



Boekbespreking

‘Muzen hebben het vermogen hun weg te vinden tot in de geheime plaatsen van de ziel.’

– Wibe Veenbaas

De muzen aan het woord

– Annemijn Birnie, Mirjam Dirx

Zelf muziek maken is een prachtige bezigheid – altijd komt er een moment waarop een klank je raakt of een *groove* je de tijd laat vergeten. De muzen stimuleren je creatieve brein, geven je emoties de ruimte en ontvoeren je naar plekken waar je tegelijkertijd het onschuldige kind bent en de wijze, doorleefde magiër. Misschien schuilt daarin de ecologie van het werken met de muzen: dat je een ruimte maakt waarin het persoonlijk proces verbonden raakt met universele principes.

Het boek *De muzen aan het woord* gaat over ‘werken met beeld en muziek in coaching, therapie en training’. Het boek is mooi vormgegeven, de opbouw is overzichtelijk en alleen al het doorbladeren is een genot dankzij de fantastische foto's van kunstwerken en de vele rake citaten zoals dit van Aldous Huxley: ‘Na de stilte komt muziek het dichtst bij het zeggen van het onzegbare.’

De auteurs zijn gepakt en gemazeld in het begeleidingswerk en werken vanuit



een gedegen basis in de muziek en beeldende kunst. Ze vullen elkaar vanuit hun verschillende disciplines perfect aan. In hun boek moedigen ze niet alleen kunstenaars uit andere disciplines aan om in hun eigen métier te experimenteren met groeps- en begeleidingswerk, ze willen vooral coaches en begeleiders zonder artistieke achtergrond stimuleren om op een muzische manier de verbinding met hun cliënten te zoeken.

Mirjam Dirx beschrijft in de hoofdstukken over muziek kort en doeltreffend de kwaliteiten van dit medium: ritme, klank, melodie en dynamiek, tempo en vorm. Over ritme zegt de componist Igor Stravinsky: ‘Muziek herstelt orde in chaos, met name de relatie van de mens tot de tijd.’ Mirjam legt uit: ‘Ademritme kun je gebruiken om vastgezette ervaringen weer in beweging te krijgen.’ Aan het eind van het boek staat een verzameling praktische werkvormen om

mee te oefenen. Zo werkt bijvoorbeeld de *afscheidsliep* als een ritmisch gebonden ritueel om rouw en verlies toe te laten. In een andere oefening – *dirigent en leiderschap* – kan het spelen met klanken ingezet worden om (onbewuste) communicatiepatronen zichtbaar te maken. Mijn favoriete oefening is de *bodyclap*, waarin het hele lichaam als percussie-instrument wordt gebruikt. Stampen, klappen, knippen, op de wang slaan of op de borst trommelen – door al deze geluidsbronnen met elkaar te verbinden, worden niet alleen de chakra's gestimuleerd maar het hele lichaam en de geest in trilling gebracht. Op een eenvoudiger manier kun je levenslust niet ervaren en vieren.

Annemijn Birnie geeft in de laatste twee hoofdstukken uitleg over haar medium: beeldende kunst. Zo komen tekenen, schilderen, boetseren, collages maken en vilten aan bod. Alleen al het lezen van de beschreven werkvormen en de zorgvuldig gekozen oefeningen voor het begeleidingswerk laten mijn handen jeuken om op deze manier de muzen te roepen en te koesteren. De vele afbeeldingen van door cursisten gemaakte kunstwerken spreken enorm tot de verbeelding en nodigen uit om zelf aan de slag te gaan.

Naast de beschrijvingen van actieve oefeningen geeft Mirjam Dirx ook voorbeelden van het receptief thematisch werken met muziek. Zo beschrijft ze haar praktijkervaringen met drie beroemde voorbeelden uit de muziekgeschiedenis: twee geniale orkestwerken

Michael Klier is Phoenix-cursist en al sinds zijn jeugd een fervente lezer. 'Mijn grote liefdes zijn boeken en muziek. Thuis hadden we een boekenkast waarvan de inhoud me net zo fascineerde als de muziek die ik mijn vader op zijn viool hoorde spelen. Nog steeds duik ik daarom bijna elke dag met mijn neus in een boek.' In deze rubriek beschrijft hij zijn ervaringen met de boeken van de boekenlijsten die bij de opleidingen horen.

van Stravinsky respectievelijk Gustav Mahler en een klavecimbelprelude van Johann Sebastian Bach. Dirx legt Bachs compositorische principes gedegen uit en vergelijkt ze met de ordening in systemisch werken. Op dit moment wordt het boek erg theoretisch en kan ik haar niet overal in volgen. 'Verzetten ze (de eerste en tweede stem) zich tegen de ordeningsprincipes, dan valt de essentie van de muziek weg.' De essentie van de muziek of een gedicht zit volgens mij niet in de door de componist of dichter gebruikte regels maar juist in de dimensie erachter.

Maar juist de combinatie van actieve en passieve werkvormen maakt het boek voor de rest erg boeiend. Zowel het luisteren naar als het actief bezig zijn met muziek in al zijn facetten geeft iedere coach en begeleider ontelbare mogelijkheden om met de muzen non-verbaal te werk te gaan. Heel handig is in dit verband de uitleg van het systemische ontmoetingsmodel en het verbindende veld halverwege het boek. Voor de beoogde doelgroep (ervaren begeleiders die op identiteitsniveau werken) is dit wellicht gesneden

koek, maar voor de minder doorgewinterde lezer is dit een fantastische introductie in het gedachtengoed van Phoenix en aanverwante leerscholen.

De muzen aan het woord staat vol van geestige citaten en boeiende voorbeelden uit de kunsten. De vele praktische tips hebben me nuttige inzichten gegeven voor het werken met muziek en beeldende kunst in allerlei begeleidings-situaties. Bijzonder behulpzaam zijn de al genoemde laatste hoofdstukken: een verzameling van actieve werkvormen voor zowel het individuele coachen als ook voor het begeleiden van groepen.

'De muzen zijn een toegangspoort tot ons persoonlijke en tot het collectieve onbewuste' schrijven Birnie en Dirx in de epiloog van hun prachtige boek. Door het lezen zijn voor mij nieuwe deuren opengedaan. Het boek heeft me aangemoedigd om mezelf volledig te accepteren als doorgewinterd muzikant, deze realiteit te laten versmelten met de erfenis vanuit mijn familiesysteem en vanuit dit bewustzijn mijn coachingspraktijk uit te bouwen. Mijn ontdekkingsstocht gaat verder. 🌀