

A black and white close-up portrait of a man with a beard and mustache, wearing a patterned knit hat and sunglasses perched on his head. He is smiling broadly, showing his teeth. The background is out of focus, showing what appears to be a snowy or icy environment with other people in winter gear.

*Interview Dixie Dansercoer – juli 2020*

*Dixie Dansercoer is een gepassioneerde Vlaamse poolreiziger en ondernam reeds tal van expedities naar Antarctica en het Hoge Noorden. In de meest barre omstandigheden verlegde hij vele grenzen, zowel fysieke als psychologische. Dixie inspireert en activeert vele mensen om duurzaam te leven in symbiose mét de natuur.*

Als ik Dixie Dansercoer google, lees ik meteen over zijn expedities naar de Noord- en de Zuidpool. In 1997-1998 trok hij, samen met Alain Hubert, over de Zuidpool: 99 dagen en bijna 4 000 kilometer in de meest barre omstandigheden. In 2012 maakte hij de langste niet-gemotoriseerde expeditie op Antarctica en brak daarmee het wereldrecord.

### **Dixie, als ik AQ zeg, wat schiet je dan te binnen?**

Dat is de landcode van Antarctica!

### **Is dat niet grappig! Dit interview stond dus wel degelijk in de sterren geschreven. Maar als we spreken over adaptieve intelligentie, waar denk jij dan aan?**

Meer dan ooit is ons aanpassingsvermogen cruciaal om te overleven in deze wereld. Op onze expedities worden we hier natuurlijk elke dag opnieuw mee geconfronteerd. Het gaat voor mij over een totaalpakket aan energie: zeker fysiek, maar ook mentaal. Het is wat je aura uitstraalt, hoe je spreekt, je attitude, waar je in gelooft. Het glas halfvol zien en snel de tweede helft bijvullen. Het is eveneens het inzicht hoe je het meest efficiënt doelen nastreeft of projecten tot een goed einde brengt.

### **Je bent nu 58 en staat op het punt om binnen enkele weken opnieuw te vertrekken. Waarom doe je dat?**

Ik wil andere mensen inspireren. Ik zou het fijn vinden om, op mijn manier, bij te dragen aan een duurzamere maatschappij en mijn ervaringen door te geven. We kennen de waarde van bewegen, van de natuur niet meer. We weten niet meer wat volhouden

is. Luxe is te veel in onze maatschappij binnengedrongen en we willen alles meteen. Dat gaat zo niet: echt genot is niet instant te bekomen. Het vraagt soms jarenlange training en voorbereiding, keuzes en focus. Dit zijn basiselementen van het leven.

Ik wil niet oordelen of preken. Ik wil wel een voorbeeld stellen, in gesprek gaan en impact hebben. Noem het mijn missie als je wil. Zo kreeg ik pas een kaartje van een bezoeker aan één van mijn spreekbeurten die na de spreekbeurt nog even kwam babbelen. Op dat moment kampte hij echt met overgewicht en op het kaartje stond "I ran my first marathon". Daar doe ik het voor!

### **Wat geeft jou energie?**

Enerzijds geeft deze missie mij heel veel energie. Wil ik mensen inspireren, dan moet ik natuurlijk het goede voorbeeld stellen. Alles wat je doet, vraagt energie: bandarbeider, poolreiziger, minister, ... Maar als je het serieus wilt doen, vraagt het dubbel zoveel energie!

Als je jezelf een doel stelt, ga er dan ook voor. Geen half werk! De return is dan veel groter: goed gevoel, bewustzijn van je kunnen, fierheid.

### Betekent dat er dan nog nooit een expeditie is mislukt?

We hebben wel al expedities moeten stoppen, maar ik zie dat niet als mislukken. Het is soms een zure pil want we hebben alles gegeven. Maar er zijn altijd successen te vieren: onze ingesteldheid, de menselijke contacten, nieuw materiaal dat we getest hebben, zelfkennis die we hebben opgedaan, zaken die we hebben leren aanvaarden, nieuwe opties die we uitgetest hebben, ... We moeten ons brein blijven trainen om moeilijkheden en hindernissen te aanvaarden, want zo is het leven nu eenmaal. Als we ons kunnen harden om het niet-perfecte te aanvaarden, dan staan we sterk en kunnen we andere zaken ook relativeren.

### Waar haal jij die energie vandaan?

Terug naar de basis: een gezond leven. Ik laat mijn 'machine' elke dag eens in het rood gaan om mijn bloed goed te laten stromen en de afvalstoffen te verwijderen. Ik verzorg mijn flexibiliteit. In voeding ben ik niet extreem, maar zeker niet overdadig. Ik drink wel eens een koffietje of een pintje hoor. Op expeditie maken we het ons eenvoudig op het vlak van voeding en eten we elke dag hetzelfde. Op dat moment bekijken we voeding functioneel en vooral kwalitatief: brandstof voor ons lichaam. Het is erg om te zien hoe in onze maatschappij nu smaak primeert boven de voedingswaarde. Evolutionair gezien heeft zoetigheid een grote

aantrekkingskracht op ons, maar we kennen geen grenzen meer. Niet voor niets dat sommige mensen geen energie meer hebben.

Maar bovenal gebeurt alles hier (Dixie wijst naar zijn hoofd). Je lichaam trainen is gemakkelijk, maar je mentaal trainen is veel moeilijker. Neen tegen jezelf zeggen, opties zien, ... Ik visualiseerde elke dag dat de expeditie toch mogelijk zou zijn, ondanks de tegenslagen en het pionierswerk dat verricht moest worden. Zo begeleid ik momenteel Karen Darke om te leren snowkiten. Niets speciaal zou je zeggen tot je begrijpt dat zij in een rolstoel zit en enkel haar armen en hoofd kan gebruiken. Ze heeft in 2012 ook zilver behaald op de Olympische Spelen als para-atleet. Over wilskracht, doorzettingsvermogen gesproken, niet?

### Heb je al eens kennis gemaakt met mindfulness of meditatie?

Dat is wat ik doe. (lacht) Ik smacht naar de sfeer die de poolgebieden me aanreiken. De eerste weken moet ik mijn 'bagage' loslaten en springt mijn geest van links naar rechts. Maar op zeker moment verandert er heel veel: plots is er niets meer. Weg met het overaanbod aan prikkels, kleuren, geluiden, impulsen. Dat is voor mij een zeer fijne ervaring, los van de moeilijkheden die bij de expeditie komen kijken. Als ik 's ochtends mijn tent opendoe, kan ik diepe momenten van geluk ervaren. Zo zei mijn collega Alain ooit: "Si, un jour, je dois mourir, je préfère maintenant parce que c'est quand même

incroyable ici.” Is dat niet mooi? Minder hebben geeft je veel meer. Vooral opnieuw appreciatie voor de kleine dingen: na zo'n expeditie van een honderdtal dagen is zelfs de slechtste Ikea-stoel een godsgeschenk!



#### LEESTIP

*Pure Power*<sup>14</sup>

Inspirerend fotoboek met quotes van Dixie Dansercoer



*Passie is de eindeloze motivatie, de onschatbare duw in de goede richting.*

– Dixie Dansercoer

---

14 Dansercoer, D. (2011). *Pure power*. Leuven: Davidsfonds.