BODY EXPRESSIVE VISUALS · LEUVEN (AND BELGIUM)



ALTA PETE *(seek higher things)*

Unholy Act *and* Alpha Act

About Body Expressive Visuals

An inclusive art lab where people of all professions and ages, with or without a dance background, come together to create a shared experience. We don't simply perform for an audience; we use the creative process to explore, express and transform our own emotions, turning personal experiences into collective artistic expression. Everyone is welcome.

Sunday 8 November

Antwerp Central Station · Great Hall

FREE ENTRY

Donate to support us and receive a free online class of your choice as our thank-you!
Choose Pilates, mobility or dancing. Scan the QR code with your phone camera to donate and read the full story behind the show.

www.bodyexpressive.com
Give us feedback or join us:
contact@bodyexpressive.com

We would love you to tag us
@bodyexpressiveleuven
@bodyexpressivevisuals

UNHOLY

VOOR WIE GRAAG DIEPER NADENKT

De reis van onschuld naar vrijheid, en terug naar onszelf.

HET IDEE ACHTER DE VOORSTELLING

UNHOLY is ontstaan vanuit persoonlijke levenservaringen, een aandachtige observatie van de manier waarop onze samenleving functioneert en talrijke diepgaande gesprekken met mensen van verschillende genders, etnische achtergronden, culturele contexten, generaties en uit alle hoeken van de wereld, verspreid over alle continenten. Die gesprekken hebben iets tegelijk fascinerends en verontrustends blootgelegd: wanneer mensen zich veilig genoeg voelen om open en emotioneel te spreken, beschrijven velen verrassend gelijkaardige gevoelens van isolement, onbegrip, afwijzing en de noodzaak om te verdedigen wie ze zijn.

Ongeacht de omgeving waarin we opgroeien, maken velen van ons momenten mee waarop we het gevoel hebben dat er geen ruimte is om volledig onszelf te zijn. We voelen dat onze identiteit, waarden, keuzes of manier van leven in

vraag worden gesteld. We kunnen de handelingen van anderen interpreteren als bewuste boodschappen tegen ons, soms terecht, maar soms ook omdat we de wereld bekijken vanuit onze eigen kwetsbaarheid.

We zien dit mechanisme overal: binnen families, relaties, op de werkvloer, in gemeenschappen en steeds vaker ook in het publieke debat. Mensen vechten om hun identiteit, overtuigingen en het recht om te leven volgens hun eigen inzichten te beschermen. Toch kan het loutere bestaan van de identiteit of vrijheid van iemand anders soms als een bedreiging voor die van ons worden ervaren.

Neem bijvoorbeeld de maatschappelijke discussies rond genderidentiteit. Voor sommige transgender personen is de mogelijkheid om openlijk te bestaan en erkend te worden een fundamentele kwestie van waardigheid en persoonlijke vrijheid. Toch kan dit door anderen worden geïnterpreteerd als een uitdaging voor traditionele opvattingen over gender en samenleving, alsof twee verschillende manieren van leven niet naast elkaar zouden kunnen bestaan. Het omgekeerde kan zich eveneens voordoen: mensen met meer traditionele opvattingen kunnen het gevoel hebben dat hun eigen identiteit of waarden worden afgewezen of uit het publieke leven worden verdrongen.

Maar dit is slechts één voorbeeld van een veel breder mechanisme. Het beperkt zich niet tot politieke of ideologische debatten. Het kan ontstaan rond vrijwel elke

vorm van tegenstelling, zowel op maatschappelijk als op persoonlijk niveau: levensstijl, uiterlijk, gedrag, culturele waarden, identiteit of simpelweg de manier waarop iemand ervoor kiest om te leven. Wat de ene persoon ervaart als een uiting van vrijheid, kan door een ander worden opgevat als een uitdaging voor diens eigen waarden of levenswijze. Soms weerspiegelt die perceptie een reëel conflict; op andere momenten toont ze hoe gemakkelijk verschil wordt verward met tegenstand, alsof twee verschillende manieren van leven niet naast elkaar zouden kunnen bestaan.

