

Kunst als toegangspoort tot zelfontplooiing

ONDERZOEKEND GESPREK NAAR DE WAARDE VAN KUNST VOOR BEGELEIDINGSWERK

Mirjam DIRKX en Annemijn BIRNIE

INLEIDING Op een avond in het najaar van 2015 beleggen we in Utrecht een onderzoeksbijeenkomst rondom de waarde van kunst voor begeleidingswerk, met Anutosh (AN; beeldend kunstenaar), Mieke Moor (MM; filosoof en organisatieadviseur bij Twynstra Gudde) en Morten Hjort (MH; opleider en directeur bij Phoenix Opleidingen). Wijzelf (MD en AB) zijn creatief begeleiders, en leren coaches, therapeuten en trainers werken met beeld en muziek. We zijn nieuwsgierig naar de bevindingen van onze gesprekspartners over kunst als middel tot zelfonderzoek en -ontwikkeling.

Dit kleine gespreksonderzoek, gebaseerd op ieders ervaringen, hebben we voor dit artikel aangevuld met ondersteunende theoretische beschouwingen. We hopen een ant-

woord te vinden op de vraag of kunst een wezenlijke en unieke bijdrage kan leveren aan het proces van zelfontplooiing.

SCHEPPINGSPROCES We gaan van start bij een schilderij van Anutosh, dat in de trainingsruimte van Phoenix Opleidingen hangt. We kijken aandachtig naar het kleuren- en lijnenspel, naar de oplichtende spikkels. We vragen de schilder (AN) hoe het scheppings-

M. Dirkx, pianiste en coach, is trainer en auteur voor Phoenix Opleidingen te Utrecht. E-mail: mirjam@demuzenaanhetwoord.nl.

A. Birnie is psychosociaal en creatief begeleider, en beeldend kunstenaar te Utrecht.

*De auteurs schreven ook *De muzen aan het woord. Werken met beeld en klank in coaching, therapie en training* (2013).*

proces van dit schilderij gestalte kreeg en wat voor 'zelfonderzoek' eraan ten grondslag ligt. Hij vertelt: 'Als ik schilder, begin ik met een soort leegte. Een plek waar ik reis als ik mijn ogen sluit, een innerlijk landschap. Van daaruit bouw ik het schilderij in een paar lagen op. Ik weet dan nog niet wat er gaat gebeuren. Pas na een tijdje ga ik reageren; er ontstaat een dialoog.

Dit doek is niet alleen letterlijk, maar ook figuurlijk gelaagd. Door te werken met verschillende materialen die elkaar ook afstoten, ontstaat er frictie, een conflict. De gele spikkels die werken als een soort zonsverduistering, zijn een extra beeldelement. Zij geven het schilderij zout en peper, en rugengraat. Het gaat over het menselijk handelen, over beweegredenen. Ik heb natuurlijk overal ideeën en meningen over, en in plaats van die verbaal te spuien, probeer ik ze te verinnerlijken en te vertalen naar het doek. Je kunt zeggen dat er zo een soort analogie is tussen microkosmos en macrokosmos. Ik mik op een directe emotie in je hart of je buik, het heeft geen intellectuele insteek ... Ik hoorde een keer een interview van Rudi Fuchs met een jonge kunstenaar, die hij vroeg naar de bedoeling van zijn werk. De kunstenaar antwoordde dat hij beter kon vragen: hoe heb je dit werk gemaakt? Want in die uitleg komt vanzelf een deel van de bedoeling naar voren.'

Collectief onbewuste

Over het scheppingsproces van de kunstenaar heeft psychiater en psychotherapeut Carl Gustav Jung (1875-1961) fijnzinnig geschreven. Hij stelt: 'Of de kunstenaar nu weet dat zijn werk in hem verwerkt is, groeit en rijpt, of dat hij zich inbeeldt dat hij naar eigen opzet zijn vondsten vorm geeft, verandert niets aan het feit dat in werkelijkheid

zijn werk groeit in hem. Het kunstwerk verhoudt zich tot de kunstenaar als een kind tot de moeder. De psychologie van het creatieve is eigenlijk vrouwelijke psychologie, want het creatieve werk groeit uit onbewuste diepte op' (Van den Berk, 2009, p. 171).

