

ANGST

**Ik bibber, beef,
huiver en sidder.
Schichtig stotterend
met klamme handen
– beschroomd,
beklemd, benauwd,
bevreesd, bezorgd.
Ik schrik op en deins
terug, mijn hart
bonst in mijn keel....**

ANGST

- 1] Schuchterheid
- 2] Nerveus
- 3] Bevreesd
- 4] Huivering
- 5] Beklemming
- 6] Schrik
- 7] Onthutst
- 8] Verademing

Beste ...,

Graag nodigen we je uit voor de vierde editie van het Emotiediner op zaterdag 20 januari.

Ik bibber, beef, huiver en sidder. Schichtig stotterend met klamme handen – beschroomd, beklemd, benauwd, bevreesd, bezorgd. Ik schrik op en deins terug, mijn hart bonst in mijn keel....

Met zeven andere gasten nemen we je mee op een culinaire reis naar de sinistere wereld van één van onze basisemoties: Angst

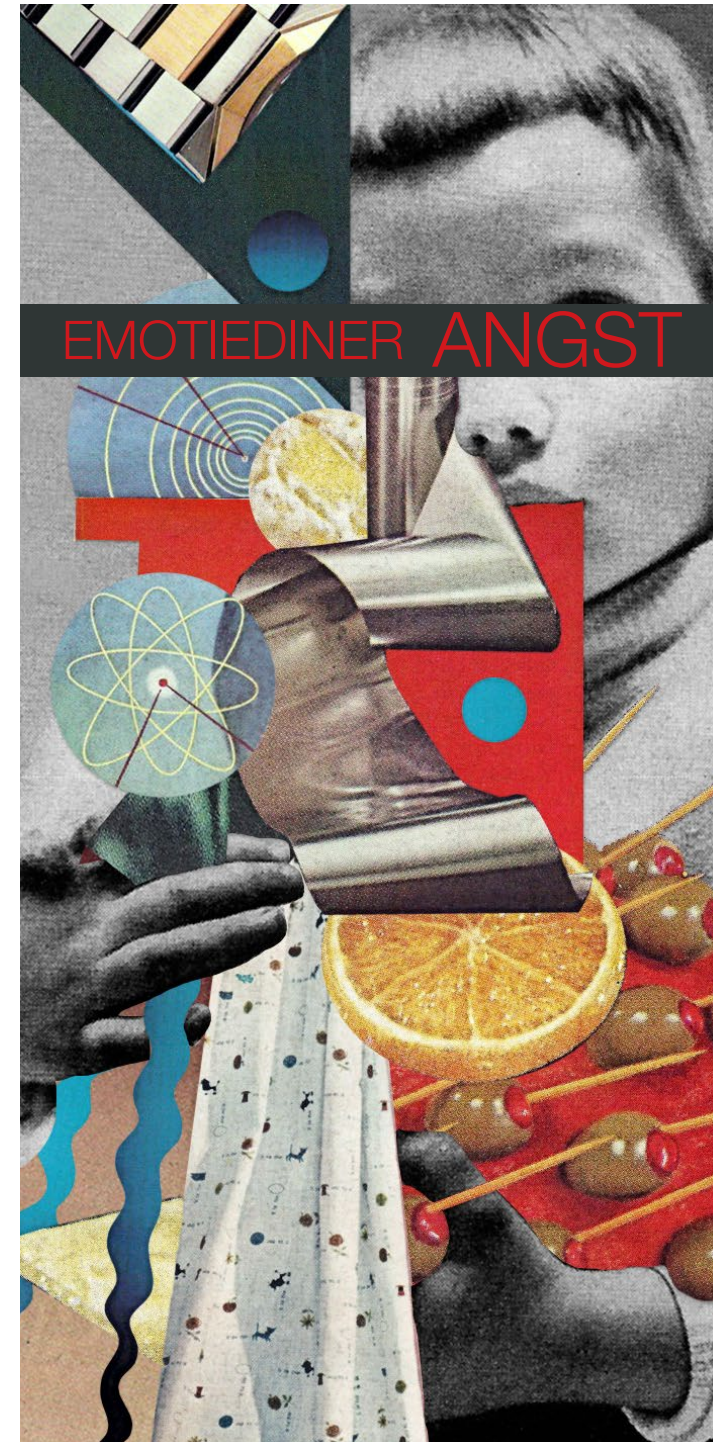
Ook zijn we benieuwd naar jouw angst. Hiertoe vragen we je om 'iets' mee te brengen over een persoonlijke ervaring met angst. Dat kan van alles zijn, zoals muziek, een gedicht, foto, lied, object, of anekdote.

