

## HOOFDSTUK 1

# De kracht van muziek

*Muziek heeft nog nooit zo'n grote invloed gehad als tegenwoordig. Dat komt doordat muziek nu bijna overal aanwezig is: thuis en op (weg naar) je werk of op school, op je smartphone of mp3-speler, in de winkel en bij de tandarts. Of je het nu wilt of niet: luisteren zul je! Een van de meest sprekende voorbeelden is de 'spatwaterdichte doucheradio'. Stel je voor dat je een paar minuten moet douchen zonder muziek! Echte stiltemomenten zijn zeldzaam. Terwijl die juist zo nodig zijn om tot jezelf te komen en om na te denken over de dingen die er écht toe doen.*

### **Hartslag van de schepping**

Muziek is iets moois, een scheppingsgave. In de muziek kunnen we iets van Gods grootheid ontdekken. De Heere schiep het geluid, de klanken en het gehoor. Wat zou het leven saai zijn zonder muziek! Muziek wordt daarom wel de hartslag van de schepping genoemd. Het vermogen om te musiceren heeft de Heere alleen aan de mens, het hoogtepunt van de schepping, gegeven. Als je muziek wetenschappelijk bekijkt, bestaat ze 'alleen maar' uit trillingen van lucht, die je kunt herleiden tot wiskundeformules. De bekende componist J.S. Bach zei daarom al: 'Muziek is wiskunde.'

Maar hoe is het mogelijk dat zulke trillingen ons zo raken? Het zou vreemd klinken als iemand zou zeggen: 'Ik houd enorm van wiskundeformules luisteren.' Verstandelijk kunnen we dit 'waarom' niet volledig verklaren. Maar ik zeg met overtuiging: De Heere heeft het gevoel voor muziek in ons mensen gelegd.

## **Hersenen**

Muziek is van grote waarde voor de ontwikkeling van onze hersenen.<sup>1</sup> Hersenen bestaan uit verschillende 'delen', en vrijwel alle hersengebieden worden geraakt door muziek. Bij jonge kinderen die een instrument bespelen, worden in de hersenen heel veel nieuwe zenuwcellen aangemaakt. Zij scoren later vaak beter op bepaalde onderdelen, zoals creativiteit en oplossend vermogen. De kans op dementie is bij deze mensen kleiner. Muziek 'wortelt' zo diep in de hersenen dat demente mensen vaak nog kunnen spelen of zingen, al kunnen ze verder niet veel meer. Muziek wordt ergens diep in de hersenen bewaard – in de gebieden die niet zo kwetsbaar zijn voor ziekten. Muziek kan zelfs invloed hebben op mensen die in coma liggen.

## **Invloed**

Muziek doet iets met je.<sup>2</sup> Ze vertolkt gevoelens die je niet onder woorden kunt brengen. Ze geeft je een gevoel van begrepen worden. Muziek kan je helpen om je te ontspannen of te uiten. Ze kan je een heel blij, maar ook een neerslachtig gevoel geven. Muziek kan je ophitsen, maar ook rustig maken. Dat komt ook weer door iets wat in onze hersenen gebeurt. Als je naar muziek luistert, maakt je lichaam een stofje aan dat invloed op je heeft. Je gaat bewegen, krijgt kippenvel of je hart gaat sneller kloppen. Je kunt zelfs tranen in je ogen krijgen, want onder al deze reflexen zit een diepe emotie.

Je weet misschien hoe het voelt als je kiespijn hebt doordat er een zenuw blootligt. De minste aanraking doet vreselijk pijn! Als je nu het tegenovergestelde van dit voorbeeld neemt, weet je hoe het met muziek werkt: dat is in positieve zin een openlig-

---

1. Ik las dit in een interessant boek van Roger van Boxtel met de prachtige titel: *Van trilling tot rilling. De magie van muziek*, in de bijdragen van onder anderen Erik Scherder en Albert Berma.

2. Uitzonderingen bevestigen de regel. Slechts een paar procent van de mensen hoort geen schoonheid in muziek. Voor hen is muziek alleen maar herrie.

gende zenuw, die erg gevoelig is. Je kunt niet makkelijk overdrijven als je de invloed van muziek probeert te omschrijven!

