

8/07/2008

---

## Inhoud

- inleiding
  - mens en wereld
    - o vier ingangen
    - o tekening
  - het proces – zeven stappen
  - verschillende ritmes
  - blokkades (nog uit te werken)
  - toepassingen (nog uit te werken)
- 

## Inleiding

Over creativiteit is reeds veel geschreven en gefilosofeerd. Waarom dan deze bijdrage en wat is hier de bijzondere invalshoek?

In dit werk wordt getracht een zeer ‘menselijke’ bijdrage te leveren aan het fenomeen ‘creativiteit’. ‘Menselijk’, niet vanuit een psychologisch standpunt maar vanuit de mens als een van zichzelf bewust wordend levendig organisme. M.a.w. als het hier gaat over creatieve processen dan gaat het tegelijkertijd over het bewust maken van levensprocessen, processen die zich in levende organismen afspelen, niet op biologisch vlak maar op vlak van de levensenergie. Deze levensenergie zorgt ervoor dat de geïndividualiseerde psyche zich met het lichaam kan verbinden. Ze is daarbij onderworpen aan eigen wetmatigheden die veel met ritme en tijd te maken hebben. Denk daarbij aan het verloop van een mensenleven of aan de ontwikkeling van een plant.

Indien creatieve processen niet als levendige processen kunnen begrepen worden, dreigen de begrippen te abstraheren omdat ze losgekoppeld geraken van hun eigen energetisch basis.

Creatieve processen zijn in oorsprong scheppende processen. Om ze te benaderen is het in de eerste plaats nodig daar te observeren waar nieuw ‘leven’ geschapen wordt zoals bij het ontstaan van de aarde, de planten, de dieren en de mensen.

Het ‘leven’ schept voortdurend. Om dat te observeren hoeven we slechts om ons heen te kijken. Volgens een aantal stromingen in de wetenschap bestaat ‘leven’ gewoon niet en is alles toeval. Sommige vormen van toeval schijnen meer impact te hebben op onze ontwikkeling dan andere vormen. Daarover gaat het hier. Wat is toevallig creatief.

Essentieel wordt het natuurlijk wanneer we de mens zelf bestuderen. Die is meer dan alleen maar ‘leven’. Hij weet ook dat hij leeft, m.a.w. hij leeft bewust. Bewust zijn, of worden, speelt in de menselijke creativiteit een essentiële rol omdat het uniek is voor hem. De vraag of bewustzijn nu door de mens gecreëerd wordt of dat de mens dank zij het bewustzijn ontstaat, is vrij cruciaal en moet verder besproken worden.

Creativiteit wordt in dit werk als een menselijk proces gezien dat echter zijn wortels heeft in andere processen. De mens creëert in de wereld maar tegelijkertijd is hij er een deel van en komt hij er uit voort. Dus creëert hij voor een stuk zichzelf. Dit idee is zeer ernstig te nemen. Moest dit namelijk niet zo zijn, zou het begrip creativiteit een farce zijn en zou de mens alleen maar doen alsof. Is de mens in staat zijn wereld te creëren en waar liggen zijn grenzen? Is de mens in staat iets nieuws te creëren wat voorheen niet bestond waardoor de toekomst een

nieuwe loop vindt? Of is hij uitgeleverd aan fysieke processen? Welke rol spelen het toeval of misschien het lot? Deze vraag hangt samen met de vraag naar vrijheid. Hoe vrij zijn wij? Een andere vraag die zich stelt is: wat voor maatstaven hanteren om te weten of iets al dan niet creatief is? Bestaat er zoiets als anti creatief, iets wat de evolutie tegenwerkt? Is alles goed wat we creëren of zijn sommige creaties gewoon slecht, niet bevorderlijk voor onze vooruitgang? De woorden goed of slecht duiken hier op, evenals het woord vooruitgang. Had het goed geweest voor de vooruitgang Hitler te vermoorden? Voor Hitler zelf niet, op het eerste zicht, voor Europa waarschijnlijk wel. Wat is goed en wat is slecht? 'Creativiteit' zou je bijvoorbeeld kunnen omschrijven als 'het op de juiste plaats, op het juiste ogenblik het beste doen voor die situatie'. Het beste voor wie of voor wat?

Er duiken hier dus heel wat vragen op. Het zal niet de bedoeling zijn op al deze vragen een antwoord te vinden. Het is eerder de bedoeling een creatief proces in gang te zetten zodat de lezer zelf op zoek gaat naar antwoorden.

Wel zal gezocht worden naar een aantal samenhangen.

## Mens en wereld.

Niettegenstaande de mens deel uitmaakt van de wereld staat hij er toch tegenover, alleen al door het feit dat hij de wereld observeert en erover nadenkt. Op een bepaald plan is hij één met de wereld omdat hij er nu éénmaal uit voortkomt. Of is het misschien andersom? Komt de wereld uit de mens voort? Of zijn we uit elkaar voortgekomen, zoals Ursula Stenger het verwoordt? Door het bewustzijn, met hulp van ons denken, voelen we ons niet helemaal één. Dit feit is ook een realiteit die we niet kunnen negeren. Door het zich bewust worden ontstaat er een scheiding.

In een creatief proces treedt hij op een bepaalde manier in een interactie met die wereld.

De mens, zelfbewust, gaat een creatieve interactie aan met de wereld, daarvoor zijn lichaam, zijn innerlijk potentiaal en zijn psychische mogelijkheden inzetend.

### **De wereld als vorm en inhoud**

De ‘**wereld**’ bestaat op de eerste plaats uit alles wat we via de zintuigen waarnemen zoals vormen, materiaal, bewegingen, geuren, smaken, kleuren, geluiden, ..... Het waarnemen van ideeën, van taal en van de individualiteit van een andere persoon horen daar ook bij volgens R. Steiner. In dit geval ontstaat de vraag naar bijv. het denken. Worden ideeën in de hersenen geproduceerd of zijn de hersenen slechts een waarnemingsorgaan voor ideeën? In een creatief proces maken we gebruik van het waarneembare, van alles wat er reeds is, van wat zich gerealiseerd heeft en door het oog van tijd en ruimte is gegaan. Meestal onderscheid ik hier vorm, materiaal (substantie) en techniek.

Alles heeft ‘**vorm**’ in de fysieke wereld. Ook ideeën zijn vormen, of geuren en smaken.

Vormen hebben zich verdicht vanuit het verleden. Ze hebben vaste contouren aangenomen.

En je kan ze lezen en leren verstaan. Door vormen te bestuderen kan je zien waar ze vandaan komen, wat hun geschiedenis is. Ze geven je een inblik in het verleden.

