

De mens in de musicus

Een pleidooi voor meer aandacht voor de innerlijke waarde van de musicus

Jacqueline van Koolwijk

Onlangs las ik de volgende uitspraak van een Amerikaanse jazz pianist:

“A feeling of little self-worth is very common in musicians, young and old alike, yielding unsatisfying results. It seems as if in order to be good you have to play good.”¹

“Ja, dat klopt helemaal!”, herkende ik. “Dat is de oorzaak!” Deze uitspraak geeft voor mij precies de oorzaak aan van de grote leegte die ik zo vaak voelde na tentamens, examens en concerten tijdens en ook na mijn conservatoriumstudie. En ondanks dat de resultaten vrijwel altijd goed waren, kwam er vrijwel direct na zo’n optreden dat akelige gevoel van diepe leegte, van “niets”, van “in een gat vallen”, van “wie ben ik nu eigenlijk”. Leefde ik weer opnieuw naar een concert toe, dan had ik weer iets om naar te streven, om me aan op te trekken. Daarna was het weer mis. Ik leefde mijn leven als een jojo, totdat ik voelde dat ik niet meer de innerlijke kracht had om het draadje van de jojo opnieuw vanuit die diepe leegte op te trekken. Zo kon muziek toch niet bedoeld zijn. Ik maakte mijn hele leven al muziek, zolang als ik me kon herinneren en nu was de rek eruit. Ik speelde geen muziek meer. Dat wil zeggen de muziek speelde niet meer vrij in mij. Ik produceerde muziek als een ijverige, hardwerkende machine, die alle nootjes op at die het voorgeschoteld kreeg. Wat was ik? Welke rol speelde ik hier eigenlijk in als mens en niet als machine? Waar en wie was ik zelf, onafhankelijk van de muziek?

¹ Blz. 30 – “Effortless Mastery” – Kenny Werner

Beetje bij beetje begon ik te beseffen dat ik mijn eigenwaarde liet afhangen van mijn muzikale resultaten. Ik ging op onderzoek naar wie ik zélf was. Ik ging muziektherapie studeren, ging mediteren, ben me aan de hand van cursussen gaan verdiepen op welke manier muziek, klanken, mijn stem en mijn adem mij konden brengen bij *mijn* heelheid, bij *mijn* innerlijke waarde. Beetje bij beetje werden mijn oren geopend, ondanks dat ik mijn hele leven al zoveel muziek gehoord en bestudeerd had. Mijn oren begonnen opeens de verbinding te horen tussen de klanken en wie ik zelf was. Wat ze met *mij* deden! Wat voor een effect ze op mijn gevoel hadden. Niet enkel op mijn emoties en associaties, maar op gevoelens van “ik mag er zijn”, “ik ben waardevol”, “ik ben geliefd, onvoorwaardelijk”, “ik ben welkom”. Gevoelens van innerlijke kracht, vreugde, creativiteit, vrijheid en enthousiasme. En dat alles onafhankelijk van *wat* ik deed. De nadruk bij het musiceren en bij alles wat ik in mijn leven deed, kwam steeds meer te liggen op de houding *waarmee* ik dat deed. De houding *waarmee* ik tonen maakte, melodieën en ritme vormde. De houding *waarmee* ik muziek door mij kon laten klinken.

Hoe meer ik begon te oefenen met deze muzikale, helende werkvormen, des te steviger voelde ik mezelf als mens worden. Daarmee veranderden ook mijn muzikale uitingen. Ik begon te merken dat door mijn veranderde innerlijke houding de muziek die ik maakte anders op mensen uitwerkte. In het boek waaruit ik hierboven al citeerde, las ik de volgende uitspraak die hierbij aansluit.

“As musicians / healers, it is our destiny to conduct an inward search, and to document it with our music so that others may benefit. As they listen to the music coming through us,

they too are inspired to look within. Light is being transmitted and received from soul to soul”²

Wat fantastisch zou het zijn, als er van uit dit bewustzijn gemusiceerd zou worden! Wat fantastisch zou het zijn, als van uit dit bewustzijn gedoceerd zou worden op muziekscholen en vooral ook op conservatoria! Niet puur resultaatgericht, maar startend bij de innerlijke houding en de heelheid die in iedere student ligt. Niet vanuit de houding dat muziek van buiten naar binnen getrokken dient te worden, maar dat de muziek de ruimte kan krijgen om door de musicus heen te kunnen spelen. Zich kan laten ontvouwen dóór de musicus als kanaal. De musicus is zelf het instrument waardoor de muziek speelt. Hoe zuiverder dat instrument dat de musicus zelf is, des te meer zeggingskracht zal de muziek die er door heen klinkt hebben!

Een pleidooi om binnen muziekopleidingen de ontwikkeling van de mens in iedere aankomende musicus, meer aandacht te geven. Om de muzikale ontwikkeling te starten bij het innerlijk van die mens. Daardoor zouden er wel eens veel studenten bespaard kunnen blijven van gevoelens van diepe leegte, gevoelens van minderwaardigheid, van psychische problemen of faalangsten tijdens of na hun studie. Daardoor zou de muziek wel eens met veel meer diepte kunnen gaan klinken. Mooie muziek waar de luisteraar wezenlijk door geraakt kan worden. Maar bovenal mooie waardevolle musici, zelfs als ze niet musiceren!

Jacqueline van Koolwijk (geb. 1969) studeerde docerend en uitvoerend musicus en volgde daarna de opleiding tot muziektherapeute. Zij werkte als docente aan diverse muziekscholen, en als muziektherapeute binnen een school voor zeer moeilijk lerende kinderen en binnen een zorginstelling voor mensen met zeer ernstige verstandelijke beperkingen. Thans richt zij zich steeds meer op het uitdragen van haar kennis, ervaring en inzichten over de werking van muziek, door middel van het aanbieden van cursussen, workshops, gastlessen en het schrijven van boeken.

² Blz. 13 – “Effortless Mastery” – Kenny Werner