

Wat is er met de stem?

*“Zing alsof niemand je kan horen”
Rumi*

Ronald Becker is dirigent/zanger, maar ook coach-counselor en trainer. Hij stond jarenlang op de planken in de theaters met zijn eigen a capella-groep en schoolde zich daarna verder in de psychosociale begeleiding van mensen. De wens om ‘dichterbij’ te komen was groot en achteraf bleek het de wens te zijn om dichterbij zichzelf te komen. Via het fenomeen van de stem, voor een zanger toch volkomen bekend zou je denken, ontdekte hij dat niets dichterbij kan zijn dan je eigen stem. Zo leerde hij naar binnen te luisteren en dit uit te dragen naar buiten.

door Ronald Becker

Twee uitersten

Ik werkte in mijn jaren als podiumartiest veel samen met Bram Vermeulen. Hij schreef in het boekje van onze eerste cd (1991): “De stem is de boodschapper van de ziel, wat willen deze stemmen ons vertellen?” Ik was 28, recent afgestudeerd als dirigent en dacht ‘waar heb je het over, we maken gewoon zo goed mogelijk muziek’..... Zoals vele opmerkingen van Bram is deze zin pas na zijn dood in 2004 bij mij tot leven gekomen in de beide werelden waarin ik leef en werk. Het zgn. ‘stemwerk’ in coaching en counseling neemt namelijk steeds serieuzere vormen aan en brengt mensen in korte tijd in diep contact met zichzelf.

Maar wat kunnen we daar als zanger nou mee? Wanneer we bezig zijn met scholing en de vakkundig begeleide ontwikkeling van de stem staat dat toch ver af van ‘ongeschoold geluid maken?’

En toch, is muziek niet bedoeld om emoties uit te dragen, om expressie te geven aan wat je beroert? Wanneer zijn we geraakt bij het luisteren naar een zanger? Is dat niet het moment waarop de mens achter de stem voelbaar wordt? Kortom, er is ergens in ons systeem een verbinding te maken tussen deze twee schijnbare uitersten. Bij de ideale zanger zijn de virtuoze vaktechnische aspecten zodanig geautomatiseerd dat ze volledig dienstbaar kunnen zijn aan de bezieling van de zanger.

De betekenis van de stem, het stem geven aan wat je bezielt, is voor mij lange tijd verborgen geweest, ondanks en misschien wel juist vanwege de scholing en vakkundigheid die ik er in heb opgebouwd. Via mijn eigen verhaal probeer ik duidelijk te maken op welke manier zich dit kan ontwikkelen.

Persoonlijk

Al tijdens mijn kinderjaren zong ik in het jongenskoor in de kerk en begeleidde ik als organist het kerkkoor. Tijdens de opleiding schoolmuziek aan het conservatorium werd er veel aandacht besteed aan het zingen met kinderen en de waarde daarvan. Vervolgens heb ik tijdens en na de opleiding koordirectie extra privéles zang genomen om als koordirigent echt de ins en outs te kennen van het zingen. Daarna werd ik fulltime professioneel zanger en theatermaker. Scholing en vaktechnische kunde speelden daarbij de hoofdrol. In het theater echter werd ik steeds meer bevraagd op de zeggingskracht en persoonlijke impact van het zingen en dat was een grote worsteling. Mijn 'mooie' en gestileerde stemgeluid zat eigenlijk de waarachtige expressie in de weg. Ik heb er lang over gedaan om oude waarden los te laten. Die waarden hebben alles te maken met aanpassing, acceptatie, bewonderd worden. De manier waarop ik mijn stem gebruikte bleek parallel te lopen met de manier waarop ik me persoonlijk ontwikkelde.

Toen ik steeds meer in staat was om vanuit mijn kern geluid te geven en daarbij te vertrouwen op alle opgedane bagage kwam ook de behoefte aan meer contact met mezelf en mijn omgeving. De keuze voor de opleiding tot coach-counselor was een gevolg. Nog steeds had ik in het zingen wel een vakgerichte benadering en aanvankelijk was ik nog steeds sceptisch over begrippen als 'stembevrijding' en 'stemwerk.' Waarschijnlijk vond ik het te eng, het zingen zoals ik dat kon had een status en die kwam in het gedrang als ik zou toegeven aan de zeggingskracht en waarde van 'ongeschoold geluid maken.'

