwd worden grote ruimte vergezicht het schone landschap perspectief afwisselendheid natuur bergen dalen water dichte bossen oecostive bomen vergevoel van natuur vrije overgang open plek woonwiel geuren/kluren ruimtevoelend onevenvalle paden betekenis aandacht identiteit oecostiviteit individualiteit Historie taakmat natuur cultuur overgang seizoenen samenhang breed pad smalle paden afleiding moeder open plekken ruimtevoelende vrijheid ontspannen aan identiteit denken/bewijzen voorstelling paradijs-wildernis melancholisch, vergankelijkheid perspectief - zelfreflectie wielheid wielheid, grootheid krachtbaarheid water - oriëntatie beoefening - hoger standpunt transformatie wandelen = zien worden aandacht oriëntatie oekostiviteit aandacht menselijke toevoeging vervondend door oecostiviteit ontwikkelingsdrang menselijke-lyrische insicht</p>	<p>ander tijdstip kultuur kolor lucht aanvoering rust bij optamen zon afleiding over water lopen - brug open oesterheid historisch-ruimte met vroeger ondergrond oneindig uitzicht klausurencontrast ultradagend structuur nieuwste kleine elementen structuur muren zintuiglijke prikkels bergen-kolossaal landschap = machtig innerlijke rust lage teksten gezellig/proofjesochtig wind-stoerend gigantisch overvloedig, overgenomen gevoel evenwiel kosten mysterie door oude sporen bomen gevoel doornen weer en wind contrast felle zon, rijkheid aan kleuren klimop uitzicht-gevoel-toeval doel aandacht route houvast moderatie openheid hart, flexibel contrast makkelijk begaanbaar kleine landschaps-elementen geen mensen houvast geen post/het verhard nieuw openheid rust open uitzicht open weg nauwkeurigheid gevoelend fel licht energiek verrekening aandacht nauwkeurig lichtje afgevoel berg maan kleuren overgang spanning verrekening</p>

Afb. 9, begrippenlijst

LANDSCHAPPEN FOTO'S

WANDELINGEN

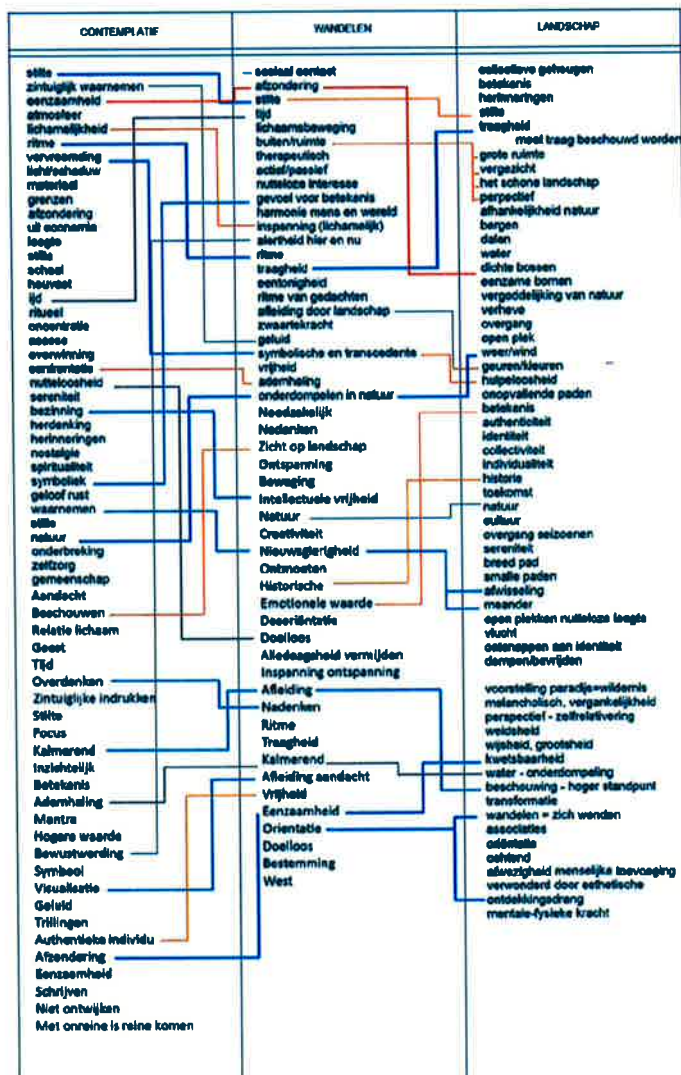
Zeeoppang
 Welken verbodig verandering
 Geuk
 Zicht overzigt
 Vuist uit drukke stad
 Ochtendlike
 Voltoering top bereiken
 Ontdaging
 Praefwag
 Uitzicht
 Uitgestrekte velds
 Onse in a lifetime
 Bos weide
 Heuvels
 Water
 Onverwachte paden
 Rust
 Nadenken
 Traditioneel
 Gezellig
 Laaghangende takken
 Speekjesachtig
 Over water lopen
 Rust
 Verke
 Zee aan horizon
 Nadenken
 Aangenaam weer warm
 Weinig mensen
 Verloosend bevrijdend
 Open uitzicht -plots
 Fijl zonlicht
 Rijtheid kleuren
 Hooge
 Uitzicht vallei
 Adembenemend
 Overvloed groen rustgevend
 Gedetailleerd tegemaken
 Water rustgevend
 Perfecte beeld weerspiegeling water
 Wegdromen ontspannen
 Mogelijk gevoel kleur en helderheid v
 Zen-moment
 Grote meren
 Zicht op dorp en meer
 Oritieriepunten
 Afstand gemeenschap
 Structuur van sneeuwvlokje
 Interessant
 Oase van rust
 Awezigheid menselijke toevoegingen
 Afzondering
 Kalmte
 Klimmerlans
 Boven de wolken
 Grote indruk
 Afgeestolen van de buitenwereld
 Adembenemend panorama
 Mechtig jazaal klein voelen
 Geen mensen
 Vrijheid openheid
 Verregeen landschap
 Afragen
 Kleurencombinaties
 Lichtinval
 Water bomen