Jung vond dat grote kunstenaars een scheppingskracht bezitten die sterker is dan zichzelf. De drang om te scheppen noemde hij een autonoom complex, iets dat zich vanuit het onbewuste als het ware opdringt, iets wat niet te onderdrukken valt. Het psychische reservoir waar de kunstenaar uit put, is volgens Jung het collectief onbewuste. Hierover schreef hij: 'Dit onbewuste, dat in de structuur van de hersenen begraven ligt en dat zijn levendige tegenwoordigheid slechts openbaart in de creatieve fantasie, is het bovenpersoonlijke onbewuste. Het leeft in de creatieve mens, het openbaart zich in het visioen van de kunstenaar, in de inspiratie van de denker, in de innerlijke ervaring van het religieuze. Dat bovenpersoonlijke onbewuste is, als algemeen verbreide structuur van de hersenen, een algemeen verbreide "alomtegenwoordige" en "alwetende" geest"' (Van den Berk, 2009, p. 111).

Kunstenaars putten bij het scheppen van hun werk volgens Jung uit het collectief onbewuste. In het creëren dalen ze als het ware af in dit magische gebied, waartoe met name kunstenaars gemakkelijk toegang hebben. Dit vermogen tot 'onderduiken' in het collectief onbewuste, is het geheim van het scheppen van kunst.

SYMBOLLEN EN HUN WERKING We zetten ons onderzoekende gesprek aan tafel voort. De aanwezigen vertellen over een kunstwerk dat hen geraakt heeft en pogen te verwoorden wat dat werk voor hen symboliseert. AB: 'Ik was op een tentoonstelling van de

Zuid-Afrikaanse kunstenares Marlene Dumas in Amsterdam, en het werk *The painter* blijft me almaar bij. Dumas heeft zichzelf als kind geschilderd, en ik moest erg aan mezelf denken. Als ik schilder, dan schildert het kind in mij mee.

Wat mij fascineert, is dat de handen van het kind zo smerig zijn. Dat vind ik heel fijn aan schilderen; dat ik vies wordt, dat het doek vies wordt, dat ik ruimte inneem door te knoeien. En wat ik mooi aan het werk vind, is dat het kind onschuldig is en tegelijkertijd schuldig. Ze heeft rode en paarse verf of bloed aan haar handen - het is maar hoe je het interpreteert. Dus zo werkt het bij mij, het kind in mij moet vertellen en het moet ook ruimte innemen ... en daardoor maak ik ook vuile handen'.

MD: 'Een half jaar geleden was ik in het Muziekgebouw aan het IJ bij een concert van de pianist Pierre Laurend Aimard die *Vingt regards sur l'enfant Jesu* van Messiaen speelde: vrij te vertalen als twintig beschouwingen op het kind Jesus. God is een van de beschouwers, en hij komt telkens terug in deze compositie.

Elke keer als deze verstilde maar rijk gekleurde akkoorden van God klonken, stroomden er tranen over mijn wangen. Geen verwrongen verdrietige tranen, meer tranen van ontroering. Alle andere beschouwingen vond ik prachtig, maar alleen bij die van God moest ik huilen. En tegelijkertijd - en dat durfde ik bijna niet te geloven, ik vond het zelfs stom! - voelde ik een hand op mijn hoofd. Dat kán niet, dacht ik.'

AN: 'Je luisterde mogelijk naar een heel geïnspireerd spel?'

MD: 'Misschien wel. Maar hoe dat precies werkt, dat vind ik wonderlijk. En misschien wil ik ook niet helemaal precies begrijpen, wat er dan gebeurt. Maar het boeiende is, dat

ik zo'n hand op mijn hoofd niet zo goed ken. Ik ervoer mezelf als heel klein en heel groot tegelijkertijd. Gedragen en verbonden met iets groters.'

AN: 'Elke geïnspireerde kunstenaar of musicus raakt een snaar op een laag die niet van hem is. Ik vind bijvoorbeeld de gedichten van Rumi heel mooi, en dat was een zeer geïnspireerd man. Maar je kunt het niet zien als iets wat alleen uit zijn intellect voortkomt. Het is ook iets spiritueels of iets dat goddelijk geraakt is. Het feit dat het vanaf de dertiende eeuw nog steeds mensen raakt, of je nu atheïst bent of niet, daar zit voor mij iets van goddelijke inspiratie in'.

Kracht van kunst

Kunst kan een krachtige symboolwerking hebben voor haar toeschouwers of luisteraars. Jung zag symbolen als 'projecties van onbewuste zielsinhouden, zinnenbeelden die onze zinnen beroeren'. Onder symbolen verstaan wij hier niet de beeldtekens met de bekende verwijzingen, zoals de uil die voor wijsheid staat of het yin-en-yangteken voor het mannelijke en het vrouwelijke, maar uitingen van onbewuste zielsinhouden die door de toeschouwer als zodanig herkend worden.