Deze spanningen zijn niet noodzakelijk symmetrisch, en het zou misleidend zijn om te suggereren dat dit wel zo is. De mogelijkheid om vrij te leven, invloed uit te oefenen en volwaardig aan de samenleving deel te nemen, is niet gelijk verdeeld. Historische, politieke en economische systemen hebben bepaalde groepen structureel bevoordeeld en andere benadeeld. Ongelijkheden op basis van afkomst, gender, klasse, seksualiteit en andere kenmerken zijn reëel, structureel en diep verankerd. Sommige mensen en instellingen profiteren van deze verhoudingen, en sommigen maken bewust misbruik van de nadelige positie van anderen. Erkennen dat we een gedeelde menselijkheid hebben, mag nooit een excuus worden om die realiteit te negeren of de verantwoordelijkheid voor onrecht af te zwakken.

Maar naast deze structurele ongelijkheden bestaat er nog een andere laag van menselijke ervaringen die het onderzoeken waard is.

Niet elk conflict komt voort uit een bewuste intentie om te domineren of iemand schade toe te brengen. Soms vinden we onder vijandigheid, veroordeling en agressie vooral angst, onzekerheid, onbegrip en een diep gevoel van isolement. Mensen die niet bewust uit zijn op het uitbuiten of schaden van anderen, kunnen toch defensief, intolerant of kwetsend worden wanneer ze het gevoel hebben dat hun eigen bestaan wordt bedreigd. Ze kunnen vechten tegen een ingebeelde vijand en verschil interpreteren als afwijzing en onenigheid als een persoonlijke aanval.

Dat rechtvaardigt schadelijk gedrag niet. Het nodigt ons wel uit om beter te kijken naar wat erachter schuilgaat.

Het internet maakt dit bijzonder zichtbaar. We ontmoeten mensen via fragmenten: een foto, een uitspraak, een politieke overtuiging, een gebaar, een levensstijl of enkele seconden van iemands gedrag. We vormen snel een mening over wie ze zijn en waarom ze zich op een bepaalde manier gedragen. We besluiten wat voor persoon iemand moet zijn, vaak zonder ook maar iets over diens leven te weten.

Maar achter wat we zien, schuilt bijna altijd een verhaal. Er kan verdriet zijn, ziekte, een moeilijke familiale geschiedenis, een traumatische jeugd, afwijzing, angst of ervaringen die we van buitenaf nooit zouden kunnen

vermoeden. We weten niet wat iemand met zich meedraagt, wat diens kijk op de wereld heeft gevormd of welke strijd die persoon al heeft moeten voeren.

Dit begrijpen betekent niet dat we alles moeten aanvaarden. Het betekent niet dat we wreedheid, agressie of discriminatie moeten vergoelijken. Het betekent dat we erkennen dat onze interpretatie van een ander zelden het volledige verhaal vertelt.

DE VRAAG VAN HET PLURALISME

In essentie stelt UNHOLY een vraag over de mogelijkheid om naast elkaar te bestaan.

Kan een samenleving diversiteit werkelijk omarmen? Kunnen mensen met verschillende identiteiten, overtuigingen, waarden en manieren van leven dezelfde ruimte delen zonder elkaar voortdurend als een bedreiging te beschouwen? Kunnen we anderen keuzes laten maken die we zelf nooit zouden maken, zonder het gevoel te hebben dat hun keuzes op de een of andere manier iets van onze eigen vrijheid afnemen?

We hoeven niet alles leuk te vinden. We hoeven het niet met iedereen eens te zijn. We hebben recht op onze voorkeuren, grenzen en overtuigingen. Maar we zouden in staat moeten zijn om onderscheid te maken tussen wat wij persoonlijk

verkiezen en wat we als universeel aanvaardbaar beschouwen, tussen wat we niet begrijpen en wat daadwerkelijk schadelijk is.

Onze persoonlijke voorkeuren zijn niet automatisch morele maatstaven. Wat ons vreemd voorkomt, is niet noodzakelijk verkeerd. Wat we zelf nooit zouden kiezen, hoeft niet iets te zijn wat we bij anderen afwijzen.

De voorstelling nodigt het publiek uit om de eigen oordelen onder de loep te nemen. Waarom maakt een bepaalde beweging ons ongemakkelijk? Waarom ervaren we de ene uiting van sensualiteit als bevrijdend en de andere als storend? Waarom inspireert het zelfvertrouwen van de ene persoon ons, terwijl het zelfvertrouwen van iemand anders ons irriteert? Wat maakt ons angstig, aangetrokken, afgestoten of defensief?