Rust, tijd nadenken
 Bewondering waarmee elementen samen vertoemen
 Licht, lichte kleuren, geur van zoute water, welken, heuvels
 Gevoel klein personee te zijn in grote wereld
 Bomenrijen dreef
 Historieel overblijfsel
 Contrast
 Individueelheid, adembenemend, gezellig
 Uitgestrektheid vijver
 Promenaals, bomen
 Groen/bruin
 Werelds klimaat
 Onverwacht (mens hoort zich aan de natuur aan te passen)
 Water
 Treurvilgen
 Verschillende soorten groen
 Toren
 Ontdekkingsdrang
 Rust
 Bergen
 Kleurencontrast
 Het onstrijke
 Ver lijken over bospad
 Geurencontrast
 Oneindig uitzicht
 Heide blauwe hemel
 Stedelijk landschap
 Roze lucht
 Verandering
 Open velds
 Gedifferentieerd uitzicht
 Felle licht energie
 Doodrijngende estie (je lucht
 Uitzicht gevoel van macht
 Inrijfde rust ook door inspanning die gedaan was
 Structuur muren
 Comfortabel
 Nadenken over geschiedenis
 Overgenomen door de natuur
 Historische plek
 Kolossaal beogen
 Lichtjes stad maan
 Stilteut bergen
 Hemel overgang Neuren
 Spanning verwoesting

Breed grindpaal
 Open veldend
 Richtingsaandwijzers heuvelst
 Speelsheid
 Afwisseling
 Vijver (stilteaan)
 Grote open vlakken natuur en water rustgevend
 Info-berde Natuurpunt (stilstaan)
 Vijver (foto nemen)
 Solitairboek water
 Uitzichtoren nieuwsgierigheid
 Natuurlijke' vijver
 Honden uitstaten
 Karte route
 Geen lange paden mogelijkheden
 Openheid controle handen
 Ijs tanen aan honden
 Hoefdwag breed pad
 Paden moeilijk begaanbaar door bandensperren/As
 Reilif
 Heuvels & bechten niet hale pad zichtbaar
 vraagt waar je uitbent indien...
 brede paden ontsoegenlijk door speren en ijs
 kleine wegen aangenaam
 - geen bandensperren
 door velds met zwarte keelen op horte afstand kruisen (foto)
 Begijnenvijvers familie met kinderen en honden stordend
 Lage strukten even hoog als ons
 Algemeen:
 Smalle padjes met dichte begroeiing rijner
 Uitzunning lalijstordend info over reden van verjonging zou interessant zijn voor bezoekers
 Afwisseling tussen verschillende landschappenlagere bomen, dichte bossen, open studden
 Geen andere mensen tegenkomen is fijn
 Berste onverherde pad
 Mogelijkheden om route aan te passen
 Richting aan wandelen
 Richting dennensbomen
 Open bos rehbundels zaeds
 bodem speciaal stuk bos
 Kronkelpaal' kronkeling aangenaam
 Bandensperren niet mooi maar nuttig voor natuur
 Liefst smalle paden en niet verhard
 Liefst water en dichte begroeiing
 Ontsoegenlijk vanwege draasigheid

Natuur rustgevend
 Gevoel weg te zijn
 Verrieten op rots
 Open plekken lichtinval son
 Klimaat die naar boven klimt via de bomen
 Lazen struikwer landschap historisch gevormd door Duiters
 Naaldbomen aangeplant maken structuur nog duidelijker
 Biologische en cultuurhistorische waarde herdzanten
 Weinig rekening mee gehouden door boeren dieper maiken waterlopen
 Caniferen haag in landschap stoort hautwand zou beter zijn
 Vegetatie hangt samen met kenmerken landschap
 Bieten in grasvelden duiden op vruchtbige bodem
 Dankere strapan in grasvelden zijn plaatsen waar gedraineerd werd
 Terug meer hege bomen langs weg
 Wandelen tussen foutkanten veelt aangenaam: heeft ook met schaal te maken
 Landschappelijke ruimte
 Voergrond achtergrond
 Blandje rond bessen bomen
 waarschijnlijk beschermd
 Associaties door allen staande bomen
 Bv eten van karsen onder boom
 Landschap beschouwen als geheel
 Afgevoeld met opvallende elementen - details
 Bevoren plas water vroeger geleerd dat talanng van organische lijnen altijd klopt
 Vagelijkhut rust, stilte, uitgestrektheid, ontspannen, ontmoeten, ademloof
 Vaste plekken
 Speren overvrijnen
 Verschillende soorten aandoeligheden
 Ander soort natuur heide
 Heide als belangrijke habitat voor verschillende soorten
 Algemeen: afwisseling landschappen die geest prikelt en ofskudt
 Dreef overgang bos vening
 Insprak bij inplanting
 Verherde wag snel verveling
 In bos sanderst sneller afgeleid
 Lopen over stapel ballen
 Zoeken van doorgang
 Schuine boom lijken onder wortels
 Heuvel zo groot mogelijk maken
 Nieuwsgierigheid
 Kleine dennensappels
 Kleine dennensbomen doorgang zoeken
 Blaadjes schere verzamelen
 Speren paarden, honden en reedn

Verbanden tussen begrippen



Afb. 10, begrippenlijst met verbanden

Categorieën

RUIMTELIJKE EIGENSCHAPPEN

SCHAAL
UITZICHT
AFZONDERING
RITME
RIJKHEID

FYSISCHE EIGENSCHAPPEN - COMFORT

WARMTE/KOUDE
WIND

INFRASTRUCTUUR

FUNCTIONEEL
HOUVAST

CULTUURHISTORISCH

HERINNERING
GELAAGDHEID

ECOLOGISCH

OORSPRONG MENS
BIODIVERSITEIT

SOCIAAL - MAATSCHAPPELIJK

ONTMOETEN – EENZAAMHEID
IDENTITEIT
RUST
TRAAGHEID

ESTHETISCH

WAARDEVOL

PERSPECTIEF

AFSTAND
SCHAAL
ORIENTATIE

TIJD

WEER
UUR
SEIZOEN
TOEVAL

SEQUENTIE

OVERGANGEN
CONTRAST

6.2 Ontwerpparameters

Ik herkende hierin verschillende gradaties van contemplatie. Stilte en afzondering zijn bijvoorbeeld kenmerken die bijdragen terwyl de ervaring van het sublieme ons helemaal kan bevängen.

