



Op de ademtocht van de goden en de muzen

TEKST: TON SMITS • BEELD: LUCILLE CLERC / PRINT CLUB LONDON

Ze doen zich met enige regelmaat voor en toch blijven het magische momenten: die keren waarop we diep worden geraakt en worden aangezet tot creatie. Wat gebeurt er met ons als we die bezieling voelen? Waardoor laten we ons begeisteren? En hoe speelt begeestering in het begeleidingswerk? Een gedachtenwisseling tussen Phoenixtrainers Manon Miessen en Mirjam Dirkx.

Wat betekent begeestering voor jullie?

Manon: 'Dat je zó wordt aangeraakt, dat er een vuur in je wordt aangestoken, een motortje aangezet. Dat kan gepaard gaan met het besef dat ik me verbonden voel met een groter geheel en zin krijg om zelf nieuwe stappen te zetten. De momenten waarop ik echt begeistert raakte, waren de momenten waarop ik weer goed verder kon met mijn eigen leven.'

Manon vertelt hoe ze geïnspireerd raakte toen ze bij Phoenix aan de driejarige begon. 'Vanaf de eerste dag openbaarde zich een nieuwe manier van kijken en van omgaan met mezelf en de dingen die ik tegenkom in het leven. Dat heeft me "aangezet" en gemaakt dat ik verder wilde gaan en meer opleidingen ben gaan volgen.'

De afwezigheid van begeestering is haar ook niet onbekend. 'In de coronaperiode miste ik de schoonheid in mijn leven. Er moest zoveel geregeld worden dat ik bijna alleen maar bezig was met praktische zaken. Ik werkte, sliep en at. Leven werd overleven. Toen ontdekte ik een Facebookkanaal met naïeve kunst. Ik ga daar regelmatig even voor zitten en laat de beelden op me inwerken. Het doet me goed.'

'Toen de wereld weer wat meer openging, merkte ik dat de ruimte om mij heen weer groter werd. Hoe ik me weer meer verbonden voelde met de mensen om mij heen. In dat verband moet ik denken aan Fanita English, die drie drijfveren onderscheidt die ons motiveren: survia, transia en passia. Transia, het voelen van de verbinding met het grotere geheel, en passia, het gevoel voor de dingen die voor jou belangrijk zijn, waren in de coronaperiode te veel naar de achtergrond geraakt. Weer eens door Parijs lopen, andere talen horen, familie en vrienden bezoeken: al die dingen die het leven glans geven, keerden gelukkig weer terug.'

'Mensen hebben kennelijk het vermogen om met hun scheppende kracht iets te maken wat wij allemaal ervaren, waarin we ons allemaal kunnen herkennen.'

Een verbond van het stoffelijke en onstoffelijke

Mirjam: 'Begeestering gaat bij mij over de combinatie van het geestelijke en het aangeraakt worden. Taal, bijvoorbeeld

literatuur of gedichten, kan dat bewerkstelligen, maar ook beeldende kunst of muziek. Een kunstwerk kun je zien als een abstractie van de ervaring van de kunstenaar: via het kunstwerk deelt hij zijn ervaring met ons. Daarmee wordt iets universeels aangeraakt. Volgens Jung heeft de kunstenaar via zijn kunst toegang tot het collectieve onbewuste. Dat weet hij voor ons te ontsluiten. Tijdens een concert kan dat ook gebeuren, dat er iets in je geraakt wordt waar je je nog niet bewust van was. Mensen hebben kennelijk het vermogen om met hun scheppende kracht iets wakker te roepen bij de ander, wat nog lag te slapen. Dat vind ik van grote schoonheid. Wat ik heerlijk vind aan muziek, is dat het een wat abstractere, ruimere taal is. Vroeger, bij mij thuis, gebeurde er veel dat voor mij onbegrijpelijk bleef. Muziek bood mij de mogelijkheid uiting te geven aan wat ik voelde, zonder dat het heel expliciet werd.'

'In wat we hebben gemist, zit ook zo'n verlangen. Als het je dan toevalt, als je er weer contact mee maakt, kan dat zo rijk voelen en voedend zijn'

Mirjam vertelt over een concertervaring die het verbond tussen het stoffelijke en onstoffelijke bewerkstelligde. 'Ik herinner me de 'Vingt regards sur l'enfant-Jésus' van Olivier Messiaen, dat opgebouwd is uit twintig beschouwingen op het kind Jezus. Bepaalde akkoorden, akkoorden van God, komen daarin steeds terug. Voor mij was dat een bijna spirituele beleving. Ik ben niet gelovig, maar elke keer als die akkoorden kwamen, voelde ik iets rondom mijn kruin en stroomden er tranen van ontroering over mijn wangen. Dit stuk had ik twintig jaar eerder ook gehoord. In mijn reactie zat waarschijnlijk iets van die herinnering. Maar ik denk dat de muziek mij zo in mijn ziel raakte, omdat ik deze ervaring niet zo goed ken of lange tijd heb gemist. Misschien is dat wel de kern: in wat we hebben gemist, zit ook zo'n verlangen. Als het je dan toevalt, als je er weer contact mee maakt, kan dat zo rijk voelen en voedend zijn. En dat is deels een lijflijke ervaring. Zoals fenomenologisch filosoof Maurice Merleau-Ponty het verwoordde: de kunstenaar zet z'n lichaam in, want de geest kan niet schilderen. Voor de ontvanger geldt het omgekeerde: aan mijn lichaam merk ik dat ik ben aangeraakt door de noten, die op zich heel onstoffelijk zijn.'

