

Paul Verhaeghe

Verhalen in beweging. Waarom wij wandelen.

In 2000 brachten we de zomer door in de Dordogne, in de buurt van de grotten van Lascaux. Onze verre voorouders fascineren mij, ik hou van de artefacten die ze nagelaten hebben (vanaf mijn computerscherm kijkt de Dame de Brassempouy mij dagelijks aan, met haar 25.000 jaar oude gezichtje van vier bij twee centimeter). Lascaux was gesloten voor het publiek, maar twee uur rijden bracht ons bij de grot van Pech Merle die we wel konden bezoeken. Diep onder de grond zagen we afbeeldingen van bizons, mammoeten, paarden, handen, telkens van een magisch realisme. Wat mij het meest verraste, was bijna banaal: twaalf voetstappen in wat ooit modder was. Ze zijn meer dan 20.000 jaar geleden gemaakt door een adolescent, zo vertelde de gids. De afdrucken ontroerden mij tot in het diepste van mijn wezen. Hier wandelde ooit een jonge voorouder.

Vele jaren later kwamen de voetstappen tot mijn grote verrassing weer op mijn pad. Ik las over wetenschappers die in 2013 drie spoorzoekers uit Namibië mee de grot in namen; het waren 'trackers' van de Ju/'hoansi-San, een stam van jager-verzamelaars en dus zelf geofende stappers. Zij ontdekten nog meer voetsporen en vertelden de wetenschappers dat er niet één maar vijf verschillende wandelaars geweest zijn, de jongste ongeveer tien, de oudste rond de vijftig jaar oud. Hun conclusies werden later door wetenschappelijk onderzoek bevestigd.

Met een interval van twintig millennia greep op deze plek een ontmoeting plaats tussen twee groepjes jager-verzamelaars, ik werd er blij van. Ik vertelde erover aan een vriend, een evolutionair bioloog met grondige kennis van het vroege neolithicum. Hij schetste mij een beeld van een bevolking die voortdurend in beweging was, in groep, niet alleen om te jagen en te verzamelen, maar ook om handel te drijven. In het zuiden/westen van Europa vinden we spullen die wel uit het noorden/oosten moeten zijn binnengebracht, en omgekeerd. Wandelend werd er ongetwijfeld heel wat afgepraat, over wat onze voorouders zagen (hun kennis van de sterrenhemel was fenomenaal), over wie ze zagen (roddelen is een geliefkoosd tijdverdrijf, mét een evolutionaire functie: uitsluiting van potentieel onbetrouwbare lieden), over wat ze gingen doen.

Dit is een correctie op het beeld van de oermens dat tijdens de Verlichting ontstond: *hij* (de Verlichtingsoermens is een man) trok vrij en blij rond in een ongerepte omgeving en leefde van wat hij vond. Het culturele vervolg werd het beeld van de wandelende natuurfilosoof ten tijde van de Klassieken. De Stoa ontleent haar naam aan de *stoa poikilè*

(een beschilderde galerij) waar Zeno zijn denkbeelden uiteenzette, net zoals het peripatetisch onderwijs van Aristoteles zijn naam dankt aan de *peripatos* (promenade) waar hij wandelend zijn discipelen onderwezen zou hebben. Jean-Jacques Rousseau werd in de achttiende eeuw de hogepriester van een nieuwe cultus die geleidelijk aan het Westen veroverde, met een aanbedding van een verondersteld ingoede natuur en een demonisering van alles wat industrie is: platteland tegenover stad, rondkuierende hobbits tegenover marcherende orks. Wil je nadenken, ga stappen, bij voorkeur alleen, in de ongerepte natuur, met als iconisch beeld uit de Duitse romantiek de *Wanderer über dem Nebelmeer*, met dank aan Caspar David Friedrich. Een man heeft net de top van een berg bereikt, hij staart voor zich uit naar in nevel gehulde toppen, licht leunend op zijn wandelstok. We zien hem op de rug, wat de diepzinnigheid nog verhoogt.

Het zijn maar verhalen

Het romantische beeld heerst tot vandaag de dag, vooral bij hoger opgeleiden. Het verhaal over de rondwandelende nobele wilde, de ‘natuurmens’ klopt echter voor geen meter. De filosofie van Rousseau vertelt meer over hemzelf dan over het wezen van de mens, en de Romantiek is, ja, vooral romantisch. Afgaand op de reacties van Namibische jager-verzamelaars stapten onze verre voorouders uit noodzaak en hielden ze helemaal niet van de natuur – die was ronduit gevaarlijk, net zoals we tegenwoordig van een ‘stadsjungle’ spreken waar ‘predatoren’ rondzwerven. Ook blijft een open vraag of de Klassieken rondwandelend onderwijs gaven. En denken kan je overal, op voorwaarde dat je niet gestoord wordt (probeer maar eens na te denken in de volle natuur met op de achtergrond een vijver vol kwakende kikkers).