Uiteindelijk ben ik vertrokken vanuit de contemplatie zelf en kreeg ik het idee om de kenmerken op te delen naargelang hun contemplatieve waarde. Zo kwam ik bij de groepen voorwaarden, waarden, het andere en het ultieme. Hier zou ik later ruimtelijke elementen aan kunnen koppelen. Op het eerste zicht lijkt deze indeling misschien wat willekeurig omdat het waardeoordeel subjectief is. Later in het proces herkende ik zelf pas een verband. Bovendien bestaat er voor een dergelijk onderzoek geen wetenschappelijke methode.

De parameters worden verdeeld in voorwaarden, waarden, het andere en het ultieme. Comfort en stilte zijn essentieel voor een contemplatieve ruimte en behoren bijgevolg tot de voorwaarden.

Wanneer we het landschap gaan waarderen of er een betekenis aan toekennen krijgt het een waarde. Het proces dat hier aan vooraf gegaan is, behoort volgens mij tot contemplatie.

Het andere zijn de elementen die in staat zijn om onze focus te verleggen. Hiertoe horen ook ervaringen die contrasteren met ons dagdagelijks leven. Dit contrast kan bijgevolg tot contemplatie leiden.

Het ultieme betekent hier de waarneming die een sterke impact op ons heeft. Deze impact nodigt uit tot overdenken.

VOORWAARDE

Akoestische stilte

- afstand stad
- afstand wegen

Geborgenheid

- Omsloten
 - Eenzaamheid
 - Beschutting
 - Afgezonderd
 - Comfort
 - Natuur
- Het functionele en comfortabele
- Begaanbaar
 - Houvast
 - Veiligheid
 - Thermisch comfort
 - Voorzieningen

WAARDE

Vrijheid

- Openheid
- Ruimte
- Eenzaamheid
- Keuzemogelijkheden
- Verloren
- nieuwsgierigheid

Het waardevolle/betekenisvolle

- Historisch
- Cultureel
- Associatief
- Info-bordjes

HET ANDERE

Oriëntatie

- Zoeken
- Verloren zijn
- Zon
- Bekende plekken
- Landmark
- Spel

Het zintuiglijke

- Ruiken van soorten
- Voelen van texturen
- Horen van geluiden
- Zien van afwisselend landschap
- Eetbare elementen

Het natuurlijke

- Uit economie
- Oorsprong mens

HET ULTIEME

Het transcendente en sublieme

- Verwonderlijk (schoonheid)
- Machtig, beangstigend (schaal)
- Energie
- Grootseheid, oneindige
- Vergankelijkheid/afhankelijkheid mens

Het toevallige

- Geluksfactor
- Niet voorspelbaar

Ascese (dat wat voldoening oproept, zichzelf verbeteren)

- Iets bereiken
- Een inzicht verwerven
- Educatieve
- Uitdaging

Het schone

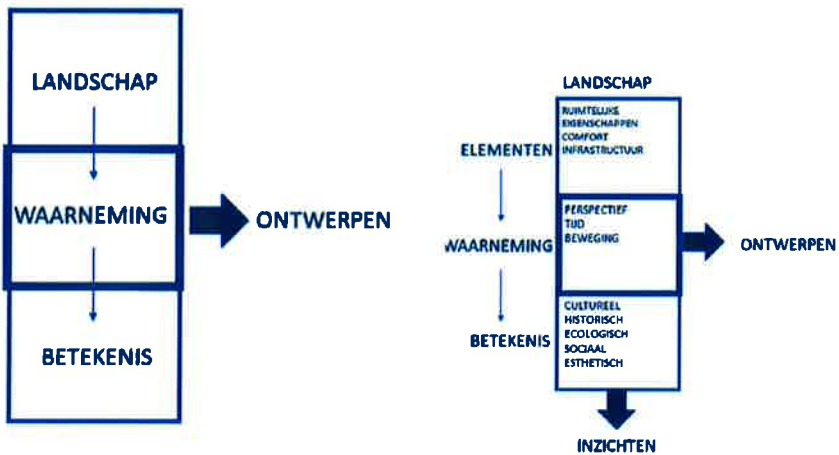
- Kleuren
- Atmosfeer
- Compositie
- Vormen
- energie

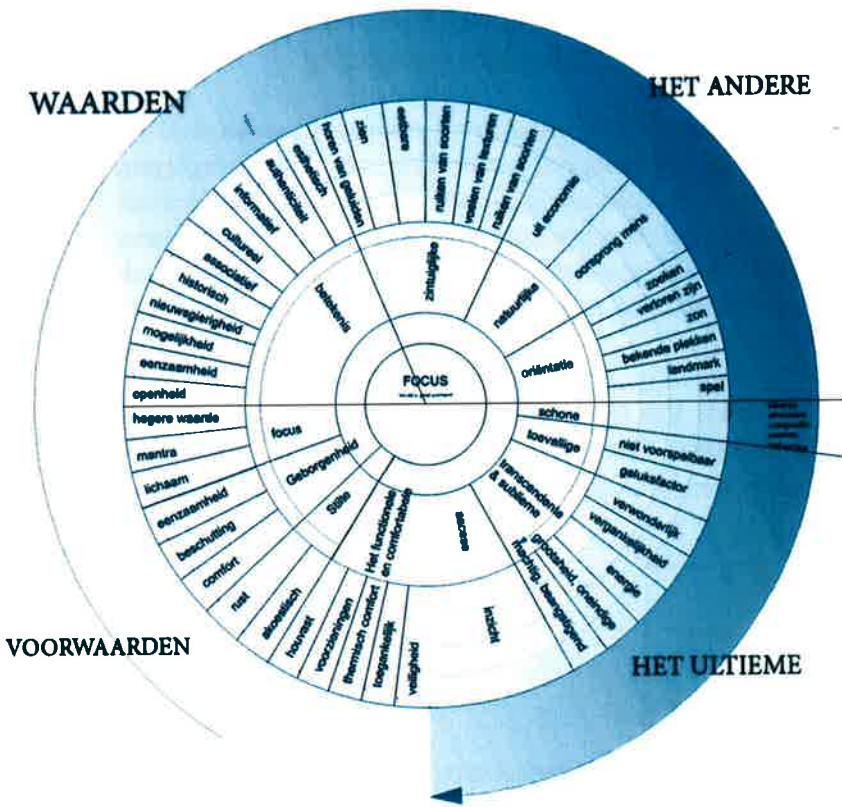
Rol voor ontwerper

Tijdens mijn zoektocht naar het opdelen in categorieën, dacht ik na over de impact die de ontwerper heeft bij het ontwerpen van een contemplatieve wandelroute. In een natuurlijk landschap moet de omgeving niet perse ontworpen worden. De rol voor de ontwerper ligt vooral in het bepalen van de ruimtelijke waarneming.