De dragers van vormen zijn het ‘materiaal’ of de ‘substantie’ waaruit iets is opgebouwd. Die zijn natuurlijk inherent aan de vorm maar ze tonen nog een ander aspect ervan. In de beeldhouwkunst kan éénzelfde vorm, die in verschillende materialen wordt uitgevoerd, een totaal andere ‘werking’ hebben. Een melodie, door verschillende instrumenten gespeeld, is niet dezelfde melodie. Een gedachte, door verschillende mensen verwoord of uitgesproken, is niet dezelfde gedachte. Het zijn variaties ervan omdat de drager wisselt. Het materiaal of de substantie zijn de ‘media’ of de weerstanden waaraan een vorm ontstaat. Het materiaal is weerstand maar ook energie. Misschien is materiaal in wezen alleen maar zwaarte (of energie) en ontstaan vormen aan de zwaartekracht. Een boeiende vraag is in hoeverre de ‘moderne (digitale) media’ nog substantieel blijven. Wat is de substantie waarvan de ‘moderne media’ zich bedienen? Is het elektriciteit, zijn het bits en bytes, is het licht? Trachten ze zich te onttrekken aan de zwaarte zodat we in een schijnwereld belanden zoals in virtuele werelden? Het vinden van materialen om je creatief te uiten heeft te maken met affiniteiten. Waarom voelen we ons tot iets aangetrokken? Ik denk dat een antwoord op die vraag diep in onze eigen substantie, in het lichaam, verborgen ligt.

Een derde aspect van de vormelijk pool noem ik meestal de ‘techniek’. Je kan het ook de ‘methode’ of de ‘wijze’ noemen waardoor vormen tot stand komen. Een tijdsaspect wordt hier zichtbaar. Zo kan je aan vormen aflezen op welke wijze ze gemaakt zijn, via welke weg en techniek. Dat in de kunst de techniek een essentiële plaats inneemt is geen vraag.

Problematisch wordt het belang van de techniek wanneer het leidt tot ‘technocratie’ en de mensen of kunstenaars verworden tot techneuten. De techniek is de wijze waarop het materiaal zich met de vorm verbindt of de wijze waarop de vorm aan een materiaal ontstaat. Technieken ontwikkelen zich voor een kunstenaar aan een materiaal, door ermee te

experimenteren. Een materiaal toont zelf hoe het behandeld wil worden. Materiaalvreemde technieken lijden ook tot materiaalvreemde vormen. Zo leidt het hanteren van verschillende technieken in steensoorten tot andere vormsoorten. Muziekinstrumenten vragen technieken die tot eigen melodieën leiden. Waterverf wil anders behandeld worden als olieverf. Technieken kan je natuurlijk ook van anderen leren. Maar het eigen maken ervan gebeurt via het experimenteren. De inzet is je eigen lichaam. Aan de techniek waarmee een kunstwerk gemaakt is zie je hoe de kunstenaar met zijn lichaam verbonden is.

Het aspect 'wereld' is meer dan het zichtbaar gevormde materiele. Het is ook **'inhoud'**. De kleur rood, bijvoorbeeld, is uiterlijk gezien voor de meesten van ons vaststelbaar. Ze is trouwens meetbaar. Innerlijk gezien voelt rood voelt warm aan. Dat is niet tegenstrijdig met het feit dat sommigen er koude rillingen van krijgen. Rood wordt met vuur geassocieerd. Toch kan vuur evenzeer een blauwe kleur hebben bij een volledige verbranding. De vraag is of rood slechts met warmte geassocieerd wordt of dat het de warmte intrinsiek in zich draagt. Geven wij een betekenis aan het rood of dringt het rood zelf zijn betekenis aan ons op? Als het al dan niet warm zijn van rood slechts op afspraken berust en op associaties, kan het rood geen echte werking hebben, tenzij een louter mentaal cerebrale. Rond en vierkant zijn uitdrukking van verschillende kwaliteiten. 'Rond' is eeuwig - kosmisch en 'vierkant' is aards - praktisch. Het leven in een vierkant of in een rond huis oefent een volledig andere werking uit. Jong leven uit zich in ronde vormen, voorbijgaand leven in hoekige vormen. Gezichtsuitdrukkingen zoals boos, angst, afkeer, liefde, kunnen door alle mensen van alle culturen gelezen worden, dat werd reeds aangetoond. Het zijn geen afgesproken betekenissen maar ze komen voort uit emoties, gevoelens en gedachten. Gebaren uit de dierenwereld zijn inherent met kwaliteiten verbonden. Het agressieve gebaar van een leeuw kan je bij twijfel het best observeren wanneer je aangevallen wordt. Dierlijke gebaren geven uitdrukking aan krachten. In de kunst noemt men dit expressie. Menselijke gebaren zijn variabel en berusten vaker op afspraken en gewoontevorming waardoor ze meer en meer van hun intrinsieke waarde losgekoppeld, en dus abstract worden. Dit treedt vooral op in de taal. Woorden dekken minder en minder hun oerlading, behalve in de dialecten en in goede poëzie. Indien de dingen geen intrinsieke waarden in zich zouden dragen, zou de hele communicatie slechts berusten op afspraken. Ze berust echter voor een groot deel op ervaring. Kunst berust niet alleen op afspraken maar op het ervaren van 'expressie' en 'werking'. Een ronde dikke liggende vorm heeft een heel andere werking als een ranke smalle staande vorm. Daar rond hoeft niets te worden afgesproken. Natuurlijk zijn er ook afspraken maar voor een kunstenaar staan die vaak in de weg. Baselitz gaat zijn beelden omdraaien omdat hij last krijgt van informele afspraken over hoe de wereld er uit te zien heeft. Door zijn schilderijen om te draaien toont hij dat ze ook werken wanneer men afstand doet van de betekenis op het eerste zicht. De meest frustrerende vraag die je aan een kunstenaar kan stellen na het zien van zijn werk is: wat betekent het, in de zin van wat stelt het voor? Een vraag die je dan terug kan stellen is: "wat doet het met je?" Interessant is dat de muziek daar minder last van heeft. Die wordt meer ondergaan. De betekenis van de teksten staan vaak op de achtergrond. Muziek doet iets met ons lichaam, dat beleeft iedereen. Ze zet ons aan tot dansen, tot vervoering, tot treur of tot meditatie. De wals heeft een heel andere werking als de tango of de mars. De major werkt anders als de minor. Zo is het ook met vorm, met kleur, met materiaal en techniek. Je kan letterlijk zeggen dat kunst 'werkt' onaf gezien van het feit dat het ook iets voorstelt. De geneeskundige werking van planten werd door de genezers van primitieve volkeren niet slechts ontdekt door 'trial and error'. Sterk speelde het creatieve beleven van de vorm hierin een rol. Deze weg kan vandaag nog gegaan worden. Vormen, materialen, kleuren, substanties, bewegingen, ritmes, ... Ze spreken hun eigen taal. We moeten ze slechts leren

verstaan door creatief waar te nemen, door hun wezen te leren zien. Een eik spreekt een andere taal als een berk. Een fluit doet je anders improviseren als een saxofoon. Goethe liet het waargenomene zich uitspreken. Zo ontdekte hij het wezen van planten en van kleuren. Een plant overbrugt de oerpolariteit tussen de duisternis en het licht, zegt hij. Warme kleuren ontstaan doordat de duisternis zich voor het licht schuift en koude kleuren doordat het licht zich voor de duisternis schuift. Kleuren noemt hij de daden en het lijden van het licht. Hij is het ook die zegt dat het oog er niet zou zijn zonder het licht. Het oog is uit het licht ontstaan, niet als beeldspraak maar als reëel gegeven. Het licht schept in de mens het oog. Dat is natuurlijk moeilijk te verstaan voor een materialist die alleen maar kan zien dat alles uit moleculen opgebouwd is. Het ene sluit het andere echter niet uit.

