

VR

ten have

Stephen
Nachmanovitch

IJ

SF

Improvisatie
in leven
en kunst

EL

**Stephen
Nachmanovitch**

VRIJ SPEL

Improvisatie in leven en kunst

th ten have

Inhoud

Voorwoord van Ruth Ozeki	9
Een nieuwe fluit	15
Het is een mysterie	19

DE BRONNEN

Inspiratie en tijdstroom	33
Het voertuig	43
De stroom	49
De muze	55
Het spel van de geest	63
Verdwijnen	73

HET WERK

Seks en violen	81
Oefenen	89
De kracht van de beperking	101
De kracht van fouten	113
Samen spelen	121
Ontvouwende vormen	131

OBSTAKELS EN OPENINGEN

Het einde van de kindertijd	145
Vicieuze cirkels	157
Het spook van de veroordeling	165
Overgave	173
Geduld	181
Rijping	187

DE VRUCHTEN

Eros en creatie	199
Kwaliteit	207
Kunst uit levensbelang	219
Hartdoorbraak	229
Nawoord	237
Dankwoord	241
Referenties	243
Illustraties	247
Verantwoording citaten	249
Noten	251

Inspiratie en tijdstroom

*Degene die zich aan een vreugde hecht
Wordt door het gevleugelde leven vernietigd;
Maar degene die de vreugde in haar vlucht kust
Leeft in eeuwige zonsopgang.*

– William Blake¹⁰

Bij improvisatie denken we al snel als eerste aan geïmproviseerde muziek, theater of dans, maar naast de vreugde die ze schenken, zijn deze kunstvormen ook deuren naar een ervaring die betrekking heeft op ons hele dagelijks leven. We zijn allemaal improvisatoren. De meest voorkomende vorm van improvisatie is onze alledaagse taal. Als we praten en luisteren maken we gebruik van een pakket bouwstenen (vocabulaire) en regels waarmee we ze combineren (grammatica). Deze krijgen we mee vanuit onze cultuur. Maar de zinnen die we hiermee maken zijn mogelijk nooit eerder uitgesproken en worden misschien ook nooit meer uitgesproken. Ieder gesprek is een vorm van jazz. De handeling van onmiddellijke creatie is voor ons net zo gewoon als ademen.

Als we verfijnde kunst of een maaltijd creëren, improviseren we als we met de tijdstroom en ons eigen zich ontvouwende bewustzijn meebewegen, en niet een van tevoren vastgelegd script of recept volgen. Bij gecomponeerde of gescripte kunstvormen zijn er doorgaans twee soorten tijd: het moment van

inspiratie waarop de kunstenaar een directe intuïtie van schoonheid of waarheid invalt, en de vaak moeizame worsteling om deze lang genoeg vast te houden om haar op papier, canvas, film of steen te kunnen overbrengen. Een romanschrijver kan een moment (letterlijk een flits) van inzicht hebben waarin de geboorte, betekenis en het doel van een nieuw boek zichzelf ont-hullen, maar het kan jaren duren om het boek te schrijven. Gedurende die tijd moet zij de gedachte niet alleen fris en helder zien te houden, ze moet ook eten, leven, geld verdienen, lijden, plezier hebben, een vriendin zijn, en alle andere dingen die mensen doen. Bij gecomponeerde muziek of theater is bovendien nog sprake van een derde vorm van tijd: behalve het moment (of de momenten) van inspiratie en de tijd die het duurt om de partituur te schrijven, is er ook nog de tijd van de uitvoering zelf. Vaak wordt de muziek pas uitgevoerd na de dood van de componist.

Bij improvisatie is slechts één tijd. Computermensen noemen het *real time*, reële tijd. De tijd van inspiratie, de tijd van het technisch structureren en realiseren van de muziek, de speeltijd, de communicatietijd met het publiek en ook de gewone kloktijd: ze zijn allemaal één. Geheugen en intentie (die een verleden en toekomst veronderstellen) en intuïtie (die het eeuwige moment aanduidt) zijn samengesmolten. Het ijzer is altijd heet.

Inspiratie, ervaren als een onmiddellijke flits, kan verrukkelijk en verkwikkend zijn, en een leven lang werk opleveren. De geboorte van een poëzieregels geeft een energiestoot, coherentie en helderheid, vervoering en verrukking. Op dat moment is schoonheid voelbaar, levend. Het lichaam voelt sterk en licht. De geest lijkt ontspannen door de wereld te zweven. Emily Dickinson zei hierover dat het gedicht buiten de tijd staat – improvisatie wordt (voornamelijk in het Amerikaans-Engels) ook weleens *extemporization* genoemd, wat zowel ‘buiten de tijd’ als ‘van de tijd’ betekent.