Dit betekent bijvoorbeeld dat je aangeeft in welke richting een route best loopt om het landschap optimaal te ervaren. Die optimale beleving gaat dan om de esthetische kwaliteit maar ook om bijvoorbeeld een historische waarde. Daarnaast gaat het hier niet enkel om ruimtelijke kenmerken maar ook om veranderlijke componenten zoals weer, tijdstip van het jaar, enz.

Zo doende kan de ontwerper streven naar een waardering of betekenis. Inzichten, besproken in dit werk, kunnen daarbij een hulpmiddel zijn.





Afb. 11, ontwerptool

6.3 Ontwerptool

Het doel was om een model te ontwikkelen die zowel gebruikt kan worden bij zowel het waarderen van de landschappen en de wandelroute als bij het ontwerpen van een route. Een inspiratiebron was de ontwerptool die het ontwerpduo Peymen & Jellema (2017) ontwikkelde voor het onderzoeken van de luwteplek. Zes parameters werden ontwikkelt om een fysieke ruimte te waarderen. De tool bestaat uit een cirkel waar parameters op verschillende assen geplaatst zijn. Elke parameter kan een bepaalde waardering krijgen. Aan de hand van de tekening die in het veld ontstaat, wordt duidelijk hoe waardevol de ruimte is als luwteplek.

In de tool die ik zelf ontwikkel, werk ik met drie concentrische cirkels. Het begrip FOCUS staat centraal omdat contemplatie een vorm van focussen is. Vervolgens is er een opdeling in de verschillende waarden.

De tool kan in twee richtingen toegepast worden. Van buiten naar binnen kan men de contemplatieve waarde van een landschap achterhalen door ruimtelijke kenmerken aan te duiden. In de andere richting kan men een contemplatieve beleving als doelstelling kiezen en de aangewezen parameters toepassen bij het ontwerpen.

Zoals uit het onderzoek naar voor kwam, speelt afwisseling in landschappen een belangrijke rol. De parameter sequentie verwerken in het schema zou het te complex maken. De tool kan daarom systematisch herhaald worden op een bepaald traject, een verschillende tekening wijst dan op een goede afwisseling in ruimte.

Deze waarden worden vervolgens nog eens opgedeeld in de ruimtelijke parameters. Op de buitenste schil kunnen de specifieke ruimtelijke kenmerken nog worden aangevuld.

Uit mijn participatieve onderzoek ging er, in tegenstelling in de filosofische literatuur, veel aandacht uit naar functionele elementen. Wanneer men zich niet comfortabel voelt, door bijvoorbeeld koude of honger is het veel moeilijker om de aandacht bij het andere te houden dat datgene wat ons zo stoort. Daarom ben ik van mening dat een basiscomfort een voorwaarde is voor de contemplatieve route.

7. Conclusie

We kunnen concluderen dat contemplatie niet enkel voor gelovigen is maar voor ieder van ons belangrijk is. Elk van ons contempleert wel eens want contempleren bestaat in vele varianten.

Zoals bij de aanvang van deze scriptie verwacht werd, heeft wandelen een contemplatieve waarde. Wandelen is misschien niet het meest intense contempleren aangezien we tegelijkertijd focussen en afgeleid zijn. We zullen onze volledige aandacht niet schenken aan ons innerlijk maar we zullen eerder focussen op het ritme van de stappen, op de omgeving, op de dingen die we zintuiglijk waarnemen, ...

De ruimtelijke omgeving kan kenmerken hebben die als voorwaarde dienen om tot contemplatie te komen. Stilte en eenzaamheid kunnen hieronder vallen.

Bovendien zijn er elementen waar we sneller een bepaalde betekenis of waarde aan gaan geven.

Inzicht in dergelijke waarderingsen kan een hulpbron zijn bij het ontwerpen van de contemplatieve route.

Persoonlijk denk ik dat mensen momenteel de natuur opzoeken en dat ze nog steeds verwonderd kunnen zijn door de schoonheid van het landschap. Daarnaast denk ik we wel nog in staat zijn om het sublieme te ervaren. Zowel als het gaat over het oude als het nieuwe sublieme. Uit de fotofiches kwam meerdere malen de verwondering voor het berglandschap terug.

DEEL III: MASTERPROJECT



Afb. 11, wandelpad Wonk

8. Ontwerpopgave

Het masterproject bestaat uit een combinatie van een scriptie en een ontwerp. Hierbij vormt de scriptie een theoretische ondersteuning voor het project van de ontwerpstudio. De studio stond dit jaar geheel in het teken van contemplatie. In de ontwerpstudio werd gezocht naar een persoonlijke ontwerpopgave die aansloot bij het onderzoeksthema. Hieruit ontstond het idee voor het ontwerpen van een pelgrimsroute, gecombineerd met een viertal elementen die een pelgrimsroute ondersteunen.



Afb. 12, masterproject



Afb. 13, Tiendeberg

8.1 Context -en programmavisie

Ontwerplocatie & Route

Een aantal inzichten die uit het onderzoek naar voren komen, vinden we terug in het project. De route werd bekomen door het verbinden van karakteristieke plaatsen die een contemplatieve waarde hebben.

