

†
HARMKE ZONNEBELD nd.nl/geloof BEELD ISTOCK EN NO

Muziek als tool in pastoraat

...Muziek kan een belangrijke rol spelen in het pastoraat, vindt pastoraal psycholoog Bud Grüwel.

... 'Met muziek kun je zoveel meer dan met alleen woorden.'

► DE KWAKEL

'Wat is dat toch, wat muziek met ons doet?' vraagt Bud Grüwel (70) zich al jarenlang af. 'Muziek zegt ons iets, roept iets op, doet iets met ons.' Grüwel combineert zijn werk als psycholoog met de christelijke zielzorg: hij is pastoraal psycholoog. Muzikaal noemt hij zichzelf niet, maar als psycholoog merkt hij hoeveel muziek met mensen doet. 'Ik werk met mensen die meer nodig hebben dan een pastoraal gesprek, omdat hun pro-

blematiek zwaarder is. Ik stel hun vaak de vraag wat muziek voor hen betekent. Soms staan we dan stil bij een bepaald lied. Zo had ik eens een cliënt die erg somber was en moeite had de dag te beginnen. Ik gaf hem als huiswerk mee om elke ochtend te luisteren naar een bepaald lied en dat lied tot zich door te laten dringen. Ik adviseerde hem ook mee te zingen, want zingen werkt therapeutisch. En de woorden van een lied kunnen zomaar de behoefte opwekken aan een gesprek met God.' Grüwel begon voor zichzelf een onderzoek om te ontdekken hoe muziek gebruikt kan worden in de geestelijke hulpverlening en het pastoraat. Hij richtte zich daarbij op het onderscheid tussen geest, ziel en

lichaam. 'Waarom heeft muziek invloed op ons gemoed, en op ons lichaam, en op onze ziel?'

geen aandacht voor muziek

Om te ontdekken hoe muziek gebruikt kan worden in het pastoraat, interviewde Grüwel voorgangers en pastors uit verschillende kerkelijke tradities. Veel pastors doen niet veel met muziek, ontdekte hij. 'Ze zijn talig opgeleid en helpen anderen vooral door middel van woorden. Bovendien was er in hun opleiding geen aandacht voor muziek. In Duitsland bijvoorbeeld is dat heel anders. Als je geen muziek kunt maken, word je daar geen dominee. Want met muziek kan je zoveel meer dan alleen met woorden.'

Als voorbeeld vertelt Grüwel over een gesprek met een mevrouw van ruim negentig jaar oud. 'Ze vertelde me dat zij vroeger veel zong, op de zondagsschool. Ik vroeg haar toen of ze vroeger ook naar de kerk ging, en of ze nog steeds graag zingt.' Later in het gesprek zette Grüwel het lied 't Scheepke onder Jezus' hoede' in. 'Ze kende het lied en begon mee te zingen. En zo kwamen we tot een gesprek.' Zelf zingt Grüwel af en toe met een groepje mensen. Muziekpastoraat noemt hij het: samen kerkelijke liederen zingen en daarna praten over de tekst en over de melodie. 'Vaak delen mensen heel persoonlijke ervaringen die met het geloof te maken hebben, of met moeilijkheden in het leven.' <

SAMEN ZINGEN BIJ HET ZIEKENHUISBED

NAAM: MAARTEN DIEPENBROEK (38)
PLAATS: WOERDEN
FUNCTIE: PREDIKANT



'Naar een pastoraal gesprek neem ik altijd een liedboek mee. Negen van de tien keer gebruik ik dat ook. Dan zingen we samen een lied, of ik zing alleen. Dat betekent veel voor mensen. Soms zing ik bij iemand die in een ziekenhuiszaal ligt, en begint er iemand aan de andere kant van de zaal mee te zingen. Ik zing graag en houd van muziek. Toch moet ik soms wel over een drempel heen. Het helpt dat ik makkelijk zing en bijna alle kerkliederen wel ken. Hoe het kan dat muziek zo veel met mensen doet, kun je natuurlijk op meer manieren bekijken. Augustinus zei dat zingen twee keer bidgen is en Luther dat zingen de duivel verjaagt. De Bijbel staat vol met liederen, zoals de psalmen. Je kunt er ook psychologisch naar kijken, of biologisch, door te zeggen dat zingen een ander deel van je hersenen aanspreekt. Behalve in het indivi-

duele pastoraat zing ik eens per maand tijdens een pastorale kring, waar kerkliederen centraal staan. Zo'n ochtend begint met koffie en daarna zingen we een stuk of zeven liederen. Na elk lied kunnen mensen iets zeggen. Vaak worden er dan bijzondere ervaringen gedeeld, daar sta ik elke keer weer van te kijken. Ik denk dat zingen andere lagen van de ziel aanspreekt. Zodra je begint te zingen, gaan mensen open.'

LIEDEREN, HERINNERINGEN EN EMOTIES

NAAM: KERSTEN STORCH (55)
PLAATS: UTRECHT
FUNCTIE: GEESTELIJK VERZORGER



'In mijn werk in de ouderenzorg zie ik dat mensen een kerkmuzikale biografie hebben opgebouwd. Iedereen heeft bepaalde liederen die voor hem of haar van betekenis zijn. Ze hebben geklonken bij bijvoorbeeld een huwelijk of uitvaartdienst. Als pastor is het belangrijk je ervan bewust te zijn dat sommige liederen herinneringen en emoties oproepen. In individuele gesprekken refereer ik regelmatig aan liedteksten. Ik denk dat teksten anders binnenkomen als je ze zingt. Bij het zingen ervaar je iets en hoor je jezelf op een andere manier. Je ervaart je eigen lichaam, hoe het in- en uitademt. Bepaalde liederen hebben mensen al honderden keren gezongen. Tijdens een preek citeer ik soms een lied, omdat een lied herkenbaar is. Het onderstreept wat ik met eigen woorden heb gezegd, maar dan met

een tekst die bekend is en die refereert aan herinneringen en emoties van toehoorders. Daarin is natuurlijk de melodie ook belangrijk, die moet bekend zijn. Soms kies ik een nieuw lied, maar mijn doelgroep - ouderen van tachtig jaar en ouder - zingen liever bekende liederen. Muziek is voor mensen gewoon heel belangrijk. Na afloop van een kerkdienst krijg ik vaker commentaar op de liedkeuze dan op de preek.'