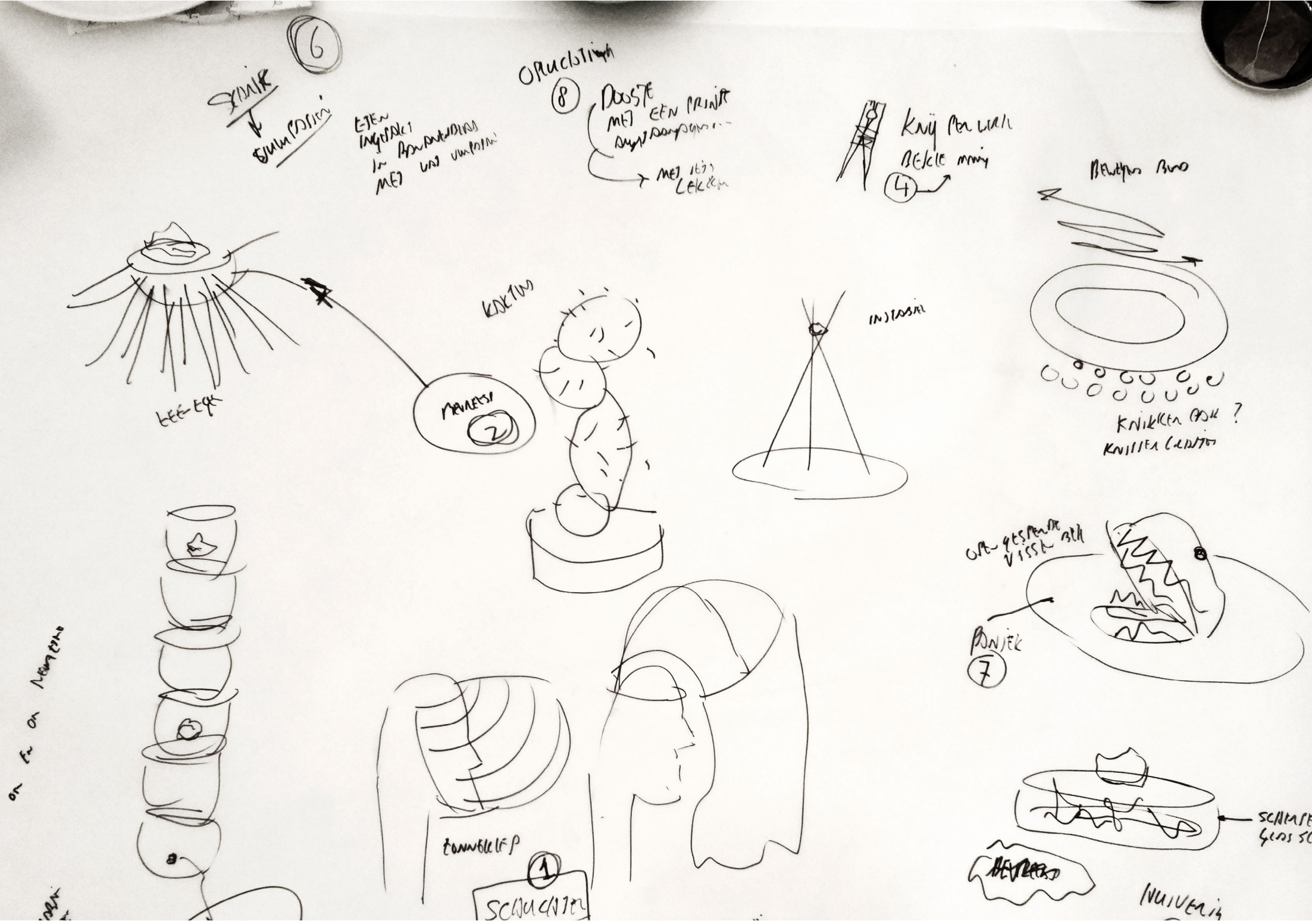
Daarnaast vragen we je twee flessen wijn mee te nemen voor bij een van de gangen (uitleg volgt nog).

We verzamelen om 19 uur in de hal van het Groothandelsgebouw. (Stationsplein 45 Rotterdam) Het is belangrijk om ook écht op tijd te zijn in verband met het programma van de avond.