Symbolen krijgen vorm in beeldtaal of muziek, in beweging of woordcreaties, in sculpturen, video of film. Of iets werkelijk een symbool is of wordt, bepaalt niet de kunstenaar zelf, maar diegenen die het symbool ondergaan. Grote kunst wordt door mensen door de jaren heen herkend als een symbool dat raakt, dat onze eigen zielsinhouden wakker kan roepen. De *Mona Lisa* van Da Vinci, de *Mattheus Passion* van Bach of *Yesterday* van The Beatles zijn voorbeelden van kunstuitingen die door de eeuwen heen herkend zijn als krachtig symbool.

Het is niet de individuele inbreng van de kunstenaar of zijn persoonlijke geschiedenis die ons raakt in een kunstwerk. De kracht van het kunstwerk is juist onpersoonlijk, want het gaat om een symbool dat opgediept wordt uit het collectief onbewuste. Jung zegt hierover dat 'de instelling op het persoonlijke, die het gevolg is van de vraag naar de persoonlijke causaliteit, tegenover het kunstwerk volkomen inadequaat is, omdat het kunstwerk geen mens is, maar iets dat het persoonlijke te boven gaat (...)' De bijzondere zin van het kunstwerk is zelfs dat het erin slaagt zich uit de sloppen en stegen van het persoonlijke te bevrijden en al het vergankelijke en kortademige van het puur persoonlijke ver achter zich te laten' (Van den Berk, 2009, p. 110).

De componist Louis Andriessen verwoordt het als volgt: 'Mij interesseert het werk. Er zijn bepaalde componisten die ik ontzettend goed vindt, maar wat ze hebben uitgespookt in hun privéleven zal me een zorg zijn. Je beperken tot de persoon is hem idealiseren. Bovendien, de kunstenaars waar ik van houd verdwijnen in het kunstwerk' (Andriessen, 2010). Teruggrijpend op *Vingt regards sur l'enfant Jesu* of op het schilderij *The painter*, zou je deze als symbolen kunnen zien die zich als het ware hebben 'opgedrongen' aan hun scheppers. Zij kijken en luisteren met een soort afstandelijkheid, nemen het schepingsproces waar en ontwikkelen het symbool, zonder dat zij zich bewust zijn van het waarom van hun schepping.

FENOMENOLOGIE MM vertelt wat haar overkwam bij de aanblik van een kathedraal. 'Ik was deze zomer in Orvieto in Italië en daar staat een grote duomo. Het is een stad die ligt op een hoge rots, al door de Etrusken gesticht, en je loopt van de benedenstad

naar de bovenstad. Als je boven komt, stuit je op de zijkant van de duomo en die is helemaal zwart-wit gestreept. Ontzettend knap gedaan, want die stenen waren natuurlijk helemaal niet recht. Maar de strepen zijn allemaal recht.

Ik liep om die kerk heen en kwam voor het front te staan. Ik was vergeten hoe ongelooflijk mooi dat was. Ik moest huilen, zo indringend kwam het op me over. Het was bijna een stendhalsyndroom.¹ Ik werd er totaal door overrompeld. Dat mensen dat gemaakt hebben! Ze zijn er natuurlijk niet meer, maar het werk is er nog wel. En dat we daar nog steeds zo van kunnen genieten ...'

Zien

Het stendhalsyndroom kun je zien als een fenomenologisch verschijnsel. Fenomenologie betekent letterlijk 'de verschijnselen laten spreken' en de fenomenologische methode ligt aan de houding van 'zien' ten grondslag. Deze methode gaat uit van de wisselwerking tussen de mens en de wereld om hem heen. Zij horen bij elkaar, zijn met elkaar verbonden en vanuit deze verbinding geeft de mens zin aan de dingen. De mens luistert dus naar wat de dingen hem te zeggen hebben en heeft aandacht voor de werkelijkheid zoals die zich aan hem voordoet. Bert Hellinger, grondlegger van het systemisch werken, spreekt in dit kader over het 'zien' van de mensen: 'Ik maak onderscheid tussen observeren en zien. Het woord observeren betekent individuen tot in detail waarnemen, maar dat gaat ten koste van de per-

¹ Psychische aandoening met fysieke reacties zoals duizeligheid, versnelde hartslag en zelfs psychosen, vernoemd naar de negentiende-eeuwse Franse schrijver Stendhal die beschreef hoe hij overrompeld werd door de schoonheid van het Uffizi.

ceptie van het geheel. Wanneer ik iemands gedrag observeer, observeer ik wat die persoon doet, maar de persoon als totaliteit ontgaat me. Wanneer ik personen zie, dan neem ik ze als geheel in mij op. Daardoor kunnen allerlei details van hun gedrag mij ontgaan, maar ik neem direct waar - ik voel aan - wat er wezenlijk aan hen is en ik doe dat ten dienste van die persoon als de ander' (Hellingner, 2001, p. 206).

