

Subtiel uit as herboren

*Alleen met het hart kan je werkelijk zien.
Het wezenlijke is voor de ogen onzichtbaar.*

A. de Saint-Exup rie

Het hart is het orgaan dat verbonden wordt met alles dat te maken heeft met gevoelens: warmte, liefde, vreugde, maar ook pijn en verdriet. Onze diepste gevoelens worden met ons hart in verband gebracht, het orgaan dat in de gangbare wetenschap gezien wordt als een pomp.

Het hart is een bijzonder orgaan. Het bloed uit het hele lichaam stroomt er doorheen. Het is daarmee in staat heel subtiel te luisteren naar alles dat zich in het lichaam afspeelt. Het beweegt ritmisch, en dat ritme past zich aan de fysieke en emotionele omstandigheden aan. Het hart is het orgaan van het midden, en daarmee van evenwicht. Evenwicht tussen denken en doen, tussen rust en activiteit, tussen binnen en buiten.

Evenwicht is geen statische toestand. Als een koorddanser op het koord balanceert, is hij voortdurend in beweging: als hij onbeweeglijk zou zijn, zou hij direct van het koord af vallen. Zo is het ook met het evenwicht van ons hart. Zowel in overdrachtelijke zin, als ook heel letterlijk. Het gaat om een heel subtiele beweging, een heel subtiel aftasten van alle invloeden die op het hart afkomen. Dank zij ons hart zijn we allemaal ware evenwichtskunstenaars, zonder dat we dat zo bewust in de gaten hebben.

Het hart is echter ook verbonden met leven en dood. Het is van levensbelang dat je hart goed functioneert. Iets aan je hart hebben, kan werkelijk doodsangst oproepen. Aan de ene kant dus verbonden met het grootste contrast, aan de andere kant met de grootste subtiliteit.

Mensen kunnen een periode doormaken waarin ze ervaren dat ze het evenwicht kwijt zijn. Ze zijn met van alles bezig, maar weten eigenlijk niet zo goed meer waarom. Ze hebben geen voeling met hun bron, gaan maar door en door, en weten de weg niet meer te vinden naar de kracht die hen weer kan voeden. Als mensen met mij een kennismakingsgesprek hebben, geven ze vaak aan, dat ze weer in hun hart willen komen. Het hart dus als bron, als plek waar een gezonde genezende kracht van uitgaat. De plek ook van waaruit je w erkelijk kunt zien.

Net als bij het hart is er ook bij het kunstzinnig werken een subtiel en ritmisch proces: een kleine verandering aan de ene kant vraagt om een antwoord aan de andere kant. De toevoeging van een klein toefje kleur kan een hele schildering veranderen. Het kan een gevoel van wanhoop doen omslaan in tevredenheid, of andersom. Het wekken van dat gevoel van subtiliteit is vaak de grote opgave.

Hoewel het hart alles met kleur te maken heeft, gebruik ik bij het zoeken naar evenwicht soms juist houtskool. Een prachtig materiaal. Door het vuur gegaan hout: een levend materiaal gevuld met veel warmte. Het is zwart en dat schrikt mensen vaak af: 'Ik houd meer van kleur', of 'dit is net het zwarte gat waarin ik zit.'

Dit houtskool kan grote contrasten zichtbaar maken. Met dat zwart echter, kan je ook heel subtiel werken. Het is dan niet alleen zwart maar ook grijs. Er kunnen enorm veel grijstinten

ontstaan tussen het wit van het vel papier en het zwart van het kool. En dat is vaak een uitdaging: Proberen zo veel mogelijk grijs tinten tussen dat wit en dat zwart te laten ontstaan. Dan blijkt hoe moeilijk het kan zijn te nuanceren. Maar wat een mogelijkheden zijn er, om heel subtiel te werken. Uit dat subtiel werk doemen dan vaak de prachtigste beelden op. En juist dat hele donkere houtskool is in staat licht te doen ontstaan, in staat het licht echt tot zijn recht te laten komen.

Op deze manier kan houtskool zeer behulpzaam zijn bij de weg naar het hart. Op zoek naar de innerlijke beelden, naar de innerlijke kracht. Net zoals het hart subtiel luistert naar wat er in het lichaam leeft, en daar even zo subtiel op reageert, zo kunnen wij dat ook oefenen met behulp van kunstzinnige opdrachten. En dat kan bevrijden, nieuwe wegen zichtbaar maken, vertrouwen geven. Dan kunnen we ons herboren voelen, zoals ook de mythologische vogel Phoenix, die tot as verbrandt, maar uit zijn eigen as weer vernieuwd en jong herrijst.

PHOENIX

Vlam in mij, laai weer op;

hart in mij, heb geduld,
verdubbel het vertrouwen -

vogel in mij, laat zich opnieuw ontvouwen
de vleugelen, de nu nog moede en grauwe;

O, wiek nu op uit de verbrande takken
en laat den moed en uwe vaart niet zakken;
het nest is goed,
maar het heelal is ruimer.

H. Marsman