En misschien nog belangrijker: waar komen die reacties vandaan?

We zijn allemaal gevormd door de omgeving waarin we zijn opgegroeid, de waarden die we hebben meegekregen, de ervaringen die we hebben doorstaan en de verhalen waarin we hebben leren geloven. Soms verwarren we die aangeleerde perspectieven met objectieve waarheden.

UNHOLY speelt bewust met deze spanning. De voorstelling provoceert, confronteert en maakt het publiek soms ongemakkelijk, niet louter om te choqueren, maar om ruimte te creëren voor zelfreflectie.

VERLANGEN, MACHT EN WAT WE VERBERGEN

Een andere belangrijke dimensie van de voorstelling is verlangen.

Menselijk verlangen is een van de sterkste drijfveren achter onze beslissingen, relaties en ons gedrag. En het is veel breder dan seksuele aantrekkingskracht. We verlangen naar verbinding, erkenning, vrijheid, controle, veiligheid, invloed en macht. We willen begeerd worden, gezien worden, ergens bij horen, winnen en soms gewoon iets bezitten wat iemand anders heeft.

Sensualiteit vormt een belangrijk onderdeel van dit geheel. Ze komt tot uiting in onze relatie met ons lichaam, aantrekkingskracht, intimiteit, genot en de manieren waarop we verbinding maken met anderen. Ze heeft doorheen de geschiedenis menselijke relaties, culturele verwachtingen, maatschappelijke structuren en persoonlijke beslissingen beïnvloed. Ze kan tederheid, intimiteit, moed en verbondenheid inspireren. Maar ze kan ook verstrengeld raken met manipulatie, obsessie, competitie en destructieve keuzes.

We presenteren onszelf graag als rationele wezens die hun beslissingen op principes baseren. Toch is verlangen vaak aanwezig onder de oppervlakte en beïnvloedt het wat we nastreven, wat we verbergen en wat we bereid zijn op te offeren.

De voorstelling brengt een aantal van deze onderwerpen naar de oppervlakte. Via bewust provocerende artistieke expressie onderzoeken we sensualiteit, verlangen, aantrekkingskracht, macht en de ongemakkelijke relatie tussen wat we voelen en wat we bereid zijn toe te geven.

We dagen het publiek ook uit om de eigen ongemakken onder ogen te zien. Waarom worden bepaalde uitingen van sensualiteit aanvaard en andere veroordeeld? Wat maakt ons precies ongemakkelijk? Is het de uiting zelf, de persoon die ze toont, de manier waarop we geleerd hebben ernaar te kijken, of iets in onszelf dat we liever niet erkennen?

Het is niet onze bedoeling om antwoorden te geven of een bepaalde morele positie op te leggen. We willen de tegenstrijdigheden zichtbaar maken die in ieder van ons bestaan.

DE VERANTWOORDELIJKHEID DIE WE DRAGEN

Op een bepaald moment keert het onderzoek zich naar binnen.

Het is gemakkelijk om de mensen aan te wijzen die ons hebben gekwetst, de systemen die ons hebben benadeeld en de gemeenschappen waarin we ons buitengesloten hebben gevoeld. Soms zijn die oordelen volledig terecht. Maar als

we werkelijk een andere samenleving willen creëren, moeten we ook bereid zijn om ons eigen gedrag te onderzoeken.

We kunnen slachtoffer zijn van vooroordelen en tegelijk zelf vooroordelen koesteren. We kunnen afwijzing hebben ervaren en toch anderen afwijzen. We kunnen vechten voor vrijheid en tegelijkertijd de vrijheid van iemand anders beperken. We kunnen gekwetst zijn door agressie en die later zelf reproduceren.

Het onderscheid tussen slachtoffer en dader is niet altijd zo comfortabel of duidelijk als we zouden willen.

Dit is een van de centrale ideeën die aan bod komen in *Rabbit Heart* van Florence + The Machine: het besef dat we niet altijd uitsluitend het lam of het mes zijn. We kunnen kwetsbaar zijn en anderen kwetsen, machteloos zijn in de ene situatie en macht hebben in een andere. We kunnen de herinnering aan onze eigen verwondingen met ons meedragen, terwijl we de wonden die we zelf veroorzaken niet herkennen.