Om op de hersenen terug te komen. Die kunnen alleen maar uit gedachten-substantie tot stand gekomen zijn, tenzij ze natuurlijk toevallig ontstaan zijn. Maar wel een zeer efficiënt toeval. Hier gaat het erom waar die efficiëntie dan vandaan komt waardoor we scheppende wezens werden. Die efficiëntie is reeds gedachte substantie. Onze gedachten ontsnappen namelijk aan het toeval omdat die nl. logisch kunnen zijn, of creatief.

Samenvattend kan je zeggen dat de inhoudelijke zijde van het aspect 'wereld' bestaat uit 'betekenissen', uit 'uitdrukking' en uit 'werking' waarbij betekenissen vaak refereren naar de werking maar zelf schijn zijn. De werking is reëel en gaat naar de essentie, naar de kern. Het is gebalde wils-substantie. Betekenissen zijn gedachte-substantie en daardoor niet reëel. Ze weerspiegelen de realiteit als het goed is. Een beetje tragisch vind ik het als de kunst zijn ziel verkoopt aan het ideële en het 'reflecteren over', zoals in sommige stromingen van de esthetica. Dat is hetzelfde als het filosoferen over een goede maaltijd als alternatief voor het genieten ervan. Je blijft op je honger zitten. Je komt dan snel terecht bij het sprookje van "de nieuwe kleren van de keizer", één van de bekende ziektes van de kunst in onze tijd. Vaak kom je ook een discrepantie tegen tussen de betekenislaag en de reële laag van een creatief product. De onderliggende kracht van een werk wordt dan ofwel verdoezeld, ofwel werd ze niet bewust waargenomen. Van dit verdoezelen wordt in de reclame uitgebreid gebruik gemaakt. De ware onderliggende werking van een reclame wordt verdoezeld door schijnbare betekenissen om beter op het onbewuste te kunnen inwerken.

Het niet bewust kunnen waarnemen van de diepere lagen van een kunstwerk berust op een gebrek aan zelfkennis. Wat je in jezelf niet kan waarnemen kan je buiten je ook niet waarnemen. Natuurlijk blijft, bijna per definitie, een groot deel van de reële werking van een kunstwerk, onbewust. Het is juist één van zijn opgaven om onbewuste gebieden te verkennen en tot uitdrukking te brengen, om op die wijze zelfkennis te verhogen.

Het aspect 'uitdrukking' of 'expressie' maakt diepere lagen van de wereld beleefbaar en verstaanbaar en wordt waargenomen via de menselijke beleving, niet via de subjectieve beleving maar door de 'tot waarnemingsorgaan omgestulpte', beleving. De subjectieve beleving is gebonden aan de kleurenbril die men op heeft, aan de eigen persoonlijke emoties en gevoelens waarin men drijft, waartegenover de omgestulpte (getransformeerde) beleving het beleefbare van buiten op zich voelt toestromen, zoals bijvoorbeeld de expressie van de kleur rood. In 'expressie' komt de kunst tot leven en kan ze beginnen te weven tussen de maker of de toeschouwer en het object.

*De wereld zou ik willen polariseren in 'vorm' en 'inhoud'. Die hangen onlosmakelijk met elkaar samen. We kunnen ze uiteenhalen maar niet scheiden.*

*Vorm: alles wat zich in het verleden materieel verdicht heeft uiterlijk waarneembaar voorhanden is. Dit kan fysiek zijn maar het kunnen ook woorden of reeds gedachte ideeën zijn. Het is alles wat zich reeds substantieel, in vorm verdicht heeft, door het oog van tijd en ruimte is gegaan, zoals dat boven beschreven werd.*

*Inhoud: het ideële (nog niet gevormd), het kwalitatieve, krachten, ... die aan de oorsprong liggen van gevormde substantie.*

*Bij de 'vorm - inhoud' dimensie, waaruit de 'wereld' is opgebouwd, zie ik een tegenstelling van het ruimtelijke(vorm) tegenover de tegenruimte(inhoud).*

*In deze polariteit beweeg ik me ononderbroken als kunstenaar.*

## **De 'mens' als levend veranderend wezen maar zelfbewust**

De andere dimensie neemt de 'mens' in, die zich opgericht heeft, niet langer overgeleverd aan zijn omgeving, zoals de dieren, maar met handen en hoofd vrij om zich van de wereld 'bewust te worden' en om 'in te grijpen'.

Hij gaat een dubbele relatie aan met de wereld, via het bewust worden en via het onbewust ingrijpen.

Door te handelen grijpen we in, ook in onszelf trouwens. We veranderen de toekomst. Handelend zijn we één met alles. Iedere handeling bepaalt mee de toekomst van alles, hoe klein en hoe weinig dat ook mag zijn. Handelend zitten we dus in hetzelfde schip met 'het andere'. Alles is in wording, in een niet aflatende stroom van verandering. Zoals Plutarchus zei: het enige wat niet aan verandering onderhevig is, is de verandering zelf. In dat kader moeten we onze daden beschouwen. Het zijn impulsen die mee richting geven aan de toekomst. Toch gebeurt dit meestal onbewust. Door het feit dat we ons voortplanten, groeien en oud worden, handelen we reeds. Hiervoor hoeven niets extra's te ondernemen buiten het onderhouden van ons lichaam. De rest gaat vanzelf. Waarschijnlijk bevindt zich ons grootste potentieel om te scheppen in de voortplanting. Wij creëren nieuwe mensen die op hun beurt verder aan de wereld bouwen. Dat is een immens complex proces dat zich zomaar vanzelf voltrekt, volledig onbewust. Kijk maar naar de embryologie. Hoe bewust we zijn van onze dagdagelijkse handelingen blijkt bij het terugblikken op gebeurtenissen. Hoeveel kunnen we ons 's avonds nog van een dag herinneren? Het meeste doen we uit pure gewoonte of als reflex. Voor een deel zijn we gewoon ingebed in de stroom van de tijd, de stroom van het leven. We onderscheiden ons wat dat betreft niet zo sterk van de ons omringende wereld. Ook de mineralen veranderen, de planten en dieren groeien en vermenigvuldigen zich en de dieren ontplooiën zelfs driften, instincten en zintuigactiviteiten. Ook zij grijpen in de wereld in. Dom is het dit potentieel niet te benutten wat gebeurt als ons intellect te sterk domineert. Benutten doen we het sowieso. Het volledige weten over hoe vorm tot stand komt bevindt zich in ons lichaam. We behoeven er slechts op te vertrouwen. Een gems in de bergen kan over losse steenblokken honderden meter afleggen in een paar seconden, waarvoor een mens misschien een half uur zou nodig hebben. Waar komt dit weten en kunnen vandaan? In de kunst hoeven we vaak slechts op onze handen te vertrouwen om nieuwe vormen te creëren. Denken is daarbij in het geheel niet gevraagd. Zolang een melodie nog moeten gedacht worden, kan ze niet stromen. Zolang we danspassen nog bewust overleggen blijft het dansen houderig. Waar heeft dit weten zich opgeslagen? In ieder geval niet in onze hersenen. Dat toont de ervaring aan. Eerder in ons lichaam.