Mensen maken op allerlei manieren gebruik van de invloed van muziek. Zo werd vroeger bij het marcheren door soldaten marsmuziek ingezet, zodat ze het langer zouden volhouden. In een land als Noord-Korea gebeurt dat trouwens nog steeds. En niet alleen om vol te kunnen houden, maar ook om mensen te beïnvloeden en een bepaald 'wij-gevoel' te creëren. Zo gebruikten ook de nazi's muziek om hun boodschap te verspreiden. En wat denk je van het samen zingen van het volkslied in de sportwereld? Wil je een grote groep mensen hetzelfde laten doen? Gebruik dan muziek!

### **Commercieel**

Ook de commerciële wereld speelt handig in op de kracht van muziek. In veel winkels is muziek te horen: dit beïnvloedt het koopgedrag van mensen. Dat geldt ook voor jou, al merk je het misschien niet. Ik las ergens dat wetenschappers een onderzoek hebben gedaan naar de invloed van muziek. Zij lieten een restauranteigenaar voor een bepaalde periode avonden met muziek afwisselen met avonden zonder muziek. Wat bleek? De klanten waren veel meer geneigd om voor- en nagerechten te bestellen als er op de achtergrond muziek te horen was.

Een ander experiment laat een tegenovergesteld effect zien. De managers van een supermarktketen zochten een manier om hangjongeren bij de ingang van hun winkels weg te krijgen. Weet je wat uiteindelijk het beste middel bleek te zijn? Het laten horen van klassieke muziek! Hoewel dit misschien meer over die hangjongeren zegt dan over de muziek, zie je in ieder geval duidelijk dat muziek ook een heel verschillende uitwerking op mensen kan hebben. Bij de een zorgt het horen van klassieke muziek ervoor dat hij meer koopt en bij de ander zorgt het juist voor irritatie.

Wanneer muziek gecombineerd wordt met woord en beeld, is het effect nog krachtiger. Deze combinatie brengt hoofd en hart, verstand en gevoel bij elkaar. De reclamewereld maakt van dit effect gebruik. Voor een reclamespotje op tv van een paar seconden hebben bedrijven tienduizenden euro's over. Je begrijpt dat ze dit niet zouden doen als het geen uitwerking zou hebben.

### ***Hulpverlening***

Al vóór de geboorte heeft muziek invloed op kinderen. En ook direct daarna. Ik las bij de bekende hersenonderzoeker Dick Swaab dat te vroeg geboren kinderen in de couveuse hun energieverbruik verminderen als er zacht klassieke muziek van Mozart op staat. Zo houden ze meer energie over voor hun groei.

Vanwege het feit dat muziek ons zo diep raakt en beïnvloedt, wordt muziek zelfs ingezet bij allerlei vormen van hulpverlening. Dit gebeurt in de gehandicaptenzorg, maar ook bij de behandeling van psychische problemen. Dit wordt in algemene zin wel 'muziektherapie' genoemd. Waar praten niet meer mogelijk is, kunnen mensen zich door middel van muziek toch uiten. Muziek kan soms méér bijdragen aan het herstel van de patiënt dan gesprekken of medicijnen.

### ***Kerk***

Ook in de kerk heeft muziek een eigen plek gekregen. Muziek weerspiegelt iets van Gods heerlijkheid en van de hemel. Het gezamenlijke gezang versterkt als het goed is de eenheid en saamhorigheid van de gemeente. De Heere wil nog steeds gebruikmaken van en gediend worden met muziek. Hoe raakt muziek mensen in de kerk? Duidelijker dan de reformator Maarten Luther kan ik het niet zeggen: 'Als we zo afgestompt zijn dat woorden ons niet raken, wil de Heere in Zijn goedheid soms muziek gebruiken om het hart gevoelig te maken.' Muziek

is een door God ingesteld middel om Hem te eren, prijzen en aanbidden. Dit blijkt op veel plaatsen in de Bijbel.

### **Stilte**

We hebben in dit hoofdstuk iets laten zien over de plaats van muziek in Gods schepping en de grote invloed die deze gave op mensen heeft. Vooral in onze tijd is deze invloed groot, omdat je muziek op allerlei manieren kunt beluisteren en je je favoriete muziek overal mee naartoe kunt nemen. Stilte is hierdoor zeldzaam geworden. Je bent er zo aan gewend dat er geluid om je heen is, dat je misschien de stilte begint te ontwijken. Toch zijn stiltemomenten heel belangrijk. In de stilte kun je tot jezelf komen en nadenken over de belangrijke vragen van het leven. Vooral is het nodig om stil te worden voor God. De Heere werkt juist in de stilte. Als we de Geest van God in ons willen laten werken, kunnen we niet met allerlei andere dingen bezig zijn.