Het gaat er niet om verschillen in verantwoordelijkheid uit te wissen of te doen alsof beide partijen in elk conflict evenveel schuld dragen. Het gaat erom te erkennen dat niemand automatisch vrijgesteld is van zelfonderzoek.

Voordat we eisen dat de wereld verandert, kunnen we beginnen met te onderzoeken wat we er zelf aan bijdragen. Voordat we iemand tot de slechterik in ons verhaal maken,

kunnen we ons afvragen of wij misschien het mes in dat van iemand anders zijn geworden.

Dat is geen comfortabele oefening. Ze vraagt moed, eerlijkheid en de bereidheid om het beeld dat we van onszelf hebben opgebouwd in vraag te stellen.

En misschien begint vrijheid precies daar: niet bij het worden van iemand die nooit fouten maakt, maar bij het worden van iemand die bereid is ze te erkennen.

DE REIS DOOR DE MUZIEK

De voorstelling volgt een reis van onschuld via confrontatie, rebellie, verlangen en zelfherkenning, om uiteindelijk terug te keren naar een meer gegronde kijk op onszelf en op elkaar.

Elke choreografie vertegenwoordigt een andere emotionele en psychologische fase van deze reis.

1 ORDINARY

ALEX WARREN

De onschuld van mogelijkheden

We beginnen in een wereld van onschuld, hoop en kwetsbaarheid. Er schuilt iets bijzonder moois in de manier waarop we het leven ervaren voordat we leren ons ertegen te beschermen. Als kinderen geloven we dat de wereld vol mogelijkheden zit. We dromen zonder de gevolgen te berekenen, stellen ons buitengewone toekomsten voor en benaderen het leven met een vanzelfsprekend vertrouwen.

We geloven dat mensen goed zijn, dat liefde veilig is en dat we vrij zijn om te worden wie we willen zijn.

Ordinary introduceert dit bijna idealistische beeld van het bestaan. Het herinnert ons aan het eenvoudige menselijke verlangen om een betekenisvol leven te leiden, aanvaard te worden en iets buitengewoons te ervaren zonder zelf buitengewoon te hoeven zijn.

We betreden het podium met deze openheid. We zijn nog niet defensief, achterdochtig of bang om beoordeeld te worden. We zijn gewoon mensen met dromen, mogelijkheden en het geloof dat het leven mooi kan zijn.

Maar onschuld blijft niet eeuwig bestaan. Naarmate we ouder worden, komen we in aanraking met teleurstelling, afwijzing, verwachtingen en ervaringen die onze kijk op onszelf en de wereld om ons heen veranderen.

De reis staat op het punt te veranderen.

2 TRANSITION TO UNHOLY

Het moment waarop de onschuld begint te vervagen

Er verschuift iets. De wereld die we als veilig beschouwden, wordt ingewikkelder.

We ontdekken dat mensen ons kunnen beoordelen, kwetsen, uitsluiten en verwachtingen aan ons kunnen opleggen. We leren dat niet iedereen openstaat voor verschil en dat onszelf zijn soms een prijs heeft.

Onze onschuld begint te vervagen en de eerste tekenen van verzet worden zichtbaar.

Deze overgang bereidt het publiek voor op de meer confronterende energie van UNHOLY. De persoon die het podium betrad met dromen en openheid begint een beschermend pantser op te bouwen.

3 UNHOLY

SAM SMITH & KIM PETRAS

Rebellie, verzet en het opbouwen van een pantser

Ze noemden ons onheilig. Dan geven we hun dat maar.

Dit is het moment waarop we stoppen met proberen te voldoen aan verwachtingen die nooit bedoeld waren om ons een plaats te geven. In plaats van toestemming te vragen,

nemen we de ruimte in. We worden onbevreesd, provocerend, confronterend en compromisloos.

De choreografie omarmt agressie en dominantie. We intimideren, dagen uit en slaan terug. We eigenen ons het label toe dat ooit werd gebruikt om ons beschaamd te laten voelen.

Maar onder deze schijnbare kracht schuilt iets ingewikkelders.