Als we deze fenomenologische visie vertalen naar het werken met kunst, dan ontstaat er een wisselwerking tussen de mens, de wereld waarin hij leeft en het creatieve werk dat hij maakt of aanschouwt. Aan de begeleider de taak de verschijnselen van het creatieve werk te zien in relatie tot de mens die de cliënt is en de wereld waarin hij leeft.

DE TAAL VAN HET LIJF MH vertelt over de fenomenologie van de verbale én de muzikale taal: 'Voor de opleiding professionele begeleiding van organisaties maakten we een map en voor elk hoofdstuk is bij het thema passende muziek gezocht. Ik doe altijd erg mijn best om zo'n tweedaagse in te leiden - ik durf, met enige schroom, te zeggen dat ik dan een soort kunstenaar met woorden ben - maar heb de ervaring dat ik het precies zover kan verwoorden, als met taal mogelijk is. Het luistert heel nauw, want het is als een richeltje waar je net naast zit of net erop. Je kunt je er ook niet echt op voorbereiden, want het moet op zo'n dag ook een beetje naar je toe komen.

En dan loopt MH naar de piano en zegt hetzelfde, maar op een andere manier. Ze raakt daarmee een andere staat van bewustzijn aan, dan met de verbale taal gebeurt. Als ik de ruimte groot maak, dan maakt zij de ruimte vervolgens nog groter. Het komt in een groter verband terecht, wat niet zo heel mak-

kelijk met woorden toegankelijk is.'

MM: 'Muziek is daarin ook wel ongelooflijk onmiddellijk.'

MH: 'Bij de eerste klank is het er. Wij werken bij Phoenix veel met het *ik* en *het zelf*, en volgens mij is kunst een toegangspoort tot het zelf, tot dat heel grote onbewuste veld waar we uit voortkomen, wat eigenlijk niet gekend kan worden. Je kunt wel reizen, maar je kunt nooit zeggen: ik heb het uitgezocht.'

AB: 'Het lichaam doet daar ook in mee, zoals de fenomenoloog Maurice Merleau-Ponty zegt: de geest kan niet schilderen, maar het lichaam wel. We kunnen het over God hebben, maar het komt ook uit mij. De kwast is als een verlengstuk van mijn lijf.'

AN: 'Karel Appel heeft de gevleugelde woorden gesproken: de scheppende gedachte bestaat niet uit ideeën, het is een ontmoeting van geest en materie. Als het een echt schepend proces is, dan ben je zelf vrij leeg en dan komt het door je heen. Dat vertoont overeenkomsten met het werken met mensen of aan een schilderij. Als ik ertussen ga zitten, gaat het bij mij in ieder geval vaak stroever.'

Lichaam en waarneming

Maurice Merleau-Ponty (1908-1961), een Frans fenomenologisch filosoof die schreef over de perceptie van waarnemen, benadrukt het belang van het betrekken van het lichaam bij de waarneming. Hij ziet het lichaam als primair middel om de wereld te leren kennen, door de relatie tussen de waarnemer en het waargenomene in de beschouwing te betrekken. Deze relatie, als een overbrugging tussen binnen- en buitenwereld, vergelijkt hij met de spanningsboog tussen voor- en achtergrond in een kunstwerk: 'Het zoeken van de kunstenaar naar een oplos-

sing voor het probleem van de contour in een overgangsgebied tussen voor- en achtergrond, is een afspiegeling van het zoeken van de filosoof naar het omschrijven van een ruimte, waarin het andere en de ander gekend wordt', schreef hij.

Je lichaam buiten je waarneming houden, betekent je gevoelens en manier van relateren buiten beschouwing laten, waardoor je beoordelaar wordt van de 'verschijnselen' bij de cliënt. Je kunt de ander alleen wezenlijk kennen als je zelf deelnemer in het 'gekende' bent. Je bezit niets anders dan je eigen lichaam, om de wereld mee te leren kennen; je bent zowel waarnemer als onderdeel van het waargenomene.