Het romantische beeld is een vervalsing, zowel een zeer succesvolle als een noodzakelijke. Minder veroordelend uitgedrukt: het beeld berust op verhalen die we hard nodig hebben. Zonder verhaal kunnen wij de realiteit niet aan. Geen enkel verhaal valt samen met de realiteit, sommige komen dicht in de buurt, andere zijn er mijlenver van verwijderd en het onderscheid tussen de twee is niet altijd makkelijk te maken. Dit is des te meer het geval omdat onze ‘realiteit’ vaak het product is van succesvolle verhalen die hun eigen werkelijkheid gerealiseerd hebben.

Het romantische verhaal is desondanks zeer succesvol: er wordt meer dan ooit gewandeld. Het succes is het berekende effect van de nieuwe verhalenschrijvers, de anonieme copywriters van de publiciteitswereld. Rondom stappen is een hele industrie ontstaan, van stappentellers, langs de onmisbare stokken voor het op mijn lachspieren werkende ‘Nordic

Walking' tot survivaltochten die als managementtraining verkocht worden, dat alles natuurlijk in de laatste outfit (je ooit zo hippe *Safari Explorer* mouwloze vestje met veel te veel zakken kan écht niet meer).

We hebben wandelen voorzien van nieuwe motieven en daarmee het verhaal behoorlijk uitgebreid. De originele bedoeling – zichzelf verplaatsen van punt A naar punt B omdat men op punt B moet zijn – is naar de achtergrond verdreven. We hebben immers een hele rits vervoersmiddelen die de klus steeds sneller klaren. Tegenwoordig wandelen we om tot rust te komen, ter bevordering van onze mentale en fysieke gezondheid, omdat we een prestatie willen neerzetten, omdat we geld willen inzamelen voor een goed doel. Wandelen gebeurt bij voorkeur in de natuur, of minstens in een nieuw te verkennen stad – het idee dat je naar je werkplek kunt wandelen in plaats van de metro te gebruiken, dat je in je kantoorgebouw vier verdiepingen trappen kunt lopen en niet de lift nemen, komt bij veel mensen niet op; soms zijn dat dezelfde mensen die na werktijd in de sportschool fanatiek gebruik maken van een loopband en een 'stairmaster'. Wandelen is in, zitten wordt veroordeeld als het nieuwe roken en zelfs hedendaagse stoornissen gehoorzamen aan het imperatief om te bewegen, van 'restless legs' tot ADHD.

We wandelen in een verhaal dat recente voorgangers collectief geschreven hebben en waar we zelf een vervolg aan breien. Niet alleen onze houding en gedrag worden daardoor bepaald, de invloed gaat veel verder. Het narratief heeft het landschap waarin we stappen letterlijk vorm gegeven – landbouw zorgde voor open ruimtes afgegrensd door gemengde hagen, de Angelsaksische tuinarchitectuur werkt met blikvangers, natuurbeheer dwingt bossen in een keurslijf – met als resultaat dat we ons verhaal terugvinden in de realiteit en aldus onze ideeën bevestigd zien. Als volleerde goochelaars toveren we het konijn uit de hoed, waarbij we vergeten dat we het beest er op voorhand zelf in gestopt hebben.

In *Landscape and memory* vertelt Simon Schama een overtuigend en stevig onderbouwd verhaal over de kracht van deze vormgevende verhalen. Wij, de moderneren, hebben de natuur niet 'onttoverd', we hebben haar ten volle betoverd door haar steeds meer cultureel bepaalde betekenissen op te leggen die we vervolgens rondwandeland 'ontdekken', of waarvan we 'het verlies' betreuren als een teloorgang van het verondersteld authentieke. Natuurbehoud betekent vooral dat we onze verhalen willen behouden en de natuur met strenge hand corrigeren waar zij buiten het verhaal stapt. De purperen hei mag vooral niet in bos veranderen en 'exoten' (Amerikaanse vogelkers!) weren we even hardnekkig als bootvluchtelingen (spoiler: geen van beide groepen zullen we op termijn kunnen tegenhouden).