Onze rebellie is ook een verdedigingsmechanisme. We vechten tegen het oordeel dat ons heeft gevormd, tegen de mensen en structuren die ons het gevoel hebben gegeven dat we niet aanvaardbaar waren. We kunnen er krachtig uitzien, maar een deel van die kracht is ontstaan als reactie op kwetsbaarheid.

Daarin schuilt een tegenstrijdigheid: in onze poging om aan veroordeling te ontsnappen, dreigen we zelf veroordelend te worden. In onze poging om ons tegen overheersing te verzetten, kunnen we zelf beginnen te domineren.

De vraag is of we werkelijk vrij zijn geworden, of dat we ons nog steeds laten bepalen door de mensen die ons hebben gekwetst.

4 JUSTIFY SEX

DAN BALAN

Verlangen, aantrekkingskracht en wat we liever niet toegeven

Verlangen hoort bij het mens-zijn, en toch gedragen we ons vaak alsof het verborgen, gecontroleerd of netjes gescheiden moet blijven van de manier waarop we ons aan de wereld tonen.

Deze choreografie brengt sensualiteit, aantrekkingskracht en het nastreven van genot naar de oppervlakte. Ze onderzoekt de fysieke en psychologische kracht van verlangen, inclusief de tegenstrijdigheden tussen wat we voelen, wat we willen en wat de samenleving van ons verwacht.

Maar verlangen beperkt zich niet tot sensualiteit. Het kan ook gaan om de behoefte om te bezitten, te controleren, bewonderd te worden, invloed uit te oefenen of macht te voelen. Het kan mensen samenbrengen, maar ook competitie, afhankelijkheid en conflict veroorzaken.

De voorstelling is bewust provocerend en compromisloos. Ze daagt het publiek uit om de eigen reacties op de uiting van verlangen onder ogen te zien.

We kunnen gefascineerd, ongemakkelijk, aangetrokken of veroordelend zijn. We kunnen vragen stellen bij de performers, de choreografie of het onderwerp zelf.

Maar waarom?

De bedoeling is om ruimte te creëren waarin we kunnen erkennen dat verlangen in ieder van ons bestaat, zelfs wanneer de uiting ervan ons ongemakkelijk maakt. We hoeven niet elke uiting van verlangen goed te keuren om de plaats ervan in de menselijke ervaring te erkennen.

5 TAKE ME TO CHURCH

HOZIER

De confrontatie met de wereld die ons heeft gevormd

Kijk eens wat jullie van mij hebben gemaakt.

De richting verandert. In plaats van de ruimte uitsluitend met verzet in te nemen, keren we ons naar het publiek en confronteren we het.

De energie blijft krachtig, maar daaronder wordt nu een grotere kwetsbaarheid zichtbaar. We tonen niet langer alleen onze macht. We onthullen de pijn die onder de rebellie schuilgaat.

Deze choreografie onderzoekt de gevolgen van veroordeling, afwijzing en de druk om ons aan te passen. Ze weerspiegelt de ervaringen van mensen die het gevoel hebben gekregen dat iets aan hun bestaan onaanvaardbaar is, dat hun verlangens of identiteit verborgen moeten blijven, of dat hun manier van leven hen minder waardig maakt.

Er is woede, maar ook verdriet. Er is confrontatie, maar ook een verlangen om begrepen te worden.

We wilden vrij zijn. We wilden leven, liefhebben en onszelf uitdrukken zonder voortdurend ons bestaan te moeten verantwoorden. In plaats daarvan werden we in de richting geduwd van iemand die we nooit van plan waren te worden.

Toch is de confrontatie niet louter een beschuldiging aan het adres van het publiek. Het is ook een uitnodiging om de mens te herkennen achter het gedrag, achter het label en achter de verdedigingsmechanismen.

En ondanks alles kiezen we ervoor om van onszelf te houden.

6 BERGHAIN

ROSALÍA

Van verzet naar innerlijke kracht

De strijd begint langzaam te verdwijnen.

Na de intensiteit van de confrontatie ontstaat iets anders: een gevoel van gronding, waardigheid en innerlijke rust.

We hoeven niemand meer te intimideren of te bewijzen dat we het recht hebben om ruimte in te nemen. We vragen geen toestemming meer, maar we vechten ook niet langer voortdurend om erkenning.