Heel graag tot dan!

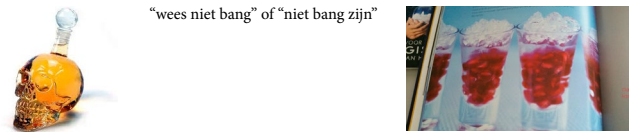
Liefs,
Eline & Pieter





1] Schuchterheid 2] Nervus 3] Bevreesd 4] Huivering 5] Beklemming 6] Schrik 7] Onthutst 8] Verademing

0. welkom



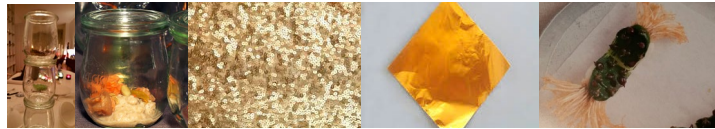
1. Schuchterheid



2. Bevreesd



3. Nervus



4. Huivering



5. Beklemming



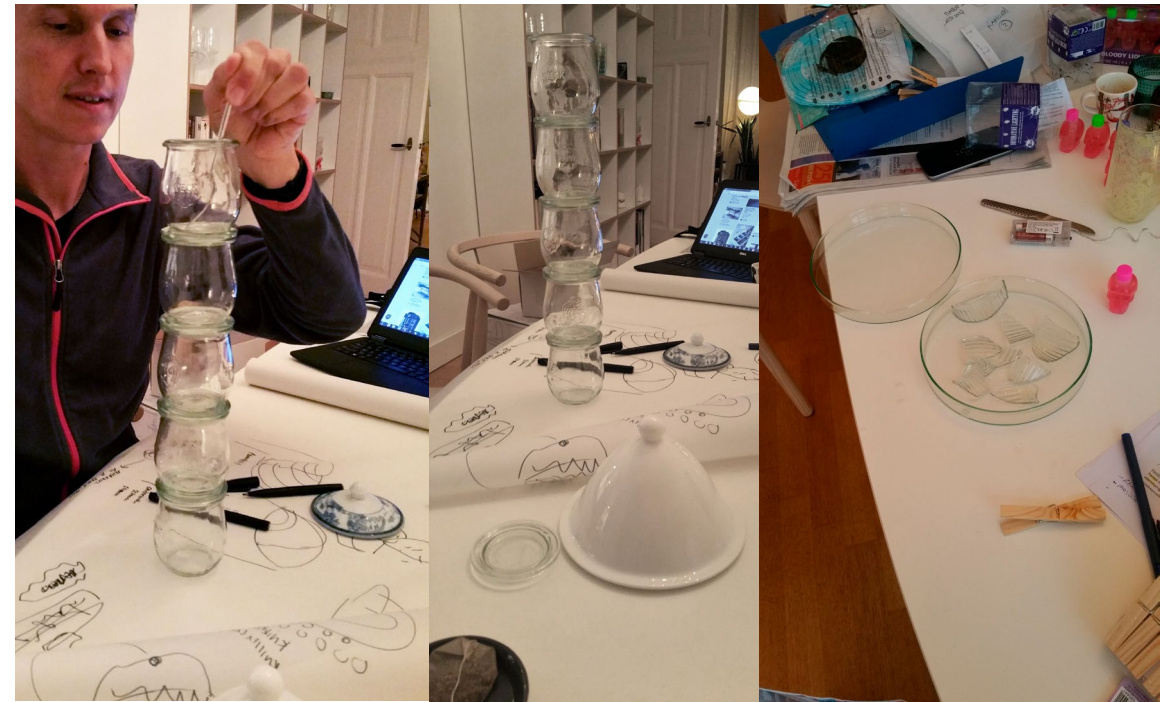
6. Schrik



7. Onthutst



8. Verademing



TAFELGASTEN

Leonie, Monica, Mariska, Nicole, René, Floris, Rick, Christiaan

INTRODUCTIE

Leonie, welkom; Monica, welkom; Mariska, welkom; Nicole, welkom.
En welkom Rene, welkom Floris, welkom Rick, en welkom Christiaan.

Namens Eline en mijzelf: welkom bij de vierdeeditie van het Emotiediner.

Vanavond staat alles in het teken van één van de basis emoties: ANGST.
Ik bibber, beef, huiver en sidder. Schichtig stotterend met klamme handen –
beschroomd, beklemd, benauwd, bevreesd, bezorgd. Ik schrik op en deins
terug, mijn hart bonst in mijn keel....