Een andere vraag is hoe we dit potentiaal kunnen activeren en 'bewust' inzetten.

Dat maakt dan het verschil 'mens'. Wij kunnen af en toe bewuster ingrijpen en we weten dat van onszelf. Het woord 'bewustzijn' duikt hier op. Er zijn momenten van bewustzijn. Hier wordt de mens echt mens en maakt hij zich los van de wereld, staat er tegenover. We kunnen onszelf observeren en uit die stroom uitsteden, erop terug kijken. We hebben greep op de gebeurtenissen als we dat willen, als we onszelf concentreren en het roer zelf in handen nemen. Die mogelijkheid hebben we. Dank zij onze hersenen en ons denken, kunnen we

reflecteren op de gebeurtenissen. We kunnen zelfs onze gedachten en gevoelens observeren wat toont dat we er geen deel van uitmaken. Daar zit ons tweede grote potentiaal naast het zich voortplanten. Dit gaat verder dan het loutere denken. We kunnen 'richting' en 'zin' geven aan ons leven, ons leven sturen in een richting die wij zinvol vinden en waarvoor onze hersenen slechts een instrument zijn. Ergens blijkt er een punt te zijn dat geen deel heeft aan de gebeurtenissen, zelfs niet aan het denken, wat als maatstaf dient om ons leven zin, inhoud en richting te geven. Een beeld is dat van een stuurman die richting geeft aan zijn op de golven zwalpend schip. Zelf maakt hij geen deel uit van de golven, noch van het schip, waardoor hij in de mogelijkheid verkeerd te sturen. Wat al dan niet zin heeft is voor iedereen anders. Iedereen kiest zijn eigen richting, geeft vanuit zichzelf, vanuit zijn eigen standpunt, zin aan zijn leven. Niemand kan bepalen wat voor een ander zinvol is. Dat is een hoogst individuele aangelegenheid.

Bewustzijn is duidelijk méér dan het observeren van de gebeurtenissen en erover nadenken niettegenstaande dit laatste daar een grote rol in speelt. "Ik denk dus ik ben", zei Descartes zich niet realiserend dat hij misschien voor het eerst beseftte dat hij dacht. Hij had ook kunnen zeggen: "Ik weet dat ik denk, dus ik ben". Ik kan mijn denken observeren, me erboven plaatsen en mijn gedachten controleren. Bewust worden is een zich bewegen naar een punt dat geen deel heeft aan de gebeurtenissen, van waaruit we ons leven kunnen sturen. Dit punt verhoudt zich tot ons leven zoals het punt oneindig zich tot de rest van de getallen verhoudt, of misschien zoals de antimaterie zich tot de materie verhoudt. Het getal oneindig bestaat niet. Toch maakt het deel uit van het geheel en maakt dit zelfs mogelijk. De vraag of dit punt van (zelf)bewustzijn uit de materie voortkomt of andersom, is dezelfde vraag als die van de kip en het ei. Wie van beide was er het eerst? Op een bepaald ogenblik is er een polarisatie opgetreden. Daar spreekt men niet over wie het eerst was. Een feit is echter dat beide polen bestaan: het leven dat zijn gang gaat en het bewustzijn waardoor het 'leven' tot stilstand komt. Bewustzijn doodt leven. Het leven komt er tot stilstand. Onze hersenen, die een belangrijke functie blijken te hebben in het bewust worden, gaan met 20% van ons voedsel lopen. Ze zijn onze grootste levensvreter.

*Samengevat zou ik het aspect 'mens' willen polariseren in:*

- *een levendige, steeds aan verandering onderhevige pool waarin we handelend, maar ook ons voortplantend, ingebed zijn en*
- *een bewustzijnspool die geen deel meer uitmaakt van het leven maar er zin en richting aan geeft.*

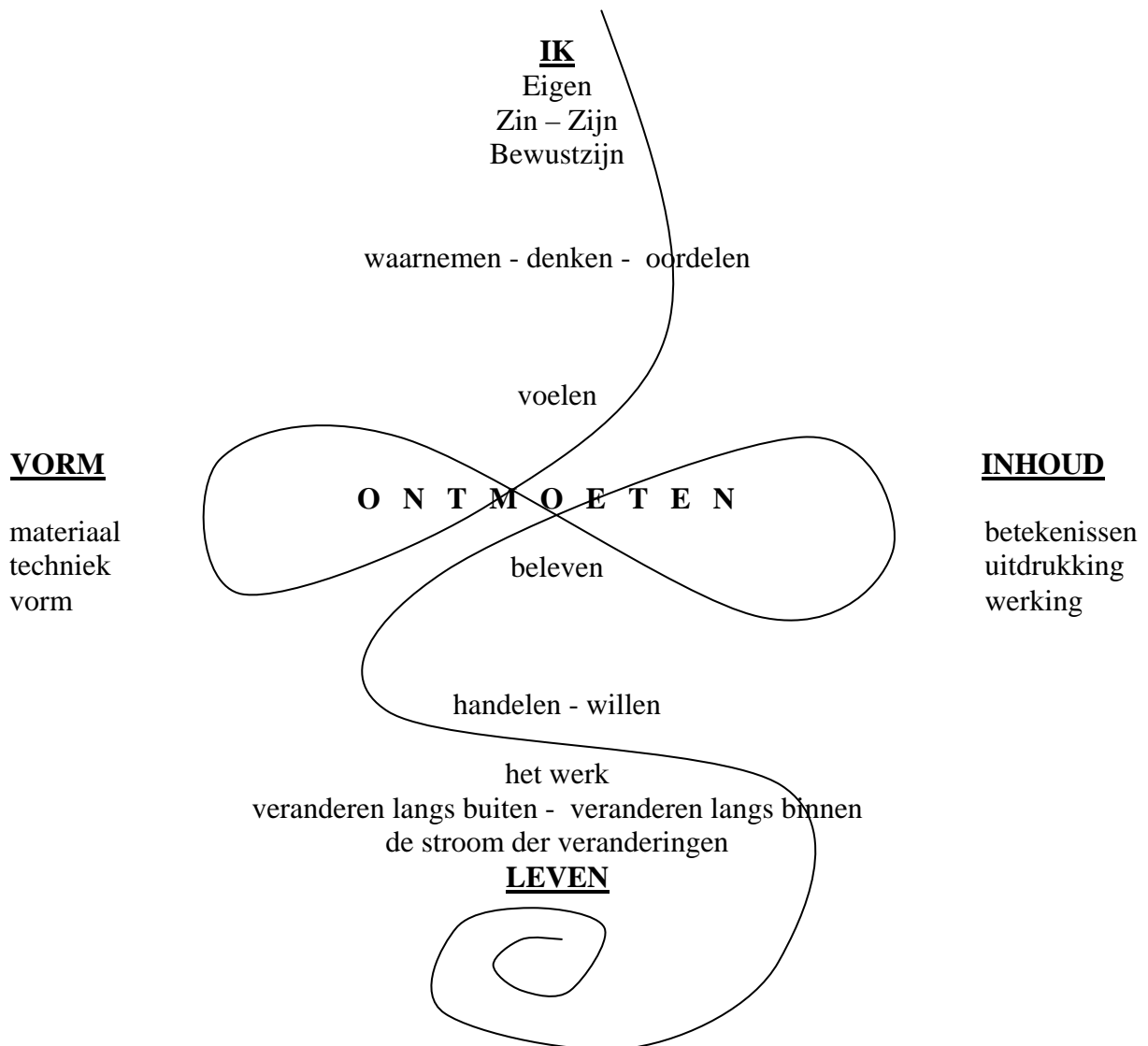
*De bewustzijnspool bij het 'mens' zijn staat lijnrecht tegenover de pool van het 'pulserende leven'. 'Zijn' (zin) en 'worden' staan tegenover elkaar, daarbij gebruik makend van krachten zoals de voortplanting en het denken.*

