



Muziek en Leven -
komt op hetzelfde neer
Martie Velthuis

Martie Velthuis is docente blokfluit, viola da gamba en ensemble. Over mystiek en muziek heeft ze veel lezingen gegeven.

*'De principes van muziek en leven liggen niet zo ver uit elkaar, dachten wij.
Dacht je ook niet, Poeh?'*

'Dacht ik wat?' zei Poeh terwijl hij zijn ogen open deed.

'Muziek en leven –'

'Komt op 't zelfde neer' zei Poeh.

B. Hoff, de Tao van Poeh

Nada Brahma is een oude hindoeïstische wijsheid die betekent: de schepping is klank of God de schepper is geluid of klank. Alles in en buiten ons is vibratie, bestaat uit trillingen. Het woord nada betekent klank of geluid, het is verwant aan nadi dat stroom betekent of energiekanaal. In ons lichaam zijn nadi's kanalen waardoor Chi, de levensenergie, naar iedere cel gaat. Het stromen van georganiseerde trillingen wordt ervaren als muziek. Ieder mens weet dat waar woorden ophouden de muziek doorgaat en intuïtieve gebieden aanraakt, en emoties kan losmaken.

Voor een musicus is dat te begrijpen omdat hij/zij in het tot stand brengen van klanken en daar betekenis aan geven, in het moment zelf is.

Dat muziek zo goed voor de ontwikkeling van het brein is en ook kan genezen weten we al sinds Pythagoras. Hij onderzocht trillingsgetallen met behulp van snaren en merkte dat zowel melodieën als samenklanken een uitwerking hebben op het gemoed. Hij liet zijn leerlingen de therapeutische effecten van muziek en dans ervaren en maakte hen ook de onhoorbare "harmonie der sferen" duidelijk.

Maar hoe de verbinding op de hogere gebieden is, en hoe die werking gebeurt, is iets voor fijnproevers.

Luther

Wer sich die Musik erkiest, hat ein himmlisch Gut erworben...

Deze regel van Martin Luther zette me aan het denken toen ik 14 jaar was, en hem in een agenda vond.

Ik had al jong het besef dat wat toen geloof heette heel belangrijk was en vond godsdienstles op school erg interessant. Ik begon muziek maken net te ontdekken.

Dat was thuis niet vanzelfsprekend maar werd wel aangemoedigd. Mijn honger naar muziek ontvlamde: zou dat een hemels goed zijn? Ik was er toen diep door geraakt. Terugkijkend denk ik dat ik intuïtief al vond wat later zo belangrijk voor me zou zijn.

Ik wilde begrijpen hoe Luther dat bedoelde, wat is de relatie tussen hemel en muziek en kies je zelf voor muziek? Verbind je je daardoor met de hemel? Dat wat je in de eerste plaats graag doet en in de tweede plaats bij je ontroering, bij je inspiratie brengt, wat is daar het hemelse aan en hoe verhoudt zich dat tot je voorstelling van God?



Deze vragen reisden met me mee door de jaren heen. Al spelend, zingend, dansend en lesgevend ben ik vaak op het kruispunt beland van spirituele herkenning en uitdrukking in muziek. Op momenten van grote ontroering krijg je soms een inzicht. Zoals mij overkwam toen ik meewerkte aan een uitvoering van Monteverdi's *Vespro della beata Virginiae Mariae*.

Wat je ook onder hemel verstaat, heeft hoe dan ook te maken met iets dat groter is dan jij, boven je verheven, en tegelijk in je. We kunnen het ook noemen: hoger Zelf, het goddelijke.

Je ervan bewust te worden dat er zoiets is als een hemels goed is een ervaring in het diepst van je ziel, een mystieke ervaring.

Waarnemen is ontdekken

Mystieke waarneming is zien met de ogen van de geest, het is het soort zien achter de feiten en de meningen. Deze beschrijving van mystiek las ik op de eerste bladzijde van het boekje van Wil Cox getiteld *Is God muzikaal?*

Is dat het ontdekken van een betekenis, die niet in een genoemd feit vevat is, maar bij beschouwing een grotere diepte in zich heeft?

Is het dan ook zo met de muzikale waarneming, het actieve luisteren? Misschien kun je zeggen: horen met de oren van de geest. 'Aures animi fores': de oren zijn de poorten van de ziel. Het gehoor is het orgaan dat het eerst tot ontwikkeling komt in de moederschoot en het laatste ophoudt te functioneren.

Je ogen kun je sluiten, je oren niet, je staat altijd door geluid in verbinding met je omgeving.

