

“Om de ander goed te verstaan, moet je ook jezelf kennen”

Heidi Muijen is filosoof en beeldend therapeut. De creatieve therapie was haar tweede beroepskeuze vanwege haar fascinatie voor de mogelijkheden van de menselijke geest in combinatie met creativiteit. Ze heeft beide professionele achtergronden samengevoegd toen zij in 2003 Thymia, filosofische praktijk voor levenskunst en creatieve ontwikkeling oprichtte.

TEKST:
Wietske Brenters
BEELD:
Aangeleverd
OP DE FOTO'S:
Spellen van Quest for Wisdom
Heidi Muijen

MENSEN IN VERBINDING BRENGEN

We hebben voor dit interview afgesproken in de Hogeschool van Rotterdam, waar Heidi gastdocent is bij de master begeleidingskunde. Zij heeft verschillende dialogische spelvormen ontworpen die ruimte scheppen voor ontmoeting en gesprek. Hiermee begeleidt ze mensen en teams die in organisaties veranderingen willen vormgeven. Eén van de spelvormen is het Maskeradespel: de vreemde ander! Het is “een onderzoekend spel naar de sociale maskers waarmee mensen interacteren. Het nodigt uit het samenspel tussen mensen als een maskerade te zien en de vreemde ander (in zichzelf) te ontmaskeren.”

Vanuit haar werk als begeleider en opleider van professionals in de zorg, het onderwijs en andere publieke sectoren hoort Heidi dat veel mensen zich in hun werk vast voelen zitten in structuren en roosters. Ze laat mij een afstudeeronderzoek zien met de titel *Het creëren van vrijheidspraktijken in machtsstructuren*. Daarin wordt speling in de vaak dwingende structuren in organisaties behandeld. Docenten worden bijvoorbeeld ingeroosterd zonder ruimte tussen de lesuren. Dit leidt tot een dwang die beslag legt en heel erg inwerkt op mensen. Niet alleen individueel, maar ook tussen mensen onderling. “Vaak hebben collega's het best goed bij het koffiezetapparaat. Maar kunnen ze elkaar in een vergadering ook zó ontmoeten dat ze het goede professionele gesprek aangaan? Daar is ‘speelruimte’ een heel serieus begrip.”

Voor Heidi is het spelelement een prachtige vorm om met mensen vanuit allerlei achtergronden in gesprek te komen. “Een goed gesprek, ook buiten hun eigen jargon. Daarin verstaan collega's elkaar misschien wel onderling, maar hoe gaat dat in de samenwerking met andere organisaties of disciplines? Ik denk dat de spelvorm daar ten diepste haar waarde heeft.”

“Naast het goede gesprek zijn beelden belangrijk. In beelden denken doen we van nature, denk aan dromen en fantaseren. In de taal gebruiken we ook beelden: metaforen. Het zijn heel natuurlijke middelen om elkaar te verstaan en meer verbindend dan woorden. Bruggen bouwen, het verbinden van mensen, is de drijfveer van waaruit ik het spel heb ontwikkeld.”

MASKERADESPEL

Er is één concept: ‘Mens, ken je zelf’. Vanuit de gedachte om elkaar te ontmoeten, is het vertrekpunt dat je jezelf kent, ook je blinde vlekken en stokpaardjes. ‘Mens, ken je zelf’ is het moeder-spel - met spelattributen zoals dobbelstenen, zandloper en een speelbord, dat heel kunstzinnig is uitgevoerd door een kunstenares en met zilveren speelfiguren - daar zitten heel veel thema's in. Zoals: eigenheid; hoe ga je om met beproevingen? Wat is je bestemming? Ieder gaat een individuele reis over het speelbord, waarover in elke spelronde minimaal één dialoog met elkaar wordt gevoerd. Wie het volledige spel speelt, maakt gedurende 6 dagdelen een reis langs 6 levensthema's. Omdat niet iedereen die tijd kan of wil besteden, heeft



Heidi de thema's uitgewerkt in kleinere spelvormen. Het Maskeradespel is daar één van, en is toegespitst op het ontmoeten.