De locatie situeert zich in de Jekervallei tussen Tongeren en Maastricht. Het ontwerp van de pelgrimstocht maakt deel uit van een groter geheel. Hiermee bedoel ik dat de start -en eindpunten niet vastliggen. Wat wel vast staat is dat je van een punt A naar punt B wandelt en niet in een lus. Net zoals bij de Camino kunnen mensen van overal instromen en zo bepalen welke afstand ze afleggen. De Jekervallei is een zeer mooie locatie voor een dergelijke ontwerpogave. De vallei is een lineaire groene structuur die Tongeren en Maastricht verbindt. Dit heeft tot gevolg dat de route bijna geheel door natuur kan lopen. Bovendien is er een grote verscheidenheid aan landschapselementen. Dit is zeer positief aangezien uit mijn onderzoek blijkt dat afwisseling in het landschap zeer voornaam is.

Voldoende afwisseling en contrast in het landschap waren een tweede streefdoel. Met een dergelijke locatie is het geen moeilijke opgave om afwisseling te vinden. De holle wegen vormen op zich al een overgang tussen een open veld, een ingesloten weg en terug een open veld. Deze holle wegen maken de beleving interessant. Het voelt veilig om er te wandelen aangezien je tijdelijk verdwijnt in het landschap. De weg helt waardoor je niet weet wat er gaat komen.

Landschapskenmerken

Waterlopen

De Jeker is een rivier die door een groot gedeelte van Haspengouw stroomt richting Maastricht, waar ze uitmondt in de Maas. De rivier heeft zich gedurende duizenden jaren door de vallei gesleten waardoor steile hellingen ontstonden. Ondertussen zijn deze hellingen begroeid en vormt het gebied van de vallei een groene structuur in het landschap. De waterlopen bepalen in grote mate de vorming van het landschap. Via historische kaarten wordt duidelijk dat reeds vroeg dorpen langs de Jeker gevestigd waren en dus een grote invloed hadden op de ruimtelijke structuur. Wegen werden parallel aangelegd langs de Jeker en gezinswoningen volgden. Hierdoor werd toegang tot de Jeker bijna een privilege voor de bewoners van deze woningen en wordt de groene vallei onderbroken door de bebouwing in het landschap.



Afb. 13, Jeker

Cultuurtaluds

De taluds zijn tijdens de afgelopen eeuwen gevormd door zowel natuurlijke processen als door toedoen van de mens. Ze dienden vooral om de akkers te kunnen bewerken en bodemerosie tegen te gaan. Hagen, houtkanten en bomenrijen hoopten partikels op aan de beplanting en zo ontstonden er terrassen.

Cultuurtaluds beïnvloeden de structuur van het landschap en hebben een sterke cultuurhistorische waarde omdat ze de manier van grondbewerking door de boeren zichtbaar maken. Momenteel worden deze houtkanten sterk bedreigd door landbouwers die grote akkers verkiezen omdat deze efficiënter te bewerken zijn. Het verdwijnen van de houtkanten kan rampzalig zijn voor bepaalde vogels en kleine zoogdieren aangezien deze waardevolle biotopen zijn en groene verbindingen vormen tussen beekdalen in het open landschap.



Afb. 14, taluds

Holle wegen

Holle wegen zijn wegen die zijn ingesleten in de bodem door erosie, veroorzaakt door akkerbouw en regen. De omgeving tussen Tongeren en Maastricht beschikt over reliëfverschillen en een vaste leembodem. Deze eigenschappen maakten de vorming van de holle wegen mogelijk. Daarom zijn de holle wegen ook zo typisch voor deze omgeving. Ondanks de toevallige totstandkoming van holle wegen zijn ze zeer waardevol op cultuurhistorisch, landschappelijk, biologisch en ecologisch vlak. De steile bermen zorgen namelijk voor een microklimaat en zijn begroeid met een vegetatie die een specifieke fauna en flora aantrekt. In de Middeleeuwen fungeerden de holle wegen als een soort natuurlijke loopgraven. Daarnaast hebben de holle wegen een sterke ruimtelijke kwaliteit in het landschap. Het bewegen door deze groene tunnels geeft een veilig gevoel. De ruimte die ingesloten ligt tussen de wanden is rustig, biedt schaduw, en mijdt de wind.



Afb. 15, holle weg in Bassenge



Boomgaarden en meidoornhagen

Nog een kenmerkende structuur die door de mens is geplaatst, zijn boomgaarden. De structuur van de rijen bomen zorgt voor een bepaald ritme en een bepaalde orde. Toch hoop je in elke rij iets nieuws te vinden. Het lijken lijnen die je zicht ergens naartoe willen leiden.

Om percelen, akkers en boomgaarden te scheiden, werden hagen geplant. De

meidoornhaag is door zijn dichte structuur en doornen ook geschikt als afrastering voor weiden. De hagen vormen een typisch structurerend element in het landschap. Meestal zijn de hagen boven ooghoogte afgezaagd waardoor het wandelen tussen deze hagen een zeer veilig en geborgen gevoel geeft. In de winter zijn de hagen transparant waardoor er toch een visuele relatie is met de wijdere omgeving.



Snelweg

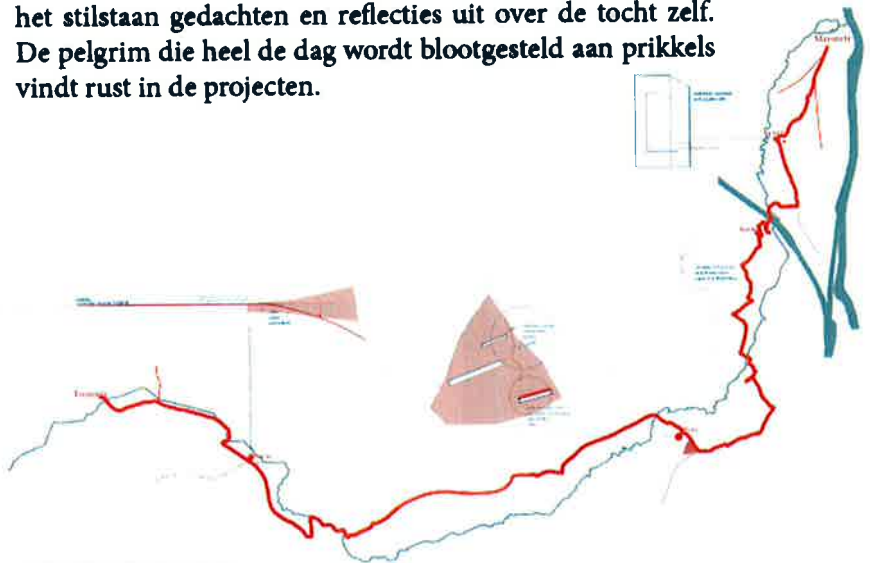
In Boirs loopt de route onder de autoweg A13 door. De autoweg zou in eerste instantie niet meteen gelinkt worden aan een contemplatieve ruimte. Zelf vond ik deze plek echter zeer contemplatief kan zijn op een pelgrimsroute. Het kan de pelgrim herinneren aan de hectiek waar hij even geen deel van uitmaakt. Bovendien vind ik het perspectief tussen de twee lanen imponerend.