Waar worden we precies geraakt door muziek?

En waar ontstaat in iemand die muziek maakt het initiatief tot het beginnen?

Of beter: waar begint de voorbereiding? Het begint met een voorstelling in de geest van klank en intentie, wat ga ik doen en wat is de rol van wat ik ga doen in het geheel of de solo? Dan: wat is er nodig om precies dat geluid te maken dat ik wil horen?

Ben ik gespannen of stel ik me open voor de inspiratie om het gewenste geluid te produceren?

Het zevenvoudig mensbeeld

In ieder gebied van het zevenvoudig mensbeeld dat de theosofie hanteert, speelt muziek een eigen rol. Laten we dat nagaan in het voorbeeld van het spelen op een instrument. Op het fysieke vlak is dan al veel gebeurd: het instrument is gepakt, zo nodig gestemd, geprobeerd hoe het klinkt, de noten staan evt. voor me. De ruimte is voorbereid. Op het energetische vlak is overal voor gezorgd: er is verwarmd, ik ben



gevoed. De strijkstok heeft hars gekregen, de snaren zijn in goede staat. Op het astrale vlak is een plan gemaakt, ik heb zin of behoefte om te spelen. Het concrete denken is gedaan: er is bedacht welke muziek, met welke instrumenten.

En dan zijn we bij het metaforische denken en krijgt de speler een beeld van de sfeer waarin het zal gaan klinken. Pas dan komt de intuïtie, het buddhische vlak erbij en als het spelen begint laten we de inspiratie aan de ziel, het atmisch gebied over.

Daar kan de connectie met de goddelijke scheppende stroom plaatsvinden.

Muziek voor iedereen

Op belangrijke momenten in het leven zoals bruiloften en uitvaarten luisteren we naar muziek. Het luistert voor de betrokkenen heel nauw welke muziek dat dan is. Iedereen heeft iets met bepaalde muziek en het is letterlijk: zoveel hoofden, zoveel zinnen.

Iemand's smaak of voorkeur wordt gevormd door een trilling die iemand raakt, doet denken aan een sfeer, een idee, een periode in de herinnering. Maar het kan ook een pure ervaring zijn, een ontdekking. Je kunt hiermee al zien dat muziek beluisteren net zozeer een activiteit is als zelf spelen. Wat de luisteraar opvangt, bewust en onbewust en wat zij ermee doet, hangt samen met ontwikkeling van bewustzijn en van muzikale ervaring. Wat je als luisteraar ervaart is voor een deel bewust, je kunt bv. denken: wat een mooi instrument, wat een goed spel, ik houd van deze muziek, en een halfbewust deel: het doet iets met me wat ik niet 'in de hand heb': het maakt me blij ... of droevig.

En natuurlijk is er een onbewust deel in het luisteren: vrijwel niemand hoort alles in een stuk muziek en denk aan de muzak in winkels die het koopgedrag beïnvloedt of je nu wilt of niet. Niet muzikaal zijn bestaat eigenlijk niet, iedereen wordt wel door één of andere soort muziek geraakt, beweegt een beetje mee of herkent een melodie. De behoefte aan muziek roept de interesse ervoor op en door je er in te verdiepen neemt de kwaliteit van het luisteren toe. De stap nemen om zelf te gaan spelen of zingen is een vrije keus. Als je er zin in hebt, mag niets je ervan weerhouden.

Tradities

Ik ben in de verschillende wijsheidstradities gaan kijken naar wat er over klank, muziek, en over de scheppende trilling is geschreven.

Het blijkt dat in elke mystieke school, of het nu in het hindoeïsme, boeddhisme, soefisme, chassidisme of in het christendom over innerlijke scholing gaat, muziek wordt beschreven als een weg waarlangs je met het Goddelijke in contact komt.

In de *Upanishads* vinden we het volgende:

*De essentie van alle wezens is de aarde,
de essentie van de aarde is het water,
de essentie van het water zijn de planten,
de essentie van de planten is de mens,
de essentie van de mens is de rigveda (heilige kennis in de vorm van poëzie)
de essentie van de Rigveda is de Samaveda, de muziek,
de essentie van de muziek is OM.*

Dit heilige woord wordt ook wel het oergeluid van de wereld genoemd. AUM bestaat uit drie aspecten: A staat voor het subjectieve bewustzijn van de wereld, U voor het bewustzijn van onze innerlijke wereld en de M voor het bewustzijn van de eenheid, het volledig rusten in zichzelf, rusten in de natuur van de geest. AUM is een mantra, dat is een woord dat een kracht draagt, en kracht IS.