Dit is een andere vorm van kracht. Ze is niet gebaseerd op overheersing, agressie of de noodzaak om te winnen. Ze komt voort uit het aanvaarden van onszelf, inclusief de delen van onze ervaringen die pijnlijk of moeilijk te begrijpen waren.

We beginnen te beseffen dat vrijheid niet noodzakelijk betekent dat we iedereen die ons heeft veroordeeld moeten verslaan. Vrijheid kan ook betekenen dat we weigeren ons door hun oordeel te laten definiëren.

De choreografie belichaamt een meer gegronde en zelfverzekerde aanwezigheid. We omarmen onze ervaringen en maken er iets van dat werkelijk van ons is.

We reageren niet langer uitsluitend op de wereld. We beginnen zelf te kiezen hoe we erin willen bestaan.

7 RABBIT HEART

FLORENCE + THE MACHINE

De ongemakkelijke erkenning van onze eigen tegenstrijdigheden

Dit is misschien wel het moeilijkste inzicht van de hele reis.

We vechten niet alleen tegen de samenleving. We zijn zelf de samenleving.

We kunnen slachtoffer zijn, maar ook dader worden. We kunnen de mensen zijn die veroordeeld, uitgesloten of gekwetst werden, en toch zelf mensen worden die anderen

veroordelen, uitsluiten en kwetsen.

De choreografie nodigt ons uit om de donkere en ingewikkeldere kanten van ons eigen gedrag onder ogen te zien. Ze stelt het comfortabele onderscheid tussen onschuldig en schuldig, kwetsbaar en machtig, het lam en het mes in vraag.

Geen van beide hoeft een permanente identiteit te worden. Misschien waren we het lam in het verhaal van iemand anders, maar misschien hebben we ook het mes vastgehouden in dat van een ander.

We hebben allemaal iemand gekwetst, bewust of onbewust. We hebben allemaal aannames gemaakt, nagelaten de ervaring van een ander te begrijpen of gehandeld vanuit angst, onzekerheid of eigenbelang.

Dat betekent niet dat elke handeling even schadelijk is of dat iedereen evenveel verantwoordelijkheid draagt. Maar het herinnert ons eraan dat gekwetst zijn ons niet automatisch verhindert om zelf anderen te kwetsen.

De moed ligt er nu in om naar onszelf te kijken zonder onmiddellijk een excuus te zoeken.

Kunnen we onze eigen capaciteit om schade te veroorzaken erkennen? Kunnen we de momenten onder ogen zien waarop onze zelfverdediging een aanval op iemand anders

is geworden? Kunnen we verantwoordelijkheid nemen zonder het onrecht dat we zelf hebben ervaren uit het oog te verliezen?

De werkelijke verandering begint wanneer we niet langer uitsluitend buiten onszelf naar het probleem zoeken.

8 HALF THE WORLD AWAY

AURORA

Terugkeren naar onszelf en opnieuw mogelijkheden ontdekken

Na de confrontatie met de meest ongemakkelijke delen van onze ervaring komen we op een rustigere plek terecht.

Onze moeilijkheden, teleurstellingen en trauma's hoeven de rest van ons leven niet te bepalen. Ze maken deel uit van onze verhalen, maar hoeven niet de enige verhalen te worden die we nog kunnen vertellen.

We beginnen te begrijpen dat we niet alles kunnen controleren wat ons overkomt en dat we de mensen of systemen om ons heen niet volledig kunnen veranderen. Maar we behouden wel de mogelijkheid om te kiezen wat we met ons meedragen.

Het leven is tijdelijk. Onze tijd is beperkt. Wat we ervan maken, wat we creëren en hoe we met elkaar omgaan, zijn enkele van de dingen waarop we zelf invloed kunnen uitoefenen.

We ontdekken opnieuw de mogelijkheid om te dromen, niet meer met dezelfde onschuld waarmee we begonnen, maar met een dieper begrip van wat het leven kan zijn.

Het einde vloeit over in een soundscape waarin *Half the World Away* samensmelt met *Through the Eyes of a Child* en Talie's cover van *Ordinary*. Zo keren we terug naar de onschuld en hoop van het begin.

Maar dit is geen eenvoudige terugkeer naar waar we begonnen.