8.2 Architectuur & concept

Vanaf het begin besloot ik om een seculiere pelgrimstocht te maken. In een hectische en seculiere samenleving zal het contrast met het dagelijks leven en terugkeer naar de 'essentie' vooral inspirerend zijn. Al wandelend wordt de pelgrim constant blootgesteld aan een wisselend landschap waar hij nieuwe indrukken opdoet. Het ritme van het stappen, de relatie tot natuur, steunen op eigen kracht en de traagheid ervan maken de ervaring van het wandelen zo rijk.

Het landschap tussen Tongeren en Maastricht is heel gevarieerd en heeft unieke landschapselementen. Net omdat dit landschap zo kwaliteitsvol is, vond ik het moeilijk om architecturale ingrepen te maken.

Verschillend van het pad door het landschap, kan architectuur geborgenheid bieden door ruimte te creëren die zowel fysisch comfort biedt als een serene sfeer uitstraalt. Zoals wandelen de gedachtegang stimuleert, lokt het stilstaan gedachten en reflecties uit over de tocht zelf. De pelgrim die heel de dag wordt blootgesteld aan prikkels vindt rust in de projecten.



Afb. 17, pelgrimsroute

Het programma van de projecten voorzien in de basisbehoeften van de pelgrims zoals rust, eten, voorraad inslaan, thermisch comfort en wassen.

Met elk ontwerp tracht ik het gevoel van geborgenheid in het landschap te versterken. De architectuur biedt ruimte waar pelgrims even niet worden blootgesteld aan nieuwe prikkels maar wel waar ze de tijd en ruimte hebben om even stil te staan, om te lezen of te schrijven en om te reflecteren over de tocht zelf.

Zo zijn lineaire elementen ontstaan die deel uitmaken van de route en vanuit de beweging worden beleefd. In elk van de projecten is daarom het onderscheid tussen verblijfsruimte en doorgangruimte belangrijk.

De projecten bevinden zich in de dorpen Nerem, Wonk, Kanne en Maastricht. Er werd veel aandacht besteed aan een gepaste inplanting van de architectuur in zijn omgeving. Hiervoor was de aanwezige structuur van het landschap altijd de voornaamste inspiratiebron. In enkele delen zal het begrip 'oriëntatie' een belangrijke rol spelen. Het element manipuleert de route zo, zodat de pelgrim tot bepaalde visuele waarnemingen wordt geleid. Het gaat hier vaak om terugkijken over de afgelegde weg of juist het zorgen voor perspectieven die later op de weg komen.



