

## Inleiding

‘Ieder mens is een kunstenaar’, zei Joseph Beuys als hij spreekt over zijn verruimd kunstbegrip. Dat is een draad die dit werk zal doordringen. Het woord kunstenaar is hierbij op een ruimere manier op te vatten dan we dat gewoon zijn vanuit de verschillende klassieke kunstdisciplines zoals muziek, theater, schilderen, beeldhouwen enz. Het kunstenaarschap wordt zodanig verruimd dat het alle taken en levensgebieden van de maatschappij kan doordringen. Het woord ‘levenskunst’ zou hier beter geplaatst zijn. Als mens houden we ervan iets nieuws in de wereld te zetten. Dat geeft levensvreugde en kracht. Denk maar aan het voortbrengen van kinderen, van een huis, of aan een beroep waarin je iets van jezelf kwijt kan. Denk maar aan het feit dat je een nieuw product ontwerpt of een uitvinding doet. Of misschien blink je in iets uit.

In ieder mens zit inderdaad een kunstenaar, soms vrijer, soms verstoep.

In het centrum van een creatiegebeuren sta je Zelf. Je wil zelf creëren. Je wilt je eigen kinderen, je eigen realisaties, je eigen leven vormen. Het woord Zelf kun je met een grote of met een kleine ‘Z’ schrijven. Eigenlijk hoort het groot. Tenzij het verstoep zit onder lagen van stof en onverwerkt verleden. Hoe zwaarder onverwerkte lagen in ons leven op het Zelf drukken, hoe kleiner de ‘z’ wordt door de druk van het gewicht. Van nature uit is het Zelf stralend. Dit is nog iets anders dan blinken of schijnen. Stralen komt van binnen uit. Bij blinken of schijnen reflecteer je het licht dat door een andere bron uitgestraald wordt, zoals de maan de zon. Wie wil uitblinken of wil schijnen is dus afhankelijk van een andere bron, van iemand die zegt hoe goed, mooi of leuk of creatief je wel bent. Wie straalt, is zelf zijn eigen bron en verlicht en doorwarmt van zich uit zijn omgeving. Stralen zijn niet alleen licht maar ook warmte. Joseph Beuys had de essentie van de warmte ontdekt. Die vormde een leidraad door heel zijn werk.

Deze ideeën van kunstenaarschap, van creëren, van het Zelf, van laging, gaan we verder uitdiepen in dit werk.

Het woord creatief werd hier bewust vermeden aangezien dit reeds voor alles en nog wat gebruikt wordt en niet de lading dekt van wat ik hier wil vertellen. De woorden 'creatie' of 'scheppen' dekken die beter. Hiermee wordt de nadruk gelegd op het nieuwe, op datgene wat de wereld vooruit helpt. Scheppen doen we reeds in het voortbrengen van onze kinderen, als een natuurlijk gegeven, zonder noodzakelijkerwijze veel te overleggen. In een creatieproces creëren we bewust producten die er niet zijn en die de wereld misschien een dienst bewijzen. Dat kan alles zijn, een boek, een nieuwe les voor een leraar op school, een nieuwe techniek of een apparaat, nieuwe methodes voor de landbouw, ... Hierbij gaat het niet alleen om het product op zich maar om de kwaliteit ervan. Zijn onze producten levensbevorderend of doden ze leven? Niet alles wat in de wereld gezet wordt, is bevorderlijk voor de vooruitgang.

Tegenwoordig is er een grote nood aan levendige creaties, iets wat de wereld verjongt of ten minste niet meer meetrekt in een neerwaartse spiraal van vermaterialisering en fragmentatie. Er is nood aan iets dat opnieuw opbouwt en verbindt wat uiteen aan het vallen is. Dat is slechts mogelijk als onze producten niet langer voortkomen uit louter intellectuele processen maar uit levendige, waarbij ze met dit leven verbonden blijven en er zelfs genereren. Misschien zal dat het verschil uitmaken in de toekomst. Zullen onze creaties leven verslinden of leven genereren? Om dat te realiseren moeten we, om te beginnen, het begrip leven weer een eervolle plaats toewijzen.

In dit werk zal ik trachten vanuit een verruimd mensbeeld het creatieproces te beschrijven en te verdiepen. Verruimd in die zin dat het niet louter een materialistisch mensbeeld is maar één dat gedacht is vanuit een heelheid.

Om te beginnen zal een mens- en wereldbeeld opgebouwd worden bestaande uit verschillende energetische lagen. We zullen zien dat

het Zelf daar een centrale positie in inneemt. Hier wordt de basis gelegd voor meer praktische hoofdstukken die volgen. Ik ben er me van bewust dat in dit hoofdstuk toch wat denkwerk gevraagd wordt van de lezer maar kunstminnende zielen moeten zich daar niet door laten ontmoedigen.

Dan volgt er een toepassing op het kunstwerk. Hiermee tracht ik de verschillende velden aan te spreken die daaraan ten grondslag liggen. Mensen die in hun dagdagelijkse praktijk met de beeldende kunst omgaan, kunnen zich daardoor aangesproken voelen.

De kern van het boek, het creatieproces als tijdsverloop, wordt daarna uitgewerkt. Hierop steunen meerdere toepassingen, voor meerdere kunstdisciplines, maar ook voor de levenskunst.

Aan de essentie van het creatieproces, de scholing van het Zelf, besteed ik een apart hoofdstuk onder de naam van zelfonderzoek of van karmisch onderzoek. Het is een toepassing van het creatieproces op de persoonlijkheidsvorming.