Maar dit mooie gevoel alleen is niet genoeg. Zoals bij veel andere mooie en plezierige dingen kan het heel verraderlijk zijn omdat het er het ene moment nog is en het volgende niet meer. Als het tot een tastbaar kunstwerk leidt, of tot een uitgebreide improvisatie van een bepaalde soort, dan moet de inspiratie in de loop van de tijd behouden blijven. Kunst alleen maken voor het verheven gevoel van heelheid en verbondenheid in het moment van inspiratie, is zoiets als de liefde bedrijven alleen voor het moment van het orgasme.

Het werk van de improvisator is daarom het uitrekken van deze kortstondige flitsen, ze verlengen totdat ze uitmonden in een handeling in het dagelijks leven. Dan zullen creativiteit en het vrije spel van improvisatie samenvallen met onze alledaagse geest en onze alledaagse activiteiten. Het ideaal – dat we kunnen benaderen maar nooit helemaal zullen bereiken omdat we allemaal van tijd tot tijd vast komen te zitten – is een onophoudelijke van-moment-tot-moment-stroom. Hiernaar verwijzen veel spirituele tradities als ze het hebben over ‘hout hakken’ of ‘water dragen’, en alledaagse handelingen de kwaliteiten helderheid, diepte en eenvoud-binnen-complexiteit krijgen die we met geïnspireerde momenten associëren. Dan kunnen we net als de Balinezen zeggen: ‘We hebben geen kunst. Alles wat we doen is kunst.’ We kunnen een actief leven in de wereld leiden, zonder verstrikt te raken in scripts of rigide verwachtingen: handelen zonder te veel te hechten aan het resultaat, want het doen zelf is het resultaat.

Je wandelt door de straten van een onbekende stad, volgt je intuïtie en de beloning is groter dan bij de geplande tour langs uitgesleten paden. Zo’n wandeling is iets totaal anders dan willekeurig ronddwalen. Je ogen en oren staan wijd open, je laat je bij iedere keuze tussen linksaf of rechtsaf steeds weer leiden door je voorkeur en afkeer, je bewuste en onbewuste verlangens en irritaties, en je irrationele ingevingen. Je baant je eigen pad door

de stad en het schenkt je verrassingen die alleen voor jou bestemd zijn. Je voert gesprekken en sluit vriendschappen, ontmoet bijzondere mensen. Als je op deze manier reist ben je vrij, er valt niets te moeten en te hoeven. Het enige wat misschien vaststaat, is je vertrekdatum. Terwijl het patroon van mensen en plekken zich ontvouwt, onthult de reis je, net als een geïmproviseerd muziekstuk, zijn eigen innerlijke structuur en ritme. Zo maak je ruimte voor belangrijke ontmoetingen.

Er zijn veel situaties waarin onterecht van ons wordt verwacht dat we de toekomst plannen of invullen. Vooral in communicatie over menselijke relaties raken we in de knoop als we niet direct vanuit ons hart en onze geest kunnen spreken. Daarom voelen we instinctief ook meteen aan wanneer politieke toespraken onecht zijn. En krijgen toch vaak een beetje een raar gevoel als iemand een toespraak letterlijk voorleest – ook al is het een goede – en niet direct tegen ons praat. Als je een toespraak moet houden, is het prima om van tevoren te bedenken wat je wilt zeggen want dan word je scherp, maar als je er staat, moet je je plannen weggooien en je realtime verhouden tot de mensen in de zaal.

Op veel scholen moeten de lessen leerplannen volgen waarin is vastgelegd wat de leerlingen moeten leren en ook wanneer en hoe ze dat moeten doen. Maar in de echte klas, of het nu een kinderdagverblijf, de universiteit of de school van het leven is, zitten echte mensen met persoonlijke behoeften en kennis. Dat ene kleine zijsprongetje kan de manier van kijken van deze persoon veranderen. Na de discussie van vandaag weet je dat dit een goede tekst is om als opdracht mee te geven, dat lijkt een vanzelfsprekende volgende stap te zijn. Dit soort dingen kun je niet plannen. Je zult bij het lesgeven iedere persoon, iedere klas, ieder moment als een afzonderlijk geval moeten beschouwen dat vraagt om een heel eigen aanpak. Een leerplan maken zonder te weten voor wie, waar hun sterke en zwakke punten liggen, hoe

ze met elkaar omgaan, voorkomt verrassingen en voorkomt leren. De kunst van het lesgeven is verbinding leggen, in real time, met de levende lichamen van leerlingen en studenten en met het levende lichaam van kennis.

Er zijn ook heel veel situaties waarin voorgeschreven gedrag *wel* gepast is. Als ik een geïmproviseerd concert geef, laat ik wat en hoe ik speel aan het gevoel in het moment over. Maar als ik dat concert heb aangekondigd voor zaterdagavond halfnegen, en de mensen hun leven dus zo hebben ingericht dat ze er om die tijd kunnen zijn, dan zal ik er alles aan doen om op tijd te zijn, klaar om te spelen. En als dat concert in een andere stad plaatsvindt, zit ik niet te wachten op een geïmproviseerd reischema!