Afb. 18, oude spoorlijn Nerem



Afb. 19, oude spoorlijn Nerem

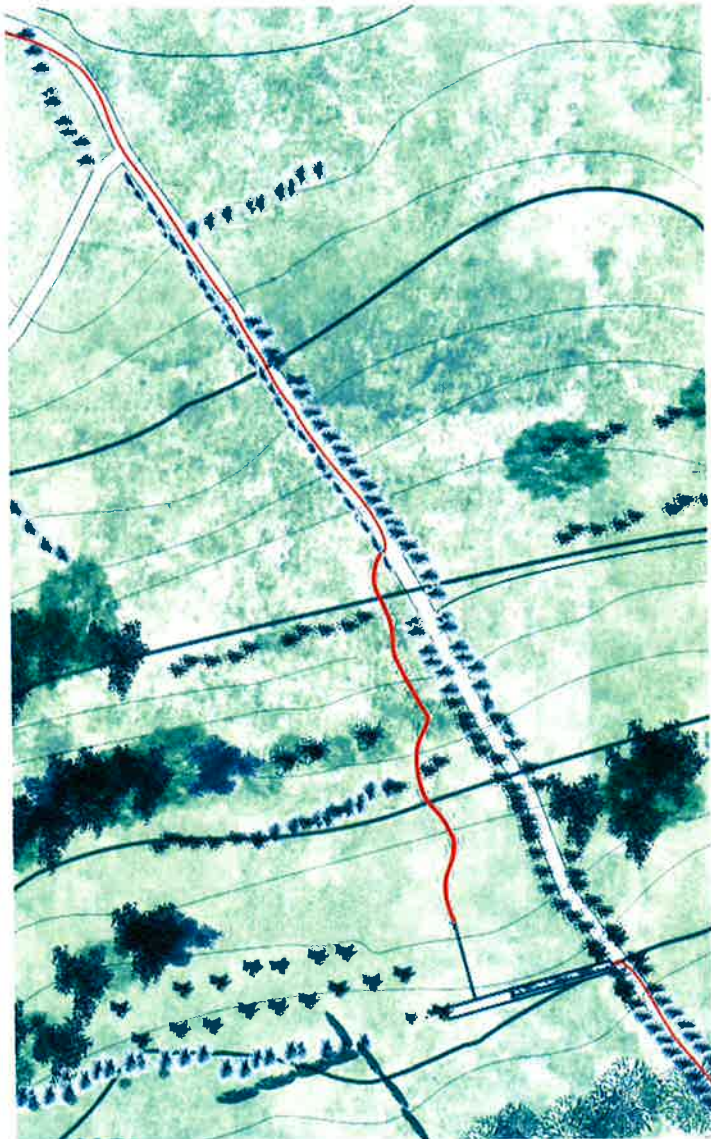
1. Nerem

Dorpen fungeren in een pelgrimsroute als een knooppunt. Mensen kunnen instromen, de pelgrim komt in contact met andere pelgrims of dorpsbewoners, ... Daarnaast is het vooral een mogelijkheid om zijn voorraden bij te vullen. In het dorp Nerem loopt de fietsweg 'Via Jecore' dwars door het centrum. Op de plaats waar vroeger de spoorlijn liep, ligt nu een lange dreef die het centrum kruist en daarna terug richting in het landschap afbuigt. Deze beweging is interessant omdat dit het gevoel van de bewoonde wereld verlaten, nog eens versterkt. Het project is ontworpen als een parallel liggende lijn aan de spoorweg. Er is inspiratie gehaald bij spoorwissels. Op het maaiveld is deze lijn niet zichtbaar maar lijkt eerder een opeenvolging van kleine 'stations'. Het smalle volume is opgebouwd als een kast en in het volume van de wanden bevinden zich functies. Zo is er een toilet, zijn er lockers waar de pelgrims op voorhand dingen naartoe kunnen sturen of dingen kunnen kopen. Daarnaast is er nog een ingesloten ruimte waar de pelgrim zich kan terugtrekken om te genieten van het landschap terwijl hij zijn picknick opeet.

De pelgrim kan pauze houden op de plek waar hij zicht heeft op de weg waar hij vandaan komt, de weide met op de achtergrond de boomgaard en de weg waarlangs hij zijn tocht zal vervolgen.

Oriëntatie – houvast – comfort – afzondering – transparantie

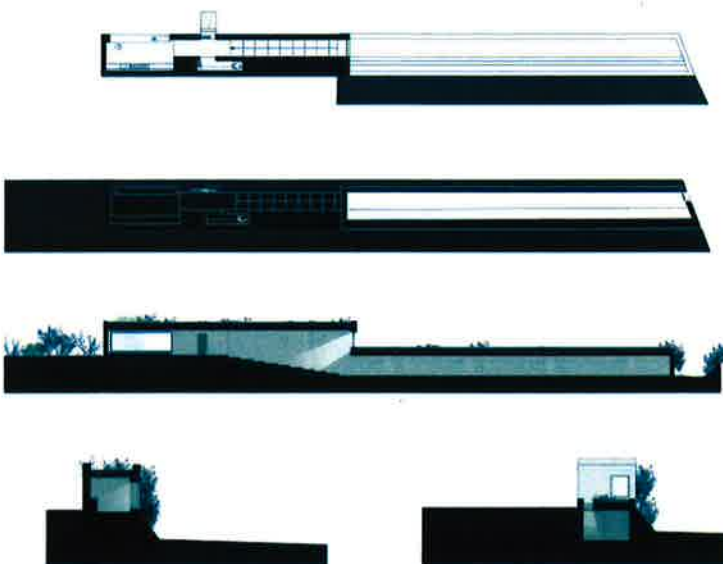




Afb. 20, inplantingsplan masterproject

Nabij de locatie in Wonk is het aangenaam om door die structuur van hagen te wandelen. De pelgrim moet van het pad afwijken om bij het project te komen. Het open veld contrasteert door zijn openheid met de holle weg. In het paviljoen komt de pelgrim in een ruimte die je dwingt om terug te kijken over het veld. Hier kan de pelgrim rusten en ondertussen thee drinken. Er is getracht het volume van het gebouwtje in te werken in het landschap. De taluds gaan in trappen omhoog en op deze plaatsen wordt de grond tegengehouden door houtkanten en in deze hoogte zal het paviljoen verwerkt worden. De route is zo gemaakt dat de pelgrim bij het dalen het niveau van het maaiveld bereikt en ter hoogte van de holle weg terug op de route komt.

Contrast – comfort – overzicht – eenzaamheid – ander perspectief – houvast



Afb. 21, ontwerp Wonk



Afb. 22, Tiendeberg, Riemst



Afb. 23, Tiendeberg, Riemst

3. Riemst

In Riemst gaat er veel aandacht uit naar het uitkijkpunt op de Tiendeberg. Het uitzicht vanaf dit punt is echter lang niet zo bewonderenswaardig als het uitzicht op de heuvel zelf. Naar mijn mening zijn het de vele glooiingen en de ruwheid die de plek zo uniek maken. Bepaalde lijnen waren wat ingesleten in de heuvel. Door deze dieper te maken voelt de pelgrim zich meer geborgen door de massa van de aarde. De organische vormen van bochten en reliëf maakt de beleving veelzijdig. Afgewisseld met hoge grote ruimtes om een gevoel van kleinheid op te wekken.

Op het einde kom je terug omhoog in een trechtervorm. Zichten zijn zo ontworpen dat je op bepaalde plaatsen doorzichten krijgt. Eerst zie je de route die je hebt afgelegd, daarna hoe je verder moet. Je kijkt tussen die kolommen van de brug door waardoor deze een kader vormen voor het zicht op de Duivelsgrot.

Afzondering – oriëntatie – schaal - massa - verrassing



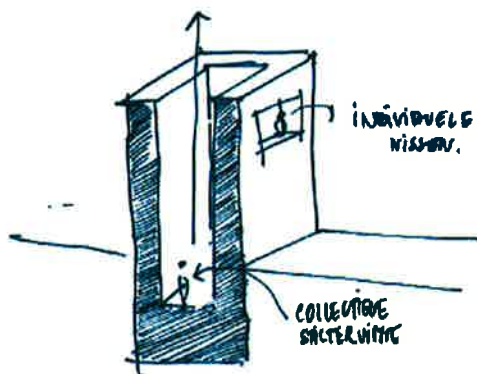
Afb. 24, ENCI Maastricht

4. Maastricht

Zoals eerder vermeld, kan Maastricht zowel de eindbestemming als een tussenstop zijn. We kunnen dus wel aannemen dat er hier pelgrims samenkomen. In dit project kunnen de pelgrims overnachten. Volgens de traditie moeten de pelgrims zich de laatste avond wassen om de dag erna het laatste stuk in groep af te leggen. De overnachting op deze plaats kan dus ook beschouwd worden als het eindritueel van de tocht. Bij het ontwerp in Maastricht is er zowel ruimte voor de groep om samen te zitten als voor het individu om zich af te zonderen. De site leent zich als een ingesloten buitenruimte die vanop een afstand niet te zien is. Volgens het concept van de kamer is dit de plaats waar een groep samenkomt. Er is ook een tweede kamer in het gebouw waar de pelgrims samen kunnen zitten. Deze ruimte is een grote leegte om verstilling te creëren.