Voor zijn onderzoek over waarneming bestudeerde Merleau-Ponty de kunstschilder Paul Cézanne (1839-1906), terwijl deze de mont Saint-Victoire (een berg in Zuid-Frankrijk) aan

het schilderen was. Zo probeerde hij een gecompliceerd waarnemingsprobleem te verbeelden: in de schilderkunst dat van de figuur tegen de achtergrond, in de fenomenologie dat van een waarnemer en het waargenomene. Hij beschrijft het als volgt: 'In de totale ontmoeting wordt het kijkende subject net zo goed bekeken, want de wereld die wordt bekeken, blijkt op zijn beurt een kijker. De berg is dan ook geen statisch object, maar een fenomeen verweven met de waarneming. De schilder hoeft niet over de wereld te oordelen, hij laat zien, hij laat zichzelf zien, hij laat zijn eigen zien zien.'

Cézanne kon dit 'eigen zien' tonen, doordat hij het object 'in bezit nam', doordat hij het

object in zichzelf 'liet ontkiemen'. Daarmee veranderde het onderscheid tussen het object en de kunstenaar. Merleau-Ponty - ook wel de filosoof van het wetende lichaam genoemd - zei dat dit ontkiemen gebeurt in het lijf en dat het lichaam hiervoor de voedingsbodem is.

TOT BESLUIT

We zetten het gesprek voort. Over Joseph Beuys' uitspraak dat iedereen kunstenaar is, over vormkracht en vrijheid, over schoonheid en rauwheid. Een boeiende verkenning

waarbij zowel de werking, als de magie van kunst in begeleidingswerk de leidraad vormt. Terugkijkend op onze beginvraag of kunst een wezenlijke en unieke bijdrage levert aan het proces van zelfontplooiing, denken we deze bevestigend te kunnen beantwoorden.


Vanuit ons empirische onderzoeksperspectief valt ons op dat alle gesprekspartners impactvolle ervaringen delen over de wisselwerking tussen henzelf en een kunstwerk. Met behulp van het werk 'laten ze zien, laten ze zichzelf zien en laten ze hun eigen zien zien', om in de bewoordingen van Merleau-Ponty te blijven. Het kunstwerk - of het nu zelfgecreëerd is of ondergaan wordt - resoneert met iets wezenlijks in de menselijke psyche, het symboliseert iets van iemands binnenwereld dat 'ontplooit' kan worden.

Maar is het nu de mens zelf (zelfontplooiing) of het kunstwerk dat aanzet tot ontplooiing? Of is het de grotere ruimte waarbinnen het kunstwerk herkend en gekend wordt, het

*Kunst is
misschien meer
een toegangspoort
tot zelfaanvaar-
ding, dan een
middel tot
zelfontplooiing*

collectief onbewuste? Toetredend tot dat grote onbewuste veld, via de kunstwerken die eraan ontsproten zijn, kan onze persoonlijke mores (onze pijn, verlangens en strubelingen) ontspannen en 'uit de plooi' geraken. Opgenomen in een troostrijke rij van voorgangers - kunstenaars van jaren of eeuwen her die net als wij worstelden met oer-menselijke thema's - verwordt ons vermogen

tot zelfontplooiing misschien meer tot een vermogen tot zelfaanvaarding; dat we de aard van ons zelf aannemen, met alle mores die erbij hoort.

Afsluitend kunnen we misschien concluderen dat kunst meer een toegangspoort tot zelfaanvaarding is, dan een middel tot zelfontplooiing. 

LITERATUUR

- Bockma, H. (2010). 'Ik voelde me er meteen heel veilig bij'. Louis Andriessen in 'Kunstenaars over Kunstenaars'. *De Volkskrant*, 20 augustus.
- Berk, T. van den (2009). *Eigenzinnig kunstzinnig. De visie van Carl Gustav Jung op kunst*. Zoetermeer: Meinema-Pelckmans.
- Birnie, A. & Dirkx, M. (2013). *De muzen aan het woord. Werken met beeld en klank in coaching, therapie en training*. Utrecht: Zadoks.
- Hellinger, B. (2001). *De verborgen dynamieken van familiebanden*. Haarlem: Altamira-Becht.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Fenomonologie van de waarneming*. Amsterdam: Boom.
- Veenbaas, W., Broekhuizen, M. & Jansen-Schoonhoven, W. (2011). *De getuige*. Reader. Utrecht: Phoenix Opleidingen.