*Er duikt hier een 'tijdsdimensie' op. Handelend zijn we ingebed in de stroom van de tijd, bewust wordend treden we er uit en zetten we de tijd stil.*

In een creatief proces ontmoeten 'mens' en 'wereld' elkaar voortdurend,

- de wereld 'vormelijk' en 'inhoudelijk',
- de mens 'werkend wordend' en 'bewust wordend', 'zin' gevend aan zijn leven.

Dit kunnen we in een tekening samen vatten.(fig 1)



Figuur: de ontmoeting tussen mens en wereld.

### **Een ontmoeting van mens en wereld.**

‘Mens’ en ‘wereld’ ontmoeten elkaar voortdurend in een creatief proces. Er is een verschil tussen een interactie en een ontmoeting. Het woord interactie heeft een mechanistisch karakter en kan op alle niveaus plaatsvinden. Op elkaar botsende stenen gaan ook een interactie aan met elkaar. Over ‘ontmoetingen’ spreken we alleen bij mensen. Het is een ‘niet moeten’, in alle vrijheid, vrijblijvend maar toch plaatsvindend. De ontmoeting onttrekt een creatief proces aan het toeval, aan mechanische of darwinistische wetmatigheden. Zonder ontmoeting kan een creatief proces gewoon niet plaatsvinden.

In een ontmoeting tussen ‘mens’ en ‘wereld’ zijn alle voorheen beschreven polen actief en doordringen ze elkaar in een ongrijpbaar en onvoorspelbaar spel. De mens is tegelijkertijd bewust toeschouwend maar ook onbewust handelend actief in een uit ‘innerlijke krachten

verdichte' buitenwereld. Hierbij gaat hij voortdurend over drempels. We dringen dieper door, zowel in buiten- als in binnenwerelden, voortdurend nieuwe lagen ontdekkend. Daarbij verleggen we zowel de grenzen van het 'kunnen' als van het 'weten'. Creatief werk is per definitie grensverleggend. Anders zou alles bij het oude blijven.

Deze ontmoeting kan maar plaatsvinden indien we met onszelf in contact blijven, met onze wezenskern die in ons hart zetelt. Grensverlegging naar buiten toe gaat hand in hand met grensverlegging naar binnen toe. Daarin bestaat een deel van de ontmoeting. Lagen die vroeger nog niet beroerd werden openen zich en worden bewust beleefd. Wat mij vroeger nog niet beroerde, raakt me plotseling en inspireert mijn verder handelen. Tevens legt het delen van mezelf bloot die ik vroeger niet kende. Ken jezelf en ken daardoor de wereld zegt men. Kennen via je hart, via de ontmoeting.

Het is duidelijk dat, in het geval van een ontmoeting, de 'mens' en de 'wereld' zich meer met elkaar vermengen. Het woord 'ontmoeten' wordt in dit geval op een verruimde manier toegepast. Een echt creatief proces vertoont gelijkaardige kenmerken met een menselijke ontmoeting.

- Het gebeurt in een vrijlatende sfeer. Als we achter de waarheid aanhollen vinden we ze meestal niet. De waarheid vindt ons wel. Als de jager achter het konijn gaat aanhollen moet hij het onderspit delven. Wel als hij zich neerzet, zich en zijn omgeving tot rust brengt, wacht en zich op de juiste manier concentreert. Plotseling komt het konijn zelf. De vraag is of we het dan noch langer willen grijpen of dat we het vrij kunnen laten. Hetzelfde geldt voor de menselijke ontmoeting. Het verhaal van 'De Kleine Prins' van Saint Exupérie schildert op een wonderlijke wijze waar het hier om gaat.
- Het vindt plaats in een sfeer van warmte. Warmte heeft de eigenschap te verbinden. Zielewarmte wordt in de hartstreek beleefd. In een ontmoeting met iets nieuws komt er warmte vrij die ons motiveert om verder te werken.
- Nieuwe gebieden openen zich. Onbekende delen van onszelf tonen zich. Nieuwe lagen worden zichtbaar. We gaan bij een ontmoeting over een drempel zodat we ons iedere keer weer een beetje naakt voelen. Dat maakt het ook een beetje beangstigend maar ook spannend. Het is alsof we in een nieuwe wereld binnenduiken of dat iets onbekends in ons binnendringt.
- Soms laten we delen van onszelf vallen omdat ze hinderlijk zijn of overbodig, elementen die we vroeger gebruikten om ons in stand te houden, die nu blokkeren. In een ontmoeting kunnen we iedere keer weer een beetje nieuw zijn en opnieuw beginnen. Een nieuwe creatie is iedere keer een uitdaging en een kans een nieuwe start te nemen en het oude te transformeren.
- Het geeft een gevoel van 'één zijn met', zonder volledig te versmelten of zich te verliezen. Het is alsof men in elkaars stroom duikt.
- Diepgaande ontmoetingen leggen onze lotsbestemming bloot en geven richting aan ons leven.