Een bevriende arts vroeg me wat dat vage gedoe over spontane creativiteit met iemand als hij te maken heeft, iemand die praktisch en wetenschappelijk werk doet. Toen vroeg ik hem: ‘Wat is de kunst van de geneeskunde?’ Hij zei dat in de technische geneeskunde ieder geval als een schoolvoorbeeld wordt behandeld: je ziet de patiënt als een generische groep symptomen en je probeert hem of haar te classificeren aan de hand van wat je leraren je hebben verteld. In de echte geneeskunde beschouw je een individu als uniek – in zekere zin vergeet je wat je hebt geleerd. Je verdiept je in dat ene geval en je laat je beeldvorming zich binnen die context ontwikkelen. Natuurlijk gebruik je je opleiding, je valt erop terug, kent die, bent erin geworteld, maar je laat je zicht op de levende persoon die voor je zit niet verblinden door wat je hebt geleerd. Hierdoor wordt competentie tot *aanwezigheid*. Wil je iets artistieks kunnen doen, dan moet je de techniek kennen, maar je creëert *dankzij* en niet *met* de techniek.

Trouw aan het moment en de huidige omstandigheden vraagt om voortdurende overgave. Misschien geven we ons over aan iets verrukkelijks, maar zelfs dan moeten we onze verwachtingen

gen en een zekere mate van controle opgeven – opgeven dat we veilig omhuld worden door ons eigen verhaal. We maken nog altijd plannen en schema's omdat ook dat belangrijk is – niet om onze toekomst stevig te verankeren, maar om die zelf goed af te stemmen. Bij plannen richten we onze aandacht op het terrein waarop we ons binnenkort zullen begeven, dan volgen we het plan en ontdekken de werkelijkheid van de tijdstroom. Zo krijgen we voeling met levende synchroniciteit.

Als improviserend musicus zit ik niet in de muziekindustrie en niet in de creatieve industrie, ik zit in de overgave-industrie. Improviseren is het in één adem accepteren van de vergankelijkheid én de eeuwigheid. We weten wat er morgen of over een minuut *zou kunnen* gebeuren, maar we kunnen niet weten wat er *gaat* gebeuren. De mate waarin we zeker denken te weten wat er gebeurt, bepaalt in hoeverre we ons in de toekomst opsluiten en onszelf afsluiten voor essentiële verrassingen. Overgave wil zeggen een ontspannen houding ontwikkelen tegenover niet-weten, je laten voeden door de mysteries van momenten die altijd verrassend zijn, altijd fris.

Sinds de jaren zestig van de vorige eeuw is de psychologische kwestie van in-het-moment-zijn iets waar veel mensen bewust mee bezig zijn. Het wordt gezien als een van de essentiële voorwaarden voor zelfrealisatie, en varianten hiervan komen van de lippen van duizenden leraren en goeroes. De populariteit van dit concept vertelt ons dat het gaat om iets wat voor onze tijd van vitaal belang is. Je ziet het op alle gebieden terug, van de romantische liefde tot in de kwantummechanica.

Het empirische feit over ons leven is dat we niet weten, en ook niet kunnen weten, wat er de volgende dag of het volgende moment zal gebeuren. Het onverwachte wacht achter iedere hoek en bij iedere ademhaling. De toekomst is een uitgestrekt, zich voortdurend vernieuwend mysterie en hoe langer we leven en hoe meer we weten, hoe groter het mysterie.

'Bijna 35 jaar later voelt *Vrij spel* wijs, relevant en heel zen.' – *The Guardian*

Vrij spel is een klassieker die lezers in alle vakgebieden al decennia lang inspireert om hun creatieve potentieel te benutten. Stephen Nachmanovitch, een pionier in vrije improvisatie, integreert diverse kennis uit kunst, wetenschap en spiritualiteit om ons te laten zien hoe inspiratie ontstaat, soms belemmerd wordt, maar uiteindelijk bevrijd kan worden.

Dit boek is een eerbetoon aan authenticiteit en een uitnodiging om onze innerlijke creatieve vermogens te omarmen en te versterken. Met scherpzinnige inzichten en beeldende metaforen, opent *Vrij spel* de deuren naar een wereld waarin we de vrijheid en vreugde vinden om te dromen, te ontdekken en te creëren.



STEPHEN NACHMANOVITCH is een wereldwijd bekende auteur en improvisatieviolinist. Hij combineert multimedia, podiumkunsten, ecologie en filosofie in zijn internationale optredens en lessen en heeft masterclasses en workshops gegeven aan prestigieuze instellingen zoals Juilliard en de Yehudi Menuhin School.

www.uitgeverijtenhave.nl