Boven zijn er individuele nissen waar de pelgrim alleen kan zijn. Hij bevindt zich op grote hoogte waardoor hij uitzicht heeft op het weidse landschap van de Jekervallei. Hier bevindt de pelgrim zich het verst van de groep. Hierdoor voelt hij zichzelf klein en veilig in het weidse landschap.

Weidsheid – verrassing



Design And Management Of Everyday Nature. Island Press. Geraadpleegd op 1 augustus, 2018, via Google Books.

Kolen, J., & Lemaire, T. (1999). *Landschap in meervoud: Perspectieven op het Nederlandse landschap in de 20ste/21ste eeuw*. Utrecht: Uitgeverij Jan van Arkel.

Krinke, R. (2005). *Contemporary Landscapes of Contemplation*. New York: Routledge.

Jalics, F. (2010). *De contemplatieve weg*. Gent: Carmelitana.

Kant, I. (1960). *Observations on the Feeling of the Beautiful and Sublime*. Berkely & Los Angeles: University of California.

Lemaire, T. (1997). *Wandelenderwijs: sporen in het landschap*. Amsterdam: Ambo.

Lemaire, T. (2002). *Met open zinnen: Natuur, landschap, aarde*. Amsterdam: Ambo.

Lemaire, T. (2011). *Filosofie van het landschap: Cultuurfilosofische beschouwingen over de verhouding van de mens tot zij omgeving*. Amsterdam: Ambo.

Lemaire, T. (2017). Tussen rust en rusteloosheid. *Oikos*, 82(2), 13-18. Geraadpleegd op 28 december, 2017, via <https://www.oikos.be>.

Merton, T. (1962). 2003. *New Seeds of Contemplation*. Boston: Shambala Library. p.1

Nohl, W. (2001). Our Visual Landscape: analysis, modeling, visualization and protection. 54(1-4). doi:10.1016/S0169-2046(01)00138-4

Parks, T. (z.d.) Innerlijke vrede. Geraadpleegd op 20 oktober, 2017, via www.waerbeke.be.

Peymen, G., & Jellema, P. (2017). *De Luwteplek: Een ruimtelijk*

onderzoek naar stilte, rust en verstillig in de stad. Leuven: Peymenjellema.

Pot, M. (2008). *De grote stilte.* (4de druk, paperback). Utrecht: Uitgeverij Ten Have.

Pot, M. (2017). *Doorkruist land: De contemplatieve weg.* Rhenen: Uitgeverij Lente.

Reader TLA [Cursus]. Hasselt: Provinciale Hogeschool Limburg, departement Architectuur.

Richard, M. (2017) Nu ik om stilte vraag: het belang van stilte. deMens.nu Magazine. Geraadpleegd op 25 juli, 2018, via <https://demens.nu>

Rogge, E., Nevens F., en Gulinck, H., (2004). *Perceptie en beleving van landbouwlanschappen in Vlaanderen: literatuurstudie en theoretisch kader.* Steunpunt Duurzame Landbouw. 44(10) via <https://www.yumpu.com>

Rousseau, J. (vert. 1994) 2006. *Overpeinzingen van een eenzame wandelaar.* (2de druk). Amsterdam, Antwerpen: Uitgeverij L.J. Veen.

Sijs, N. (2010), Eymologiebank, op <http://etymologiebank.nl/>
Solnit, R. (1970). 2014. *Wanderlust: A History of Walking.* London: Granta Publications.

Steiner, R. (2017). *Waarnemen en denken.* (T. Besterveld & A. van der Meij, vert.). Amsterdam: Uitgeverij Pentagon. (oorspronkelijk werk gepubliceerd in 1886).

Teerds, H. & van der Zwart, J. (2012). *Levend Landschap: manifest voor stad en land.* Amsterdam: Sun Uitgeverij.

Tesson, S. (2015). *Zes maanden in de Siberische wouden: febru-*

ari-juli 2010. Utrecht: Uitgeverij De arbeiderspers. Geraadpleegd op 3 augustus, 2018, via Google Books.

Thurman, R. (1994). *Meditation and Education: Buddhist India, Tibet and Modern America*. Geraadpleegd op 17 augustus, 2018, via Google Books.

Van der Meer, A. (1989). *Op zoek naar loutering: oorsprong en ontwikkeling van de enkratitische ascese tot in het begin van de dertiende eeuw n.Chr. In search of purification*. Hilversum: Uitgeverij Verloren. p.136. Geraadpleegd op 17 juli, 2018, via Google Books.

Van Dyck, H. (2017, 30 september). Verrijk onze mensenkooi. *De Standaard*.

Van den Berg, M., & Huijser, W. (2016). *Levenspaden: Over wandelen en onderweg zijn*. Utrecht: Uitgeverij Ten Have.

Van Veen, P. & van der Sijs, N. (1997), Etymologisch woordenboek, 2e druk, Van Dale. Via <http://etymologiebank.nl/>

Vroom, M. (1994). *Over gemaakte en authentieke landschappen*. Wageningen

Weijts, C. (2012). *Euforie*. Geraadpleegd op 1 augustus, 2018, via Google Books.

Lijst van afbeeldingen

Afb. omslag:	Jehoul, S., eigen foto
Afb. 1	www.pinterest.be
Afb. 2	www.pinterest.be
Afb. 3	www.pinterest.be
Afb. 4	www.pinterest.be
Afb. 5	Jehoul, S., eigen foto
Afb. 6	www.pinterest.be
Afb. 7	Jehoul, S., eigen afbeelding
Afb. 8	www.commons.wikipedia.org
Afb. 9	Jehoul, S., eigen afbeelding
Afb. 10	Jehoul, S., eigen afbeelding
Afb. 11-24	Jehoul, S., eigen afbeelding