### **Het creatieve moment, hier en nu.**

Het creatieve moment is per definitie een mystiek gebeuren wat zich afspeelt in het levendige middenveld van onze 'hartenergie', waar we ons op en top 'mens' voelen, meer dan in ons denken of in de wil waar we ons ofwel isoleren of verliezen. Indien we 'Ik' zeggen, wijzen we naar het hart, de plaats waar de Christelijke mysteriën aansluiten. Het individuele wezen, dat in voorchristelijke tijden reeds denkend kon waargenomen worden, daalde dieper af in het menselijke lichaam in na- christelijke tijden. Het zetelde zich in het hart om van daaruit de levensenergie te doordringen zodat we zelscheppende, met levende substantie creërende,

wezens konden worden. Waarschijnlijk zal dit individuele wezen in de verre toekomst nog dieper binnengedragen worden, tot in krachten van de voortplanting, die getransformeerd, vrij ter beschikking zullen komen om zelf van binnen uit mee te bouwen aan de schepping, niet langer van buiten uit, zoals we dat nu proberen met ons onbeholpen intellect.

De warmte speelt daarin en cruciale rol. Het 'oermenselijke' leeft in de warmte zonder dewelke we ons in een ontmoeting in éénzijdigheden zouden verliezen. Ze omhult het gebeuren, maakt dat we doorzichtiger worden, dat we dieper doordringen in het andere, maar ook dat we ons veiliger voelen. Waar menselijk warmte aanwezig is voelen we ons veilig en zeker. Angsten verdwijnen er evenals verstarringen en verkrampingen. Onze oermenselijke kern bestaat trouwens uit warmte zodat in dit middenveld het 'Ik' zich met de scheppende processen kan verbinden en er richting aan geven.

Dat gebeurt in het **hier** en **nu**, in een ruimte die er geen is, in een tijdsdeel dat niet bestaat, in en uitademend in de ruimte op de hartslag van de tijd. Tijd en ruimte worden één. Het hier en nu vermengen zich ritmisch met elkaar, in warmte en liefde schenkend, erkennend.

Er ontstaat een ondefinieerbaar tussenveld waar krachten elkaar wevend doordringen. Het is een ruimte waar de mens meer zichzelf wordt en waar de steeds zich veranderende wereld gezien, in zijn wezen herkend en erkend wordt. Het licht scheen in de duisternis maar de duisternis had het niet begrepen, lezen we in het Johannes evangelie. In een geval van creatief moment begint de duisternis het te begrijpen en kan er een nieuw begin gemaakt worden. De wereld wordt in zijn wezen beter begrepen door een wezen dat méér mens aan het worden is. "Mens, ken jezelf", is het motto, maar dan 'kennen' in al zijn aspecten, de ruimte tastend doordringend, de tijd belevend begrijpend. Het scheppende woord zijn wij zelf. Dat besef is de kern van het begrip creativiteit en maakt de mogelijkheden aan het oneindige grenzend.

Als deze ontmoeting tussen mens en wereld het begin is van een creatief proces, en misschien de kern, hoe verloopt dit dan verder en wat zijn daarin de belangrijkste momenten en punten? Daarop wordt hieronder ingegaan.

## Hoe ziet een creatief proces er uit?

Zoals hierboven beschreven werd speelt de ontmoeting een centrale rol in het hele gebeuren. Deze is nodig opdat het nieuwe zijn intrede zou kunnen doen. In het scheppingsverhaal begonnen de Elohim aan iets nieuws. Dit was de mens. Ze wisten echter nog niet hoe die er werkelijk zou gaan uitzien. Het geheel bestond uit een beeld dat ze samen koesterden, dat echter nog vorm moest aannemen. Allen hadden ze een deel ervan. (cfr. Steiner ...)

Zo gaat het in een creatief proces. In het begin is er een beeld dat nog geen vorm heeft. Als kiem is het nieuwe reeds in dit beeld aanwezig. Hoe dit nieuwe er zal uitzien is ongewis en dient zich in de toekomst te realiseren. Bij iedereen, naargelang de aanleg van iemand, uit zich dit beeld anders, soms meer als ideeën en voorstellingen, bij anderen meer als belevenissen of vanuit een diepe intuïtieve wil om iets te realiseren. Een beeld is een nog niet gerealiseerd wezen dat aanklopt maar dat op zich vele manieren, in veel uitingsvormen kan openbaren.

Drie hoofdprincipes spelen in het proces een grote rol.

Ten eerste het **polariseren** en het oplichten van het nieuwe via de ontmoeting van ‘uitersten’ met elkaar zodat de volgende fase van realisatie zijn intrede kan doen. Had het licht zich niet van de duisternis gescheiden, zouden er geen kleuren ontstaan zijn. Had het mannelijke zich niet van het vrouwelijke gescheiden zou er geen verlangen en geen lief en leed ontstaan zijn. Had de hemel zich niet van de aarde gescheiden, zouden we niet bewust zijn geworden en ook niet onbewust daar deze scheiding voordien niet existeerde.

Ten tweede het **metamorfoseprincipe**. Een volgende fase bouwt steeds op een vorige. Iets nieuws wordt toegevoegd, wat overbodig geworden is verdwijnt. Een voortdurende transformatie vindt plaats van oude overbodig geworden vormen. Joseph Beuys had dit begrepen. Hij noemt dit zelfs een opstandingsprincipe: “de oude gestalte, die sterft of verstart is, omvormen in een levendige, doorpulste, levensstimulerende, ziele en geeststerkende gestalte”. Dat noemt hij het verruimde kunstbegrip. In hoeverre kan je ook over een omstulping spreken?

De vorm hoe het de Christuskracht zich in onze tijd incarneert, is het bewegingselement überhaupt. Het zich bewegende... Het is het opstandingprincipe, de oude gestalte, die sterft of verstart is, in een levendige, doorpulste, levensstimulerende, ziele en geeststerkende gestalte omvormen. Dat is het verruimde kunstbegrip.

Het derde hoofdprincipe is de **integratie**. Wat uiteen gegaan is moet elkaar weer vinden in latere fases van een scheppend proces. Wat gefragmenteerd is moet weer heel worden. Onze huidige tijd is waarschijnlijk een overgangsfase naar meer integratieve fases. Een kunstwerk moet een integratief geheel worden nadat het door verschillende fases van opbouw, polarisatie en strijd gegaan is.

Verder wordt een creatief gebeuren gedragen door de stroom van het leven. Een creatief proces is een levendig proces. We dragen al de krachten en het weten in ons voor de opbouw en het onderhoud van ons eigen lichaam, dezelfde krachten die ter beschikking staan voor de creatie van iets nieuws, op voorwaarde dat we ze vrij maken. Een deel van onze levenskrachten gebruiken we niet langer om ons lichaam te onderhouden. In een creatief proces komen ze vrij. We genereren dus levenskrachten. Hierin zijn de levensprocessen (warmen, voeden, afzonderen, onderhouden, groeien en voortplanten) actief. Dat zal verder beschreven worden.