We nemen opnieuw een gewone, alledaagse houding aan, maar deze keer als collectief. Wat begon als een individuele uitdrukking wordt een gedeeld beeld van solidariteit en verbondenheid.

We leven als individuen, met verschillende geschiedenissen, identiteiten en ervaringen. Toch zijn pijn, veroordeling, afwijzing en het verlangen om ergens bij te horen menselijke ervaringen die ons met elkaar kunnen verbinden.

Ieder van ons is ooit onheilig geweest voor iemand anders. Ieder van ons heeft iemand anders beoordeeld. We hebben allemaal momenten van kwetsbaarheid gekend en momenten waarop we er niet in slaagden de kwetsbaarheid van een ander te herkennen.

Misschien is de meest verrassende ontdekking dat we, onder al onze verschillen, vaak dezelfde strijd hebben gevoerd.

Het laatste beeld gaat er niet om te doen alsof onze verschillen verdwenen zijn of alsof alle ongelijkheden zijn opgelost. Het gaat erom te erkennen dat we dezelfde ruimte kunnen delen zonder dezelfde mensen te hoeven worden.

We kunnen ruimte maken voor elkaar.

DE BOODSCHAP VAN UNHOLY

UNHOLY is een uitnodiging om eerst onszelf in vraag te stellen voordat we de wereld om ons heen veroordelen.

De voorstelling vraagt ons het verschil te herkennen tussen persoonlijke voorkeuren en universele waarheden, tussen onenigheid en afwijzing, tussen onze eigen identiteit verdedigen en die van iemand anders ontkennen.

Ze herinnert ons er ook aan dat we de ervaring van een ander kunnen begrijpen zonder het met elke keuze eens te hoeven zijn. We kunnen onze grenzen behouden, schadelijk gedrag aanvechten en strijden tegen structureel onrecht, terwijl we tegelijkertijd de menselijkheid van anderen blijven erkennen.

Wij geloven dat een meer inclusieve samenleving zowel collectieve als individuele verantwoordelijkheid vereist. We hebben systemen nodig die gelijkheid en waardigheid beschermen, maar ook individuen die bereid zijn hun eigen aannames, reacties en gedrag te onderzoeken.

We kunnen geen ruimte creëren waarin iedereen tot bloei kan komen als we voortdurend dezelfde patronen van veroordeling, uitsluiting en agressie reproduceren die we beweren te bestrijden.

Misschien zullen we nooit het idealistische beeld bereiken van een samenleving waarin iedereen zich volledig vrij, begrepen en aanvaard voelt. Het is misschien een utopisch ideaal. Maar dat maakt het streven ernaar niet zinloos.

De eerste stap is erkennen dat we niet buiten de samenleving staan die we bekritiseren. We maken er elke dag zelf deel van uit, door onze beslissingen, onze relaties en de manier waarop we andere mensen behandelen.

Voordat we vechten om de wereld te veranderen, moeten we ervoor zorgen dat we niet het mes worden in het verhaal van iemand anders.

EEN ARTISTIEKE ERVARING, MEER DAN ALLEEN EEN VOORSTELLING

UNHOLY is ook een verkenning van onze eigen emotionele ervaringen via beweging, muziek en collectieve creatie.

We treden niet zomaar op voor een publiek. Tijdens het creatieve proces onderzoeken, uiten en transformeren we onze eigen emoties. Zo zetten we persoonlijke ervaringen om in collectieve artistieke expressie.

De choreografieën zijn niet bedoeld om verre personages of fictieve situaties uit te beelden. Ze vertrekken vanuit emoties, tegenstrijdigheden en ervaringen die we in het echte leven herkennen, zowel individueel als collectief.

Het publiek wordt uitgenodigd om de voorstelling te beleven zonder dat er één interpretatie wordt opgelegd. Je kunt je aangetrokken voelen tot de ene choreografie en ongemakkelijk worden bij de andere. Je kunt je herkennen in de ene boodschap en een andere in vraag stellen. Misschien herken je jezelf in iets wat je helemaal niet had verwacht.

Die reacties maken deel uit van de ervaring.

We hopen dat je tijdens het kijken ook nieuwsgierig wordt naar je eigen gevoelens.

Wat vond je mooi? Wat verstoorde je? Waardoor voelde je je defensief? Wat heb je veroordeeld voordat je de kans had om het te begrijpen?