Dan volgt een korte maar intensieve toepassing op de menselijke ontmoeting, een sociaal aspect bij uitstek.

Tenslotte wordt nog een hoofdstuk besteed aan het creëren met groepen wat bedoeld is voor mensen die in teams en organisaties actief zijn.

In de eerste plaats is dit schrift een handboek voor iedereen die zich in verruimde zin kunstenaar wil noemen. Het is tevens een begeleidend schrift bij de workshops die rond dit thema gegeven worden. Toch is het doorspekt van filosofische beschouwingen en inzichten. Er is veel aandacht besteed aan een logische opbouw zodat de lezer mee kan denken. De inzichten zijn getoetst aan de praktijk en aan eigen ervaringen die ik in de loop van de laatste 20 jaar als kunstenaar en als docent kon opdoen. Door middel van voorbeelden tracht ik te verduidelijken wat bedoeld wordt.

Hierbij wil ik nog de mensen bedanken met wiens hulp, direct of indirect, dit boek tot stand is kunnen komen. Ik werd sterk geïnspireerd

door de vele inzichten die Rudolf Steiner in de wereld heeft gezet en door vele anderen die op zoek zijn naar een nieuw holistisch wereldbeeld. Tal van samenwerkingsprojecten hebben me de kans geboden om ervaringen op te doen en uit te wisselen. Dank zij de vele mensen die hun vertrouwen schonken, was het mogelijk nieuwe dingen uit te proberen en bevindingen in de praktijk om te zetten. Zonder hen was het boek nooit tot stand gekomen.

Ik wens de lezer veel leesplezier, nog meer werkgenot en last but not least, oneindig veel vreugde bij het creëren.



## INHOUD

Inleiding	3
I. Mensbeeld	10
2. Instrumenten van het IK	17
2.1. Een eerste instrument is de 'Wil'.	17
2.2. Een tweede instrument is het 'Denken'.	19
2.3. Een derde instrument is het 'Gevoelsleven'	20
2.4. Samenvattend: de wil, het denken en het voelen	21
3. Een toepassing - de creatiecirkel	22
II. Energetische lagen	28
1. Het individuele	31
2. De archetypische psyche	35
3. Leven	40
4. Het fysieke	43
5. Het 'Ik' werkt tussen de andere lagen	45
III. De VELDEN van een kunstwerk	48
1. Vorm, Materiaal, techniek	50
2. Beweging, spanning, compositie	54
3. Inhoud als idee, stemming en werking	59
4. Motief, geest, zin	62
IV. Het creatieproces	66
1. Een dubbele weg	67
2. Voorbeelden voor de twee wegen	76
2.1. De kenweg	76
2.2. De werkweg	78
3. Ontmoeting tussen de twee wegen	81
4. Een beschrijving van het creatieproces	85
5. Verdieping van het creatieproces	88
5.1. Contactfase	88
5.2. Spel - Flow	96
5.3. Het werk - Richting zoeken	102
5.4. Individualiseren	108
5.6. Gestalten - Creëren	118

5.7. Productie	121	
6. Relaties en ritmes tussen de stappen		125
6.1. Het proces in drie stappen	125	
6.2. Het proces in vier stappen	125	
6.3. Actieve en passieve fases	126	
7. De houding van een procesbegeleider		128
V. Kunst en Zelfonderzoek	130	
1. Waar ontmoet je het individuele?	131	
2. Voorbij de grensen van tijd en ruimte		133
3. Scholing	137	
3.1. Waarnemen wordt zien	138	
3.2. De magie van het handelen		141
3.3. Het voelen als tastorgaan	147	
4. Weerstanden als richtingaanwijzers	149	
4.1. Weerstandsparen	149	
4.2. Wezens	151	
5. Een procesbeschrijving	153	
5.1. Contact maken met het oude		154
5.2. Beweging	155	
5.3. De oorzaken en gevolgen van onze daden	156	
5.4. Herinneren van je karmische opdracht.		159
5.5. Transformatie van de ziel	160	
5.6. Transformatie van het leven		161
5.7. Fysieke transformatie	162	
6. Technieken	163	
6.1. Werken met postkaarten	163	
6.3. Opstellingen met kleifiguren.		166
6.4. Werken met installaties, objecten, assemblages		166
6.5. Werken met lichaamssculptuur	168	
6.6. Het werk met neutrale maskers	169	
6.7. Werken met beweging	169	
6.8. Karma opstellingen	171	
VI. De scheppende ontmoeting	174	
1. Waarnemen - interesse	175	

2. Inleven - acceptatie van jezelf en de andere	177
3. Op weg gaan - echt zijn	178
4. De ontmoeting	180
5. Handelen - geven en nemen	181
6. Het helende woord - een karmische daad	182
7. Nieuwe wegen	184
8. Toepassingen	184
VII. Creatie met groepen	186
1. Lagen of velden	187
2.1. De mensen	192
2.2. De samenwerking (het sociale veld)	193
2.3. De doelen	194
2.4. De noden	195
3. Dysfuncties	197
4. Creatieprocessen en groepswork	198
4.1. Contact maken met binnen en buiten	199
4.2. Spelend ontmoeten	203
4.3. Richting zoeken	206
4.4. De geboorte - besluitvorming	211
4.5. Uitvoering	213
4.6. Creëren	215
4.7. Produceren	219
5. Wat is creatief leiderschap?	221
Nawoord	222
Literatuurlijst	226
Meditaties	228