Toch bleef het fenomeen terugkeren - in de wereld van counseling is het een begrip - en als musicus en zanger word je daar dan vanzelf mee geconfronteerd. Mijn nieuwsgierigheid werd groter, ook omdat ik in mijn eigen persoonlijke ontwikkeling grote stappen zette; ik werd me bewust van hardnekkige vermijdingspatronen en voelde mijn innerlijke waarheid onontkoombaar aan de deur kloppen. Ik ging steeds meer mijn eigen bezieling concreet vertalen naar mijn expressie en praktische keuzes. Ik ervoer mezelf als steeds 'heler' wordend. Minder aangepast maar daardoor juist prettiger voor mijn omgeving.

Logischerwijs ging ik vanzelf mijn stem ook anders gebruiken als zanger, de afstemming met mijn innerlijke stem werd een vanzelfsprekendheid en ik merkte hoe goed ik daarbij de vaktechnische en expressieve ervaring van conservatorium en theater kon gebruiken. Maar nu in mijn eigen 'taal.' Het was eigenlijk verbluffend hoe vanzelfsprekend ik me hiermee kon verbinden. Als je counselor bent en trainer, zanger en dirigent tegelijk kost het geen enkele moeite om met mensen te werken vanuit de stem. Althans, mij kostte dat geen moeite, en dat was een onverwachte ontdekking. Mijn verschillende 'disciplines' kwamen als vanzelf bij elkaar en in elkaar.

Echtheid

Vanuit deze ervaring is het werken met de stem voor mij ook niet perse een afgebakend gebied in geïsoleerde bijzondere sessies 'stemwerk'. Het kan op ieder moment aan de orde zijn in de begeleiding van mensen. Het gaat vooral om de durf, het lef om te focussen op de kwetsbaarheid van mensen. En daarbij op je eigen kwetsbaarheid, waarbij je niet altijd weet wat er gaat

gebeuren of hoe het precies gaat klinken. De overgave aan de ziel kan bevrijdend zijn, maar ligt niet altijd in onze veilige modus.

Graag zou ik een lans willen breken voor meer echtheid in de zangcultuur. De stem als instrument is zo kostbaar en kan ons zo vanzelfsprekend en direct bij onze innerlijke wereld brengen, dat het zeer voor de hand ligt om juist in het zingen de pure zielsbeleving en de echte kwetsbare mens te horen. Dat is wat het woord 'schoonheid' wil zeggen: geen vervuiling van een masker of pose, maar de schone mens. Met alle onzekerheid, angst, lef, etc. die we in ons hebben.

Dat vraagt lef en 'schoonheid' van de begeleider; de veilige modus van 'zo hoort het' moet je af en toe loslaten. Natuurlijk blijf je trouw aan je eigen overtuiging en visie wat betreft scholing en techniek, maar check steeds weer of het klopt en of het kan integreren met oprechte expressie. En daag jezelf uit om te blijven zoeken naar de echtheid en bezieling.

Tot slot: de muziek!

In de sessies die ik geef bij 'De Alchemist - Instituut voor Lichaamstaal' is zo duidelijk voelbaar dat de ziel via de muziek kan spreken. Juist bij mensen zonder enige zangervaring komen de mooiste liederen naar buiten. In mijn muzikale ondersteuning aan de piano ga ik steeds op zoek naar dat ene punt waar de kern van de emotie door het smalle strottenhoofd geperst wordt. Met of zonder geschoolde stem, de muzikaliteit en schoonheid van ieder mens die er dan zichtbaar wordt, ontroert iedereen.

Maar ook in mijn werk als dirigent van Vocal Group Bant is deze ontroering voelbaar. Ook daar doe ik voortdurend een beroep op het waarom van het zingen, het verhaal achter de muziek en als het even kan je eigen verhaal als zanger in het koor. Soms kost het wat meer repetitietijd om kunde en beleving bij elkaar te brengen, maar het resultaat is oprechte expressie.

En als trainer merk ik in de dirigeersessies die ik met leidinggevendenden doe in leiderschapstrajecten dat de verklanking van de lichaamstaal van de dirigent via de stemmen van de deelnemers een wonderlijke spiegel is voor dirigent en zangers.

www.perstretto.nl
www.dealchemist.com