En wat vertellen die reacties je over de manier waarop je als mens gevormd bent?

We presenteren onszelf niet als mensen die alle antwoorden hebben gevonden. We onderzoeken deze vragen samen met het publiek, via een artistiek proces dat ons in staat stelt uit te drukken wat soms moeilijk onder woorden te brengen is.

Iedereen is welkom. Ervaring met dans is niet nodig, alleen de bereidheid om deel uit te maken van deze reis.

Want misschien begint de vrijheid waarnaar we op zoek zijn op het moment dat we stoppen met eisen dat iedereen om ons heen verandert, en beginnen te onderzoeken wat we zelf in de wereld brengen.

Concept: Kate (Katarzyna Morton)

PROGRAMME · FREE ENTRY

Sunday 8 November

Antwerp Central Station · Great Hall

ROUND 1	ROUND 2
11:30 – 11:45	12:30 – 12:45
Unholy Act	**Unholy Act**
11:45 – 12:00	12:45 – 13:00
Alpha Act	**Alpha Act**
	13:00 – 14:00
	Labour Act video

ALSO ON 8 NOVEMBER

Alpha Act

The female experience, from nurture and sensuality to rage and rebellion. We are Alpha.

A PART OF ALPHA

DANCE FOR HER: Labour Act

A project in its own right, where more dancers join to give a voice to the generations of women who put their own needs and desires aside for the sake of others.

Dance for your grandma, mum, a friend, daughter or yourself.

PARTYROBICS FITNESS

Free class · 14:30 – 15:30

A disco party class and a great cardio workout. Join in right where you stand, with your family and friends, and share the experience together.



UNHOLY ACT

The meaning of the choreographies: do you relate?

1. **Ordinary** Alex Warren
   We enter innocent, hopeful and vulnerable, with the boundless dreams of a child, free to reach for the sky.
2. **Transition to Unholy**
   Something changes. Life pushes us down, people judge and hurt us. We are closing up, becoming guarded. Our innocence begins to fade.
3. **Unholy** Sam Smith & Kim Petras
   They called us unholy. So let them have it. Fearless and aggressive, we take over, fighting the judgement that shaped us.
4. **Justify Sex** Dan Balan
   Desire rules our decisions and pushes humans to their greatest and their worst. We bring it into the open, deliberately uncomfortable and triggering. We challenge what we hide.
5. **Take Me to Church** Hozier
   We turn towards the audience: look what you made me become. Beneath the rebellion, we still choose to love ourselves.
6. **Berghain** Rosalía
   The fight begins to dissolve. Grounded, majestic and at peace, we turn pain into strength: freedom through accepting who we are.
7. **Rabbit Heart** Florence + The Machine
   Realisation: we are not only fighting society; we are society, its victims and its predators. We need courage to face ourselves.
8. **Half the World Away** Aurora
   We return to our purest energy. Our traumas do not define us; we choose what we carry forward, and we can help each other dream.

> ### The message of Unholy
> *We return to an "Ordinary" pose, now as a collective: solidarity and unity. Each of us has been unholy to someone and has judged someone else. Beneath our differences we fight many of the same battles.*

CREATIVE TEAM · Concept, Creative Direction & Choreography: **Katarzyna (Kate) Morton** · Supporting Choreographers: **Alina Crisu** — Justify Sex (full), Unholy (with Kate); **Lien Eyletten** — Berghain (with Kate)



Support Body Expressive

Pay in your banking app

Belgian banking apps: open the scanner in your app and scan this code. You choose the amount.

GIVE & DISCOVER

Scan the QR code with your phone camera to explore alternative ways to donate, read the full story behind UNHOLY Act, and download the show programme PDF.

BENEFICIARY
Body Expressive
If your bank asks for the account owner:
Katarzyna Morton

IBAN
BE47 0018 3875 9480

MESSAGE
Support Body Expressive

Our thank-you: a free online class of your choice

Pilates, mobility or dancing. Donate any amount, then email your name and the date to **contact@bodyexpressive.com** and choose your class.

Your donation keeps our performances free. Thank you!

www.bodyexpressive.com
Give us feedback or join us:
contact@bodyexpressive.com

We would love you to tag us
@bodyexpressiveleuven
@bodyexpressivevisuals