

### **Wat voor betekenis heeft ritme en muziek voor jou?**

Ritme is voor mij in de eerste plaats vitaliteit en levenslust. De onderliggende ordening geeft ritme haar stevige fundament terwijl ritme anderzijds juist zo losmakend, bevrijdend is. Met ritme bezig zijn verschaft je de mogelijkheid even uit de dominantie van het denken te stappen. Je kunt niet zo snel denken als je kunt trommelen. Je bent aandachtig aanwezig in het hier en nu, geeft je over aan de stroom van het ritme. Je voelt je opgenomen in een groter geheel, maar je verliest jezelf niet. Integendeel, je vindt jezelf in een andere laag.

Bij het samen zingen of op melodie- en harmonie-instrumenten spelen, ervaar je de verhoudingen tussen de verschillende tonen. Je voelt je welkom in de wereld en in de gemeenschap.

### **Wat kan muziek en ritme betekenen voor het werk van geestelijk verzorgers?**

Je hobby (letterlijk: liefhebberij) kan voor het werk van een geestelijk verzorger goud zijn. Je cliënt ervaart dat je bezig bent met iets waarvan je houdt, waarmee je verbonden bent. En dan is het werkzaam. Voor de een zal dit muziek zijn, voor de ander schilderkunst of de natuur, voor weer een ander een modelspoorbaan. Zolang je maar in de gaten houdt dat het jouw passie is en niet die van de cliënt, zou het een ingang kunnen zijn naar datgene waarvoor je warm kunt lopen.

Het actief muziek maken heeft een gezond makende kant, omdat je je al musicerend verbindt met de muzikale wetmatigheden en die hebben dezelfde oorsprong als jij en je cliënt. Omdat de mens zelf is gebouwd volgens kosmisch-muzikale principes\* voelt ons wezen de verwantschap met gespeelde of beluisterde muziek. Zowel voor een geestelijk verzorger als voor zijn cliënt is muziek maken (incl. zingen), al dan niet gezamenlijk, dus aan te bevelen.

### **Hebben muziek en spiritualiteit voor jou een verbinding, en zo ja, hoe zie je dat?**

Spiritualiteit is een veelomvattend begrip. Iedereen verstaat er iets anders onder, heeft hier een beeld bij. We hebben veel gelezen en zijn misschien aangesloten bij een religieuze groepering. Spiritualiteit toont zich voor mij in alledaagse dingen, in een ontmoeting, in een natuurbeleving, in stilte, in muziek of andere kunstvormen.

Muziek en spiritualiteit zijn voor mij onlosmakelijk met elkaar verbonden. Zelfs de meest eenvoudige muziekvormen hebben spirituele componenten. Je merkt het als je muziek maakt of beluistert, je wordt even opgetild uit de alledaagsheid. Je voelt weer even de verbondenheid met hoe jij en de wereld bedoeld waren.

De muziektherapie maakt hier dankbaar gebruik van. Je bent even niet de patiënt of cliënt die een probleem heeft, maar je ervaart jezelf weer even zoals je bedoeld was of zoals je jezelf voorgenomen had te zullen worden. Je zelfgenezende vermogen krijgt nieuwe voeding. Het verstrikt zijn in de waan van de dag is even niet aan de orde, krijgt even geen voeding. Als je harde geluiden en elektronica terughoudt en als je luisterend en met aandacht musiceert ontstaat ruimte, harmonie en stilte die de geest de mogelijkheid geeft zich met de muziek en de muzikanten te verbinden.

Is het toevallig dat er 12 toonsoorten, 12 maanden in het jaar en 12 sterrenbeelden zijn, of 7 tonen in onze toonladder, 7 dagen in de week en 7 (oude) planeten? En wist u dat de verhouding tussen de omlooptijden van de planeten overeenkomt met de frequenties van de tonen van onze toonladder?\*\*\*

[www.kobadji.nl](http://www.kobadji.nl) – Paul de Ridder - 12 augustus 2009

Vragen: Karin Seijdell – Tijdschrift Geestelijke Verzorging

\* Armin J. Husemann - Der Musikalische Bau des Menschen - ISBN 3-7725-0117-6

\*\* Hermann Pfrogner – Lebendige Tonwelt - ISBN 3-7844-1577-6