Als je aandachtig AUM zingt, verbind je je met die betekenis, met dat oergeluid, met de scheppende trilling.

In veel culturen worden klanken gebruikt als mantra's, voor mystieke transformatie en voor genezing, denk aan het gebruik van klinkers (AEIOU) in de gnostische traditie.

Mantra's kunnen hoorbaar, fluisterend, of totaal innerlijk worden uitgesproken.

De energie is het grootst in de stilte. De stilte transcendeert het geluid. Mevrouw Blavatsky (HPB) toont in *De Stem van de Stilte* het verband tussen de mystieke weg en het geluid (nada), dat uiteindelijk opgaat in de Stilte.

De spreuk van Annie Besant *O verborgen leven, trillend in elk atoom* spreekt over het verbonden voelen met al wat leeft. Als je achter zo'n zin de betekenis bespeurt, de mystiek, dan zijn we weer terug bij Nada Brahma.

Zet dit naast het begin van het Evangelie van Johannes:

In den beginne was het Woord en het Woord was bij God en het Woord was God. Dit was in den beginne bij God. Alle dingen zijn door het Woord geworden en zonder dit is geen ding geworden dat geworden is.

Het moment dat we ons ergens van bewust worden, dat we open gaan voor een nieuw inzicht kan zo'n scheppingsmoment zijn.

Voor de chassidim, vrome Joden, de mannen herkenbaar aan hun zwarte kleding, baarden en peies (haarlokken bij de slapen), brengen muziek en dans de mens pas werkelijk tot God. Door liederen, muziek en dans wordt de mens naar lichaam, ziel en geest bevrijd tot vreugde. Rabbi Naftali van Rofsjits meende dat een nigoen, een melodieuze klank-gebed, de poorten van de hemel kon openen. Een nigoen ontstaat



Dansende chassidim

al neuriënd, en is een voertuig van geloof, een weg tot aanbidding van de Schepper. Rabbi Nachman van Bratzlaw zei tegen zijn chassidim: *Kom, ik zal jullie een nieuwe manier leren om je te hechten aan de Schepper. Niet door taal, maar door het lied. Als we samen zingen, zal de hemel ons verstaan.* Muziek is zo tot mystiek geworden.

Het soefisme, de mystieke school van de islam, noemt muziek en klank voedsel voor de ziel. De Soefi's zingen veel kleine mooie liedjes als mantra's en bewegen daarop, als ervaring op een hoger niveau.

De Soefi- dichter en musicus Hazrat Inayat Khan begint zijn boek *De mystiek van het geluid* zo: *Het Absolute Leven, waaruit alles is voortgekomen en waartoe alles te zijner tijd weerkeert, is een*

geluidloos, bewegingloos en eeuwig leven. Iedere beweging die van dit geluidloze leven uitgaat, is een trilling en een schepper van trillingen.

Hij beschrijft dan hoe mineralen-, planten-, dieren-, en mensenrijk de graduele veranderingen van trillingen zijn en hoe de steeds fijnere geestelijke lichamen van de mens uit steeds fijnere trillingen bestaan.

In de theosofie zijn we vertrouwd met deze visie, in *De Geheime Leer* lezen we in de eerste stanza's hoe in een volkomen stilte de kosmische evolutie begint met de eerste trilling. De dichterlijke taal is van een grenzeloze schoonheid.

Het gaat over Dzyan, de oerwijsheid en zijn geboorte. Dzyan is hetzelfde woord als Zen. In de Zen-meditatiescholen is het een wel bekend gebruik dat de leerling koans, een soort onbegrijpelijke spreuken krijgt om zich in de meditatie op te richten en deze woorden uit de stanza's zijn zulke koans: het denkvermogen breekt erop, maar het voorstellingsvermogen komt tot leven.

Het gaat hier niet direct om muziek maar om de scheppende trilling als iets wat we ons trachten voor te stellen en waarmee we, als we klank voortbrengen op welke wijze dan ook, ons verbinden. Je kunt het gevoel krijgen dat alles in de natuur samen trilt en muziek maakt.

Door muziek diepgaand te beleven wordt het mogelijk om je trilling te herkennen. Hiervoor is onderscheidingsvermogen, viveka nodig. Misschien leer je zo, zoals *De Stem van de Stilte* zegt, *de aard van dharana kennen* en ooit *de stem van nada, het geluidloze woord, horen en begrijpen.*



Hazrat Inayat Khan