

You are the product of your own training

Hosted by: Pascal Eijgerook

Project Information (EN)

An ode to the grind.

Everyone is in a rut sometimes. Doing the same thing every day and experiencing no change. The word “rut” has a negative connotation. You see a lot of advertisements and messages that offer solutions to get out of that dragging rut, but the habit of life is not that one-sided. Because routine makes repetition and that repetition is what gives life meaning. Repetition makes routine, something you can hold on to and give you safety, peace and strength. I don't think we dwell on what the rut can bring to all of us. Especially in times where we don't go outside often and the focus is more on what we do indoors. That is why I think it is important to search for appreciation of life in the here and now. This can mainly be found in the activities that we do in our living environment every day. Brushing your teeth, cooking, sleeping for example. These actions ensure good, constant health. It is wisdom that we pass by. With my work I bring these activities into a positive light. In this way I want to show the power of repetition in habits and then make people realize how nice the “rut” actually is.

Projectinformatie (NL)

Een ode aan de sleur.

Iedereen zit wel eens in een sleur. Elke dag hetzelfde doen en geen verandering meemaken. Aan het woord “sleur” kleeft een negatieve connotatie. Je ziet veel advertenties en berichten die oplossingen bieden om juist uit die sleur te komen, maar zo eenzijdig is de gewoonte van het leven niet. Want sleur maakt herhaling en die herhaling is juist wat het leven betekenis geeft. Herhaling maakt routine, iets waaraan je je vast kan houden en je veiligheid, rust en kracht geeft. We staan niet stil bij wat de sleur ons allemaal kan brengen. Vooral in de tijd waar we niet vaak naar buiten gaan en de focus meer ligt op wat we binnenshuis doen. Daarom is het belangrijk om de waardering van het leven in het hier en nu te vinden. Dit is vooral te vinden in de activiteiten die we in onze woonomgeving dagelijks doen. Zoals tandenpoetsen, eten, drinken, slapen etc. Deze handelingen zorgen voor een goede, constante gezondheid. Het zijn wijsheden die wij voorbij lopen. Met het werk worden deze activiteiten in een positief daglicht gezet. Zo komt de kracht van de herhaling der gewoonte naar boven. Om vervolgens mensen doen te beseffen hoe fijn de sleur nu eigenlijk is.

Image List

Filename	Caption	Credit
pascal-eijgerook-02_1631265458.jpg		

The images above are included in the ZIP under /images.