

# Performance in verbinding

ELLEN VERHOOG

33

Al vroeg ontdekt Gülnar dat nonverbale communicatie grote invloed op haar heeft. Haar gevoeligheid voor wat anderen zenden zorgt ervoor dat zij zich realiseert dat ieder mens uniek is. In haar jeugd besteedt zij geen aandacht aan haar gevoeligheid. Ze speelt het liefst buiten en eigenlijk wil ze dat nog steeds.

Door omstandigheden naar Nederland gekomen, heeft zij meer aandacht voor haar 'gave' en de mensen om zich heen. Als mensen zich alsmaar moeten aanpassen, ontstaan er blokkades en dat leidt weer tot ziektes en je niet welbevinden. Met haar werk wil Gülnar bereiken dat het lichaam weer verbinding maakt, dat signalen weer herkend worden. Dat doet ze als performancekustenaars en dichteres op haar 'eigen' wijze.

## Leeg en onvoorbereid

Vanaf haar kindertijd staat Gülnar op het toneel. Zij ervaart dat non-verbale signalen zowel in het leven als op het toneel genegeerd worden en daar wil zij niet meer in meegaan: "Mensen laten ophouden met toneelspelen en hun non-verbale en verbale communicatie op één lijn brengen, dat wil ik." Sinds 2005 brengt zij dit in praktijk. In haar performances *Kom naar Buiten* vindt ontmoeting en verbinding plaats. Hoe ze dat doet? "Ik ga altijd volkomen leeg en onvoorbereid naar een voorstelling toe. Het publiek komt de zaal binnen, ik maak contact met het publiek en dan begin ik met iemand. Ik laat zijn of haar signalen binnenkomen en die zet ik om in klanken, tekst of bewegingen. Samen komen we in verbinding met onszelf en met elkaar, ik fungeer daarbij als spiegel. In interactie met de zaal ruimen we op wat de verbinding in de weg zit. Mensen komen soms ook vanzelf naar mij toe; zowel ikzelf als de zaal weten niet wat er gaat gebeuren. De ervaring en het samen zijn, mijn omzetten van signalen, brengt een bijzondere voorstelling tot stand. Alle aanwezigen voelen en ervaren het opruimen. Mensen hoeven daarvoor niet direct met mij in contact te komen. Ook maak ik soms geen deel meer uit van het contact en gaan mensen zelf het podium op. Het geeft mij en de aanwezigen heel mooie energie. Na afloop van de voorstelling voel ik me licht, alsof ik niet op aarde ben."

## Verbindingspoort

Na jaren van het houden performances besluit Gülnar haar gedichten te publiceren. Maar wat doe je dan vervolgens? Dan ligt je bundel in de boekhandel en wie

*Hier is mijn hand*

*Hier is mijn hand  
pak hem  
als jij hem nodig hebt  
pak hem  
als ik het nodig heb*

*Vraag niet  
van wie de hand is  
pak die hand*

*vraag niet  
voor wie die is  
geef je hand*



[www.gulnaryoldas.nl](http://www.gulnaryoldas.nl)

*Uzanan eller*

*Uzattım sana elimi  
İhtiyacım varsa da tut  
ihtiyacım varsa da tut*

*Bu el kimin mi?  
Kime mi uzanıyor?  
Ne önemi var*

*Tut  
sana uzanan elleri  
Uzat ellerini  
tutayım*

leest hem? Ook hierin zoekt zij naar verbinding en antwoorden. "We leven in een wereld die over het algemeen gericht is op welvaart en niet op welzijn. Daarbij zie ik twee uitersten, enerzijds het presteren, winst maken en politiek bedrijven. Anderzijds de spirituele kant: veel mensen zijn zoekende en hebben de behoefte te groeien. Ik vraag me daarbij af waarvoor werken we? Zijn we allemaal in principe nog steeds slaven en geven wij voeding aan een onzichtbaar systeem? Ik wil daarin dingen in beweging zetten. Mijn eerste bundel gedichten bied ik daarom actief aan. Niet alleen in de boekhandel, maar ook op straat. In mijn verbindingspoort nodig ik mensen uit. Ik spreek ze niet aan, zij komen bij mij 'binnen'; na de ontmoeting in stilte kiezen ze een gedicht uit, dat ik vervolgens voordraag en er komt iets in beweging. Mijn gedichten gaan over liefde; in alle gedichten zoek ik naar antwoorden. Dat ervaren mensen die mijn poort binnenkomen. In korte tijd gebeurt er heel veel. Met de verbindingspoort sta ik in de stad en op festivals. Mijn droom is het bereiken van een zichtbare en voelbare verandering in de maatschappij. Daaraan wil ik bijdragen."

## Blij met minder materie

"De economische crisis omarm ik. Het boezemt me geen angst in dat we op materieel gebied minder kunnen. Ik denk dat we nu ruimte krijgen om ons meer te richten op welzijn. Uiteindelijk worden we dan gezonder, want ieder mens staat open, ontvangt prikkels van de wereld om zich heen. In een gejaagde op materie gerichte omgeving voel je meer blokkades bij mensen. Nu we meer ruimte aan ons welbevinden kunnen geven, gaan we ook meer in verbinding met onszelf leven. Ik ben blij dat ik daarbij een spiegel kan zijn en mag verbinden."

Ellen Verhoog is adviseur bij Elan