## Contactfase

Een **eerste** stap in de ontmoeting tussen mens en wereld zou ik de **contactfase** willen noemen. Doordat we de wereld waarnemen ontstaat een scheiding. Eerder is er geen sprake van scheiding of verbinding en zijn we deel van een geheel. Ik kan duizend keer over een bepaalde steen lopen zonder hem te bemerken. Ik kan mijn halve leven aan een bepaalde boom voorbij gegaan zijn zonder hem ooit gezien te hebben. Tot zover is er gewoon niets wat ons verbindt noch wat ons scheidt. Slechts via onze perceptie maken we ons bewustzijnsmatig los. Het waargenomene wordt op een afstand gehouden, we zien het, we denken erover na, we maken ons ervan los. Tot op een gegeven ogenblik mijn perceptie veranderd, zich verdiept. Ik herken iets in het waargenomene. Dit herkennen is vaak met warmte en licht verbonden. Iets raakt me. Ik vind iets van mezelf terug in de het object. Is dit een herinnering aan iets diep binnen mezelf dat tegelijkertijd een intentie of een vraag wakker roept? Een kiem voor een ongeboren realisatie, een vraag voor een nieuw onderzoek, een ontdekking, een nieuw initiatief, het begin van een verandering, ...? Een boom wordt plots mooi, een steen inspireert, mijn medemens wekt mijn interesse, ....., een ontmoeting.

In deze eerste fase vind een ontwaken plaats. De eigenlijke impuls, die geboren is maar nog moet groeien, is diep onbewust als kiem in mezelf aanwezig en spiegelt zich in de buitenwereld. Er gaat iets meetrillen. Er is een levendig beeld maar het slaapt, het is niet concreet en kan nog alle vormen aannemen.

Een vraag die hier ontstaat is: indien een ontmoeting plaatsvindt met de buitenwereld, bijvoorbeeld met een steen, zonder dat ik fysiek ingrijp, heeft er zich dan alleen in mezelf een verandering voltrokken of ook in de steen? Kan een ontmoeting éézijdig plaatsvinden? Volgens mij voltrekt er zich ook een verandering in de steen op elementair vlak. Zijn krachtenveld veranderd zich niettegenstaande deze veranderingen door de meeste van ons nog niet bewust kunnen waargenomen worden.

De contactfase staat sterk in verbinding met onze ademhaling. Dat is de reden waarom in vele disciplines waar het menselijk lichaam als instrument gebruikt wordt, de ademhaling een centrale plaats inneemt. Denk maar aan de muziek, de yoga, de tai chi, de dans, ....., Ons leven begint met de eerste adem en eindigt met de laatste adem. Via de ademhaling verbindt zich het leven met de mens. Zo wordt via de ademhaling een creatief proces levendig. Dat kan men zeer goed waarnemen, tot in de wijze waarop men met gereedschappen omgaat zoals bijv. met hamer en beitel. Via de ademhaling wordt een creatief gebeuren al dan niet levendig. Dat is zeer reëel. De ademhaling zorgt er voor dat we met onze levensenergie verbonden blijven en dat we geaard zijn zowel in ons handelen als in ons waarnemen. Het echte waarnemen is ook ademen maar via de zintuigen en is al een creatief gebeuren zoals we dat hierboven beschreven hebben, in tegenstelling met het dode registreren.

## De spelfase

De eerste fase van 'contactopname', waar een nieuwe creatieve impuls geboren wordt, leidt vanzelf naar de **tweede** fase, de '**spelfase**' die ik ook wel eens de fase van 'stromende beweging' noem. Het is een soort kiemfase, een spel inleidend dat alles mogelijk maakt maar tot niets dwingt. Een spel tussen binnen en buiten, met mezelf en met wat me van buiten tegemoet komt aan mogelijkheden. Dat brengt iemand in een zeer bijzondere toestand die weinig houvast biedt maar veel opent. Er wordt in deze fase als het ware met substantie geschoven, zoals kinderen doen in een zandbak. Er ontstaat een oplossen en verdichten met

aarde, kleur, steen, hout, woorden, klank, warmte, licht, gedachten, ideeën, belevenissen, wil, eigenheid, .....

Het bruikbare scheidt zich van het onbruikbare in dit spel, zodat de substantie waarmee we zullen werken of niet zullen werken nieuw geordend wordt. Er vind een soort filteren plaats van bruikbare en niet bruikbare materie. Wat ons warm maakt is meestal bruikbaar, wat ons koud laat onbruikbaar. Ons gevoel voor warmte en koude is het belangrijkste orgaan om in deze fase zijn weg te vinden. Niet het denken of de wil. We werken met wat ons warm of enthousiast maakt. Een reëel gevaar in deze fase is de oververhitting, wat vaak voorkomt. Het is een zeer krachtige en mysterieuze fase en zeer beleefbaar. Het wordt ook wel eens de fase van de 'flow' genoemd. Ons leven veranderd erdoor. In ieder geval geeft het levenskracht. Het is als een stroom die voortdurend stroomt maar altijd anders is. Het is als een bron die leven schenkt. Maar leven brengt ook sterven mee. Leven en sterven vloeien in elkaar over als een natuurlijk gebeuren, vanzelf, dienstbaar.

Mijn ontmoeting met de wereld neemt een andere vorm aan, een ritmisch pulserende, samenkomende en weer uiteen gaande, toenadering zoekend en weer afstand nemend, gelaten, gedragen door het leven zelf.

Ik ben bereid mezelf te laten drijven op het gebeuren, met en niettegenstaande mijn idealen, mijn ideeën, belevenissen en impulsen, voortdurend in contact blijvend met mezelf en mijn tegenover, veranderend.

Men stelt zich hier een gesprek voor waar mensen met elkaar spreken vanuit een spel met elkaar, waar de uitkomst nog volledig open is, waar geen conclusies of geen doelen zich opdringen. Spreken en luisteren lossen elkaar op een speelse wijze af. In een wetenschappelijk onderzoek zou hier met mogelijkheden, richtingen en vooral vragen kunnen gespeeld worden. De kunstenaar speelt sowieso, met vorm, kleur, beweging, klank, ....

De tweede fase verlangt tijd, het spelen met tijd en ritme, actief en passief zijn, werken en rusten. Het is de fase überhaupt waar tijd een zeer belangrijke factor wordt. Een creatief proces kan niet gedijen als er geen tijd wordt vrijgemaakt om dingen te laten ontstaan i.p.v. gebeurtenissen te forceren of naar plan te laten verlopen. In deze fase bestaan er geen plannen, is er geen dwang.

Waar in de eerste fase elementen zichtbaar worden is hier meer sprake van samen weven door middel van de warmte en stroming. De gebeurtenissen spelen zich niet wakker bewust af maar dromend. Bij het goed doorlopen van deze fase komen er levenskrachten vrij die het proces voeden. Dit merken we aan het levendig worden van de fantasie. Dorre voorstellingen en ideeën ontvangen nieuw leven, als een verdorde plant die water krijgt verfrist en weer begint te groeien. Voorstellingen worden tot fantasie, gefixeerde ideeën (idee-fixen) worden levendige beelden.

## **Richting geven**

De **derde** fase, het **richting geven**, is een fase van ontwaken. Wat zich voorheen onbewust of in een droombewustzijn afspeelde wordt nu veel bewuster gedacht, beleefd en gewild. Ideeën en fantasieën bekomen vastere contouren. Het spel is niet meer zo vrijblijvend maar neemt een richting aan, meer vorm.