Vanavond nemen we jullie mee op een culinaire reis naar de sinistere wereld van
Angst.

Dit emotiediner is een onderdeel van een serie etentjes waarbij iedere keer een
andere emotie uit het menselijke repertoire centraal staat. Liefde, angst, trots,
amusement...

Maar vanavond is het Angst.

Wij hebben jullie gevraagd twee dingen mee te brengen: wijn voor bij een van de
gangen, en iets van jezelf binnen het thema angst om te delen. We nodigen je uit
om dat te delen tijdens de gang waarvoor je de wijn hebt meegebracht. Volg je
gevoel en kies een moment; dat kan aan het begin of aan het eind van de gang,
of halverwege.

Jij kiest het moment dat je wilt delen, en gebruik dan het belletje als signaal.

Dan rest mij nog te zeggen: bereid je voor, want hier komt de eerste gang:
schuchterheid....

Eet smakelijk!

MENU

ONTVANGST

bieten, wodka, tijn cocktail

SCHUCHTERHEID

Wulk

gevuld met een eier- wortelemulsie met wulk en rivierkreeft

NERVEUS

Aardpeer- auberginecreme

meelworm, gefermenteerde wortel en bladgoud

BEVREESD

Zwarte Ravioli

ricotta, citroen, eigeel en pamaham

HUIVERING

Sint-Jakobsschelp

glasnoodle, coquille chipje, foreleitjes en mierikswortelcreme met eetbaar glas

BEKLEMMING

Kwartel

trompet de mort, pruimen, gevogeltegehakt en aardappelmousseline

SCHRIK

Gerookte oerbiet

rodeuien compote, zwartebes en geranium

ONTHUTST

Kaas

Wijnendale, Brie de Meaux, Herve, Cablales

VERADEMING

Chocolade Pavlova

framboos, braam, physalis, viooltjes, geranium



Schuchterheid

Wulk

gevuld met een eier- wortelemulsie met wulk en rivierkreeft



Wulk
gevuld met een eier- wortelemulsie met wulk en rivierkreeft



'Opgegroeid zonder angst,
zonder ANGST!'

Nerveus

Aardpeer- Auberginecreme
meelworm, gefermenteerde wortel en bladgoud





Aardpeer- auberginecreme
meelworm, gefermenteerde wortel en bladgoud



'HANS! Hans...'

Bevreesd

Zwarte Ravioli
ricotta, citroen, eigeel en parmaham



Zwarte Ravioli - ricotta, citroen, eigeel en parmaham



'...en daar gleed het ei uit zijn hand en verdween tussen de scheuren in de vloer...'

Huivering

Sint-Jakobsschelp

glasnoodle, coquille chipje, foreleitjes en mierikswortelcreme met eetbaar glas



'echt glas...'



Sint-Jakobsschelp
glasnoodle, foreleitjes en mierikswortelcreme met eetbaar glas



'Waarom ik? Waarom wordt uitgerekend IK uitgenodigd voor het ANGST emotiediner...'





'wat is je grootste angst'

Angst

Een knoop in mijn buik
voel ik
Elke ochtend
als ik wakker word

Angst om de wereld in te gaan
Angst voor afwijzing
Angst om gekwetst te worden
Angst om fouten te maken
Angst voor confrontaties
Bang voor pijn
Bang voor ziektes
Bang voor verdriet
Angst voor het lijden

Hoe vaak ik ook tegen mezelf zeg
Overdag
Dat het wel goed komt
Dat alles OK is
Dat het weer mij niet expres
Belaagt met storm en buien en kou
Dat de grond mij draagt
Dat de hemel mij beschermt
Dat de mensen vriendelijk zijn
En het beste met me voor hebben
Of in ieder geval ook maar hun best doen
Om zo goed mogelijk door de dag te komen
Met hun eigen uitdagingen

Overdag
Overleef ik
Probeer ik het niet te voelen
Ik zet me schrap
voor wat komen gaat
Mijn schouders spannen aan
Mijn nek wordt stijf
Mijn linker kuit zwelt op
Ik stort me op mijn werk
plak een glimlach op mijn gezicht
ik pas me aan

en dan toch
gebeurt iets onverwachts
of ik herinner me opeens iets
mijn lijf spant aan
krimpt samen
mijn adem stokt

soms herinner ik me:
Blijven ademen
Voel je lichaam
De grond die draagt
De hemel beschermt
Het is ok