Ze laat de doos zien met spelkaarten, teksten en getekende figuren. Het thema is ‘de vreemde ander’. Dat is letterlijk verbeeld door getekende figuren zoals een ezel, een adelaar, een zeemeermin, een slang en een draak. Deze getekende figuren zijn bedoeld om in beeldvorm te spreken over een ontmoeting die je heeft verward. Zulke ‘schurende ontmoetingen’ herinneren de deelnemers zich als Heidi het thema introduceert en ze worden uitgenodigd om die voor zichzelf te onderzoeken. “Met behulp van de figuren op de kaarten hebben ze een kader om erover te vertellen. Mensen worden uitgenodigd in de speelruimte - een veilige onderzoeksruimte - te gaan en daarin hun verbeelding aan te spreken. Dat gedeelte kan worden uitgebouwd door ook letterlijk met materiaal een masker te maken. In de erop volgende spelronde komt ook de vraag aan de orde wat jouw eigen aandeel was in de schurende ontmoeting. Bijvoorbeeld als een ander jou te slim af was, wat deed jij dan? Misschien was je een kat die snel wegliep. Het is een goed streven om authentiek te zijn, maar het is ook goed om inzicht te hebben in je eigen maskers om er een sociaal spel van te maken. Je kunt er op een positieve manier gebruik van maken. Het gaat erom inzicht te krijgen in het feit dat we heel veel rollen hebben te spelen in dit complexe leven.”

“Er lijkt een tegenstelling te bestaan tussen helemaal jezelf zijn, zonder maskers, en een rol spelen in de maatschappij, waarbij je ook een masker opzet. Maar misschien kun je wel op een authentieke manier je masker op- en afzetten. Immers: in het sociale spel hebben we maskers op te doen. En als je verder gaat onderzoeken: ‘wie ben ik dan echt?’ - dan ontdek je dat er een

heleboel identificaties zijn die ook kunnen functioneren als masker. Bijvoorbeeld: ik ben vrouw, en Nederlandse - nee niet helemaal, ik heb ook Zwitserse roots in de familie. In een gesprek over culturele identiteiten ga ik misschien zeggen dat ik me toch meer Zwitsers voel. Zo functioneren er, juist ook in het streven naar echtheid, altijd maskers. Cruciaal lijkt mij dat je zelf verantwoordelijkheid neemt voor je masker(s), daarmee zet je het in zekere zin weer af en laat je jezelf ‘echt’ zien en kennen.”

ELKAAR VERSTAAN

“Om de ander goed te kunnen verstaan, moet je ook jezelf kennen. Communicatie kan makkelijk tot misverstanden leiden of tot strijd. Je praat vanuit je eigen taal, beelden en referentiekader. Je denkt dat je het over hetzelfde hebt gehad, maar misschien heb je wel langs elkaar heen gepraat, of het gesprek is ontaard in een soort strijd om het eigen gelijk. In de strijd tussen de wereldreligies zijn dezelfde parallellen te trekken.”

Om haar kennis en de ontwikkelde spel- en dialoogvormen over te dragen en om dialogen tussen wijsheidstradities en ontmoetingen tussen culturen te bevorderen, heeft Heidi de stichting Quest for Wisdom opgericht. Hier staat het interculturele perspectief nadrukkelijk op de voorgrond: bruggen bouwen en elkaar proberen te verstaan. En het ontdekken van transculturele vormen, waarin we wel verschillende talen of beelden gebruiken, maar waar het eigenlijk om hetzelfde gaat als in het sociale spel bij het afdoen van maskers en echtheid. Misschien gebruikt elke spirituele of religieuze wijsheidstraditie er een ander woord voor, maar eigenlijk zijn we op zoek naar echtheid en naar het elkaar als mens - niet als christen, islamiet, boedhist - ontmoeten. Waarin ook het masker van religieuze of culturele identiteit - of een mix van beide - is afgepeld.