OLIVIER MESSIAEN

I. Regard du Père

(Et Dieu dit: "Celui-ci est mon Fils bien-aimé en qui j'ai pris toutes mes complaisances"...)

Extrêmement lent - mystérieux, avec amour (♩ des triolets = 60)

PIANO

(Thème de Dieu)

8^a bassa

Begeestering versus bewondering

Mirjam: 'Onlangs woonde ik in de Doelen een concert bij van Martha Argerich. Er stapte een meisjesachtige vrouw van eenentachtig het podium op, met een bos lang haar. Vanaf het moment dat ze plaatsneemt achter de vleugel, toont ze haar ongekende souplesse. Ze is helemaal thuis in haar taal. Ze dicteert het orkest, het is haar feestje. Ik bewonder haar om haar overgave en discipline; elk detail van de muziek heeft ze zo doorleefd. Daar zijn ongelooflijk veel uren aan besteed.'

'Als je dingen wilt doen die echt de moeite waarde zijn, kom je af en toe in het donker terecht'

Manon: 'Van Martha Argerich is bekend dat ze nog steeds podiumvrees heeft. Haar concerten worden vaak minutenlang uitgesteld, omdat ze niet durft op te komen. Maar steeds

opnieuw is de noodzaak van binnen om op te treden groter dan de angst. Ik zie mooie parallellen met mijzelf en ons werk. Die angst ben ik tegengekomen in mijn muziekopleiding. Het was een van de redenen om niet te kiezen voor een carrière als zangeres. Ik vond het te spannend. Toen ik bij Phoenix kwam werken, ontmoette ik diezelfde angst. Ik realiseerde me dat als je dingen wilt doen die echt de moeite waarde zijn, je af en toe in het donker terecht komt. Dat er momenten zullen zijn waarop je jezelf verwenst. Maar ook dat de beloning groot is: dat is de groei die je doormaakt.'

Mirjam: 'Ik heb dat ook in mijn opleiding geleerd: hoeveel muziekontwikkeling er mogelijk is als je ook zelf steeds die stap zet. Ook al durf je het niet, toch doen. Ik houd daarom ook echt van discipline. Dat heeft ook te maken met ons vak: telkens weer de dingen willen vastpakken. En iedere keer als het nog niet lukt, denken: maar hoe kan het wel?' >

Begeestering door het begeleidingswerk

Mirjam: 'De ontroering die ontstaat als je werkelijk gezien en ontvangen wordt in wie je bent: ik vind het heel inspirerend als dat lukt. Dan moet ik denken aan de driejarige, waarin vooral in het eerste jaar al dat gedoe nog speelt met projecties. Meestal ergens in het tweede of derde jaar kunnen mensen door het beeld heen kijken dat ze vanuit hun verleden op de ander hebben geplakt. Dat zijn magische momenten. Het geeft mij enorm veel inspiratie als het lukt om echt te snappen wat er gebeurt, elke keer opnieuw. Daar heb ik naast mijn lichaam ook mijn geest voor nodig. Ik moet dan zowel mezelf leren verstaan als de ander. Geen eenvoudig bochtje, want ik moet met mijn geestkracht voorbij mijn eigen denk-beperkingen zien te komen. Wel tof als dat lukt!'

'Het is essentieel dat je je verbonden voelt met je bron, dat je de illusie loslaat dat je het alleen kunt in het leven.'

Mirjam Dirx (1969) studeerde klassiek piano aan het conservatorium. Zij is mede-auteur van verschillende boeken van Phoenix en houdt zich bezig met de inhoudelijke ontwikkeling van het opleidingsaanbod. Mirjam kun je tegenkomen als trainer bij opleidingen en workshops.

Manon Miessen (1971) is trainer bij Phoenix en medeverantwoordelijk voor de dagelijkse leiding. Zij verzorgt opleidingen, supervisie en coaching. Daarnaast geeft zij vorm aan het communicatie- en mediabeleid. Manon studeerde aan het conservatorium (jazzzang), werkte als muziekproducent bij de omroep en had een eigen praktijk als coach en trainer, voordat zij bij Phoenix aan de slag ging.

Wat als het vuur gedoofd is?

Manon: 'Bij Phoenix werken we veel met het begrip "bron en bestemming". Om onze bestemming te bereiken, kunnen we niet anders dan terug te keren naar waar we ooit vandaan kwamen. Het is essentieel dat je je verbonden voelt met je bron, dat je de illusie loslaat dat je het alleen kunt in het leven. Het kan spannend en pijnlijk zijn om achterom te kijken en daarmee contact te maken. In de begeleiding kun je soms hulpbronnen inzetten om de cliënt die verbinding te laten maken. Een verhaaltje dat thuis werd verteld, een liedje van ooit, een bezoek aan het dorp waar je bent opgegroeid. Dingen die ons weer op het spoor zetten naar waar we vandaan komen. Ik herinner mij een cliënt met een burn-out. Ze was zo ongelukkig en eerlijk gezegd wist ik het ook niet meer. In een ingeving begon ik een liedje te zingen: *There is a crack in everything*. Een week later kreeg ik een mailtje: 'Ik moet toegeven dat ik het raar vond wat je toen deed, maar het liedje is de hele week bij me gebleven en vandaag heb ik voor het eerst sinds lange tijd mijn ouders opgezocht.' 🐣