Alleen
's avonds
voor de tv
op de bank
Dan voel ik me veilig
Dan kan niets mij raken
Dan mag alles mij raken
Kan ik me moeiteloos overgeven
Aan relatieconflicten
Achtervolgingen
Vechtpartijen
Oorlog
Geweld
Marteling
Schoonmoeders
Moeders
Geliefden

Als ik ga slapen
's nachts
Komen de dromen weer
Waar in ik het niet weet
De weg kwijt ben
De uitdagingen aan moet gaan
De chaos in geduwd wordt

In de ochtend
weet ik vaak niet meer wat gebeurd is
Wie mij achtervolgd heeft
Welke taak ik opgedragen kreeg
Maar voel ik alleen nog
Een knoop in mijn buik

***'Niet hij die geen angst kent is dapper,
Maar hij die de angst overwint'***

Nelson Mandela

Beklemming

Kwartel

trompet de mort, pruimen, gevogeltegehakt en aardappelmousseline



Ingebonden **Kwartel** gevuld met trompet de mort, pruimen, gevogeltegehakt

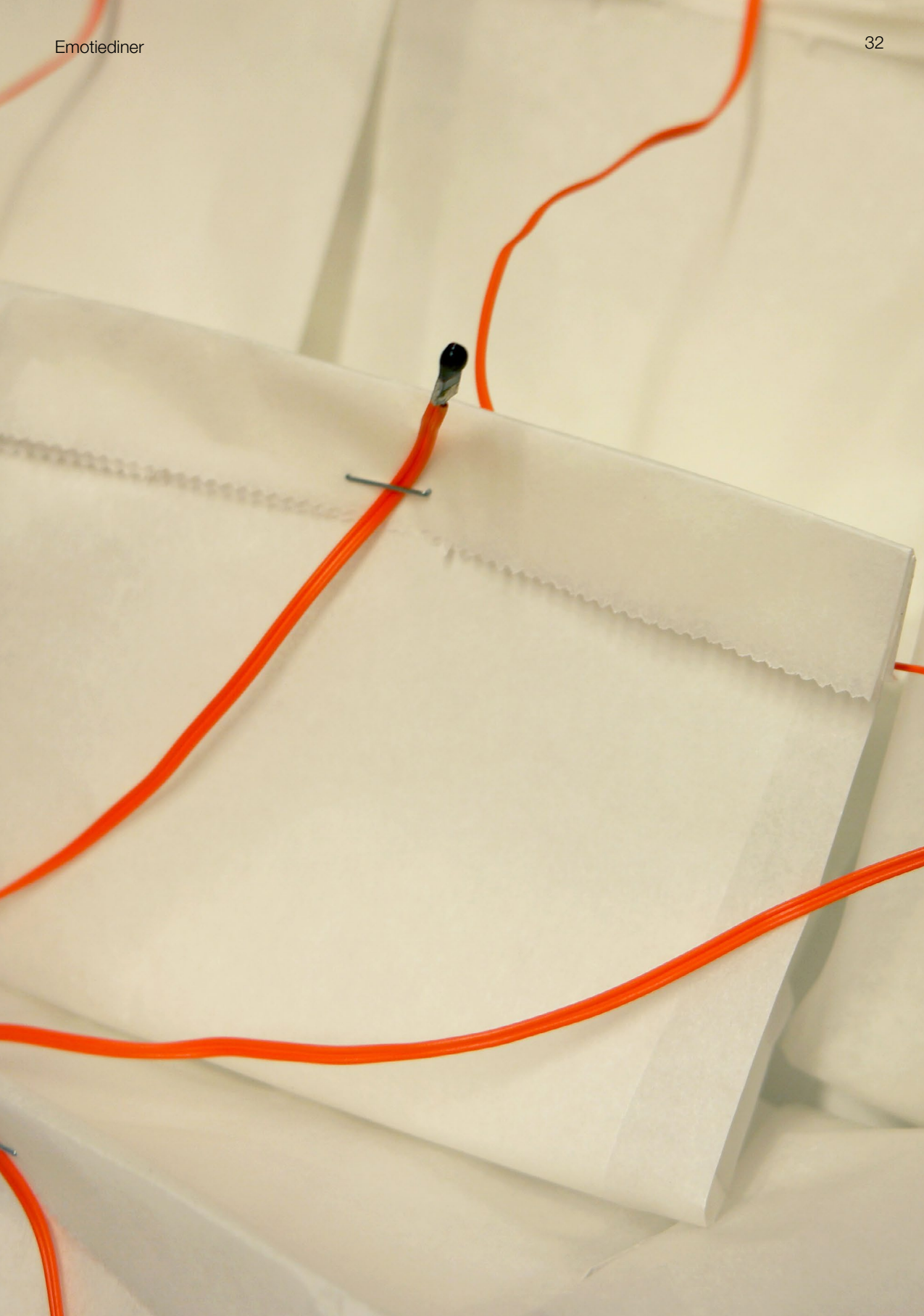
'Wulk 10'