Het startsein voor het rondwandelen ontdekkend werd in 1350 gegeven door de Italiaanse dichter Francesco Petrarca met een brief waarin hij poëtisch beschreef hoe hij de Mont Ventoux beklom, enkel en alleen omwille van de ervaring en het uitzicht – 650 jaar later deed ik deze wandeling over met mijn toen twaalfjarige zoon, en ja, dat was dankzij die brief. Petrarca ligt aan de oorsprong van een aantal ideeën die de toon zouden zetten in de eeuwen na hem: wandelen gebeurt in de natuur en combineert uitdaging, zelfontdekking en esthetisch genot. De Mont Ventoux hebben we inmiddels vervangen door bestemmingen als Nepal en Mongolië, waar we ‘onszelf’ vinden bij een kopje thee met yakboter, nadat we ons lijf tot het uiterste gedreven hebben. Ongeweten volgen we een script en ervaren we de verwachte emoties (verrassing, verrukking, angst, opluchting...) die ons geruststellen. Het verhaal klopt.

Zonder verhalen kunnen we niet

Op zeldzame momenten werkt het verhaal niet, en botsen we op iets wat voorbij het narratief ligt. Albert Camus vatte dat moment kort en krachtig samen in zijn essay over Sisyphus: ‘De wereld ontsnapt ons omdat hij zichzelf wordt.’ Hij schrijft: ‘Die heuvels, de zachtheid van de hemel, die vormen van de bomen, zie hoe ze op slag de illusoire zin verliezen waarmee wij ze hebben bekleed.’ Op dat ogenblik is de kans groot dat angst toeslaat. Op het eigenste moment dat we haar verliezen, ontdekken we de beschermende functie van het verhaal.

John Steinbeck ervoer het toen hij op zijn zestigste het Amerika van zijn jeugd wilde terugvinden door het land te doorkruisen met een voorloper van wat tegenwoordig een mobilhome heet. Veel van wat hij zag, stoorde hem – het paste niet in het verhaal waar hij mee was opgegroeid. Botsende verhalen zijn nog het minste kwaad, géén verhaal overhouden is veel erger. Op weg naar het noorden van Maine moest Steinbeck tijdens stormweer noodgedwongen overnachten in een bos op een berghelling. Plots leken de bomen uit de dreigende duisternis op hem af te komen. Hij probeerde zichzelf gerust te stellen. Vroeger waren de primitieve bewoners ervan overtuigd dat de natuur vol gevaarlijke wezens zat, nu weet ik beter, waarom zou ik bang moeten zijn? Maar, zo bedacht hij, toen zou ik namen gehad hebben voor die ondingen, zou ik gezwaaid hebben met beschermende amuletten en bezweringen gepreveld hebben tegen de monsters. ‘*Knowing they were not there made me defenseless against them and perhaps more afraid.*’ De angst slaat toe, zonder verhaal zijn we bang. Voorbij onze betovering is de natuur wezenlijk vreemd en bedreigend, zelfs zonder de bedoeling te bedreigen en net daardoor des te onmenselijker.

Dergelijke confrontaties doen denken aan de ervaring van depersonalisatie, gedurende welke iemand zichzelf korte tijd niet herkent en het beeld in de spiegel dat van een vreemde

is. Het resultaat is hevige angst, in confrontatie met het onbekende wezen dat we zijn. Een vriendin van mij die om de zoveel tijd door depersonalisatie overvallen wordt, heeft een handzame oplossing gevonden: als de paniek toeslaat, begint ze rond te wandelen en benoemt ze luidop de dingen die ze ziet. Tafel, stoel, bureaulamp, kast, deur. Of: boom, auto, huis, straatlantaarn, hond. Ongemerkt glijdt ze op die manier terug het verhaal in waar ze deel van uitmaakt, waardoor de vanzelfsprekendheid van de wereld – een zeer betekenisvolle uitdrukking, *van zelf sprekend* – terugkeert. Volgens haar is het wandelen even essentieel als het benoemen, want stilzittend werkt het niet, net zoals zwijgend rondstappen geen soelaas biedt.

Onze verhalen bieden stevige verankeringen in de werkelijkheid waar we deel van zijn, omdat verhalen de realiteit kenbaar maken door er woorden op te kleven. Het succes van een narratief hangt af van de bescherming die het biedt én van de mate waarin het aansluit bij de nooit volledig vatbare realiteit achter onze door verhalen ingekleurde werkelijkheid.

De allerbelangrijkste en meest bevreedende realiteit, dat zijn wijzelf en dan vooral ons lichaam, vandaar dat het zo centraal staat in alle grote narratieven, zowel religieuze als wetenschappelijke. In het religieuze narratief is het lichaam slecht en ondergeschikt aan de ziel; wandelen is een straf, met als archetype de wandelende jood en als oplossing processies en pelgrimstochten. Op de achtergrond verschijnt de rondlolende vagebond. In het wetenschappelijke én het commerciële narratief staat het lichaam centraal als een te koesteren en vooral, een te verbeteren object, met wandelen als *via regia* naar geluk en gezondheid. De hiker is het nieuwe archetype, op de achtergrond strompelt het obese precariaat.