Schrik

Gerookte Oerbiet

rodeuien compote, zwartebes en geranium





'wie durft...'

'...maar dit wilde ik eigenlijk
helemaal niet vertellen...'



Gerookte - en gedroogde oerbiet
rodeui, thijm, zwarte bes en geranium

Onthutst

Kaas

Wijnendale, Brie de Meaux, Herve, Cablaes

Wijnendale, Brie de Meaux, Herve, Cablales



'...zie mij -
(niet) of wel gezien worden...'

Verademing

Chocolade Pavlova

framboos, braam, physalis, viooltjes, geranium







Chocolate Pavlova

framboos, braam, goudbes, viooltjes, geranium



'He wat, wat zeg je? Ik kan je niet zien joh.
Geef even de zonnebrand door als je wilt.'



Angstig

Angst te spreken.

Verstopte me achter het gordijn.

Niemand mij daar zag.

Niemand weet dat ik hier zit.

Zolang ik geen geluid maak weet niemand iets.

Het maakte me bang.

Ik luisterde liever.

Op de achtergrond.

Niet in de spotlight waar iedereen me zag.

Schaamte, zo rood als een tomaat aanliep.

Geen idee voor wie of wat ik zo bang was.

De angst om te falen.

De schaamte om de reactie.

Zo kwetsbaar, zo onwetend was.

Teel in vijf episodes

De gasten over het Emotiediner

'Eline en Pieter, het was prachtig om naar elkaars verhalen te luisteren en te genieten van alle angstige gangen. De angst voor het diner zelf bleek ongegrond.'

'Fantastisch was het, ik zal het nooit meer vergeten.'

'Wordt net wakker met de prachtige verhalen en beelden en smaken in mijn hoofd. Eline en Pieter dankjewel!!!'

'Het was een magische avond, een betoverend mooi cadeau van Eline en Pieter.'

'Veel suggestie en nog meer verrassing'

'Wat een prachtig concept hebben jullie met het Emotiediner. Ik vond het een groot cadeau dat ik er aan mocht deelnemen en ik zal het nooit meer vergeten.'

*Ik heb van elke gang, elk gerecht genoten!
Hulde aan Eline en Pieter!'*

'Ik wil jullie nogmaals hartelijk bedanken voor de uitzonderlijk mooie en onvergetelijke avond die jullie ons hebben bezorgd.'

Perfecte uitvoering, echt zeer goed gegeten, en tot in de details goed georganiseerd.'

Een dankbare gast'

FEAR

The feeling when you encounter or think about a thing or person that can harm you. You have the urge to avoid or get away from the threat.

Fear is the primary emotion evoked by concrete threats in people's environment. The thought of a fast-approaching car, a spider crawling on one's arm, or the possibility of being robbed can all evoke fear in a person.

Fear is characterized by its orientation to the future: the emotion is always about things that have not happened yet, but might. There are many types of threats that evoke fear, including the threat of getting hurt (e.g., being afraid to get a shock from an electrical appliance), financial or material loss (e.g., being afraid to damage an expensive artwork), making a faux-pas (e.g., being afraid to say the wrong thing), losing a friendship (e.g., being afraid to confront a friend with his behaviour), and hurting others (e.g., being afraid when handling a baby). In a sense, fear is elicited by the possibility of getting into a situation that evokes any of the other negative emotions: fear of embarrassment, fear of loneliness, fear of disgust, and so on.

People experiencing fear will be strongly occupied by the source of the threat and ways to escape or avoid it. For immediate and physical threats, this may involve pulling one's hands away, or stepping back. When faced with social threats (e.g., losing one's job), people become more cautious and conservative.

<https://emotiontypology.com/typology/list/fear>