Ons lichaam is, denk ik, nog nooit in de geschiedenis zo sterk het product geweest van het ons omringende verhaal. Ons wordt voortdurend voorgehouden hoe we eruit moeten zien, hoe we moeten genieten, wat we moeten doen om dat te bereiken en te behouden. Wandelen maakt deel uit van het hedendaagse imperatief – tienduizend stappen per dag is de norm, wandelen is de nieuwe vorm van meditatie, wandelen houdt ons productief, wandelen houdt ons jong, wandelen is de perfecte manier om de coronalockdown draaglijk te houden. Wandelen is een must. Het verhaal werkt: in het welvarende deel van onze wereld ziet de gemiddelde mens er steeds beter, mooier en gezonder uit.

De grond van het wandelverhaal

Aldus beschreven lijkt wandelen te berusten op een verhaal, waarin de oorspronkelijke romantiek nog doorschemert maar de biopolitieke inslag ('Gij zult gezond zijn') in feite doorslaggevend is geworden. Berust 'Wanderlust' dan alleen maar op een ons aangepaste

illusie? Nee, want onder het verbeelde lichaam schuilt het lijf. Wandelen mag dan door verhalen aangestuurd worden, het is de facto een lijfelijke ervaring die ons met beide voeten op de grond plaatst, en bijgevolg letterlijk voor een aarding zorgt. Het wandelverhaal is succesvol omdat wandelen in ons zit, dat is mijn overtuiging. De rol van cultuur blijft beperkt tot het bevestigen en uitbreiden of tegenwerken en afzwakken ervan, maar kan het wandelen nooit uitgommen. Juist omdat we wezenlijk wandelaars zijn, heeft elke cultuur verhalen waarin de uithuizige centraal staat, als hij naar huis probeert terug te keren (Odysseus naar Ithaka), maar vaker op zoek naar het onbereikbare (Arthur naar de heilige graal, Jason naar het gulden vlies, Frodo naar de Doemberg, allen naar zichzelf).

Jongvolwassenen zijn nestvlinders die in groepen rondtrekken om de wereld te verkennen, moderne jager-verzamelaars als verre echo van onze evolutionaire kindertijd toen we nog niet vastgekleusterd waren aan nederzettingen. Jaren later zullen een aantal onder hen bijdragen tot beleidsbeslissingen die vaak voorbereid zijn in... de wandelgangen. Jaren eerder was elk van hen een kind dat zoals elk kind de veiligheid van het huis verliet en zijn eerste stappen in de buitenwereld zette.

Ik herinner mij levendig hoe ik als elfjarige door ondertussen verdwenen drassige weilanden stapte, hoe ik een bloeiende plant ontdekte waarvan ik de naam pas veel later leerde kennen (dotterbloem), hoe ik mij over de waterkant boog en onder mijn weerspiegeling een andere wereld tevoorschijn zag komen, waarvoor ik zelf namen verzon omdat ik de kennis erover nog moest opdoen. Pas onlangs werd ik mij bewust van het tijdens het wandelen deugddoende ontbrekende bewustzijn. Wandelend word ik één met mijn lijf, het beslissingscentrum verschuift van mijn hoofd naar mijn benen in combinatie met de grond waarop ik stap, ongeweten door mijn ik werkt mijn lijf mee aan het olifantenpad. Als vanzelf verschijnt er een ritme waarover mijn lijf beslist.

Wandelen is thuiskomen in jezelf. De verhalen volgen later wel.

Bronnen

Mijn wandelpartners tijdens deze excursie waren Ton Lemaire (*Met lichte tred. De wereld van de wandelaar*, 2019), Rebecca Solnit (*Wanderlust. Een filosofische geschiedenis van wandelen*, 2019) en Annie Dillard (*De overvloed – essays*, 2020).

Het onderzoek naar de grotten van Pech Merle komt aan bod in een reportage van de BBC: www.bbc.com/earth/story/20160414-we-have-found-a-new-way-to-read-prehistoric-footprints, en dit is de wetenschappelijke studie: www.tracking-in-caves.org/wp-

content/uploads/2020/06/Pastors-Lenssen-Erz-et-al.-2016-Experience-based-reading-of-Pleistocene.pdf

De anekdote van John Steinbeck staat in *Travels with Charley. In search of America* (1962). Het boek van Simon Schama is ook in het Nederlands verkrijgbaar, met als titel *Landschap en herinnering* (1995). De bespiegelingen van Camus vind je in *De mythe van Sisyphus. Een essay over het absurde* (1962).