Mijn ontmoeting met de wereld is niet langer een vrijblijvend spel maar wordt ernstiger en turbulenter. Het lief en het leed worden toegevoegd aan het zorgeloos spel. Er ontstaat een strijd voor wat juist is en onjuist. Dat is nieuw. Dit brengt vreugde en pijn mee. Zonder lief en leed zouden we niet ontwaken. Blokkades zijn er reeds vanaf het begin. Hier worden ze echter bewust beleefd als hindernis en als te transformeren substantie. Zonder die transformatie zouden we in ons oude 'zelf' blijven ronddobberen. Het proces krijgt meer zin, inhoud, diepte.

Weerstanden duiden ook een richting aan. Dewelke we uiterlijk tegenkomen spiegelen onze innerlijke, spiegelen wat we te ontwikkelen hebben. Oplossingen voor ieder project zijn uniek en kunnen maar gevonden worden als we bereid zijn ons ermee uiteen te zetten. Zonder weerstand zou er geen vrijheid zijn. De weg die we hier kunnen gaan noemt Fritz Robert 'de weg van de minste weerstand'. Hij vergelijkt het met een bergpad dat door dieren is aangelegd. Dit zijn meestal de paden van de geringste weerstand. Deze paden zijn 'wijs'. Ze weten hoe men met zo weinig mogelijk inspanning de top kan bereiken. De weerstanden, de stenen, de hellingen, de rivieren en andere hindernissen, tonen de weg. Het zijn richtingaanwijzers.

Worden er te weinig hindernissen in één keer genomen, dan duurt het te lang en vervelen we ons, worden te veel hindernissen genomen in een te korte tijd, raakt men buiten adem. Soms verdwaalt men en raakt men op een ander spoor.

Innerlijke oplossingen komen vaak na een stuk loutering, via het doorstoten naar diepere lagen, van waaruit we geïnspireerd kunnen worden. Het lief en leed, de vreugde en de pijn maken ons 'wijs', waardoor we deze polariteit kunnen overstijgen. Dat zijn doorbraken naar de vierde stap.

Uiterlijke oplossingen liggen in 'studie' en 'scholing', in het zetten van stappen en het terugblikken erop. Terwijl je iets laat ontstaan, leer je. En wat je leert brengt je een stap dichterbij de kern van wat je wil, bij je innerlijke 'visie', of bij je motief. Het brengt je dichterbij stap vier, bij de top van de berg.

Deze fase heeft een sterke verbinding met de wijze waarop we met onze voeding omgaan waar alleen het bruikbare eruit gehaald wordt na een lange, soms agressieve worsteling. Iedereen doet het op een andere manier. Zijn we kieskeurig of lusten we alles? Verteren we goed en lang of helemaal niet? Wat lusten we graag? Wanneer blijft iets op onze maag liggen? Soms ligt een werk of een opgave als een steen op de maag....

Fase drie hangt sterk samen met fase vier en vijf. Samen vormen ze het kernstuk van het creatieve proces. De vierde fase is eigenlijk geen fase. Het is eerder een toestand die alles doordringt.

## **Individualiseren**

In **stap 4**, die van het **individualiseren**, wordt het hele proces omgestulpt. Het is de eerste octaaf van de omstulping. Wat vroeger buiten ons was wordt nu binnen, waar we voor gevochten hebben wordt vergeten. De vormen waar we voor vechten leiden ons van binnen uit. De ideeën en idealen die we meebrachten worden op een getransformeerde wijze nieuw ontdekt in het materiaal waarmee we werken. Wat ons bewust was, werkt onbewust verder, wat we onbewust aan veranderingsprocessen door te maken hadden wordt bewust. De mens wordt wereld, de wereld wordt vermenselijkt. Het nieuwe wordt geboren, kwetsbaar als een kind rijk als een koning.

Het uit zich in tere ogenblikken die we behoeden opdat het daglicht ze niet zou vervluchtigen. Het nieuwe vertaalt zich als inzicht, warmte, liefde, vreugde. Het zijn vruchten van de grote ontmoeting met een deel van onszelf en met een deel van de wereld. We worden meer onszelf, de wereld wordt meer van ons.


Door loutering van de ziel slaat er een vonk over naar het hogere zelf door het feit dat oud karma bevrijd wordt. Een vonk slaat over naar het lagere zelf vanuit het hogere 'Wezen' in ons. Een opening. Een golf van warmte. Het is een ontmoeting met de inhoud, met de andere

zijde. Het nieuwe wordt geboren. Een stuk toekomst openbaart zich maar legt ook een stuk verleden bloot, soms zelfs een heel ver verleden.

Hiervoor dient er een zeker evenwicht te zijn, een zekere rust. Je zou het zelfs een nulpunt kunnen noemen. Een vacuüm, een niets. Een creatieve bevruchting. Het komt binnen via ons denken, via ons gevoel of in een daad.

Vanzelfsprekend dat er angsten kunnen optreden in dit vacuüm, in dit niets. Vaak wordt het als een crisis beleefd. Er is vaak pijn mee verbonden omdat we oude delen van onszelf afleggen.

Vragen die in deze fase opduiken:

- Wie ben ik? Wat is een biografie? Zijn de gebeurtenissen toeval of karma? De weg van mijn ik die het aflegt na de dood en onze voornemens vóór de geboorte.
- Het niet zijn: centrum en periferie. Verbindingen tussen wat zich in mijn diepste binnenste afspeelt, waarvan ik me al dan niet bewust ben, en wat zich in mijn omgeving, de periferie afspeelt als gebeurtenissen.
- Wat is de verbinding met het Christuswezen en hoe werkt dit? (cfr Beuys).
- Zelfontmoeting: wat gebeurt er aan de drempel?
  - o kleine doorbraken: warmte, licht, aha, ontmoeting met een wezen, in de heel kleine dingen, vooral in momenten van verdichting, zoals lijden of hoge concentratie
  - o ontwikkelen van imaginatie, inspiratie en intuïtie. Het verschil tussen het onderbewuste en het bovenbewuste (instinct en intuïtie). De drie hogere lagen.
  - o hoe dit vast te houden:
    - terugblikken op de dag en op de nacht (gedachten, gevoelens, daden)
    - met vragen leven en antwoorden zoeken, punt en cirkel, 
    - de logica van het toeval leren lezen, de wetmatigheden van de biografie
    - vormen van meditatie
    - het aanleggen van dagboeken

## **De expressie.**

De eerste drie stappen ontstaan als gevolg van polarisering. De laatste drie stappen ontstaan als noodzaak van een bewuste integratie van het gepolariseerde.

De weg gaat terug naar beneden in de volgende stappen en maakt een naar de aarde gerichte incarnerende beweging, verrijkt met nieuwe inhouden.

Wat men van binnen uit beleefd, brengt men tot uitdrukking in stap 5. Het is een omkering van stap 3. Waar we voor gevochten hebben wordt gevonden en veruiterlijkt, vanuit een geïnspireerd zijn. Inspiratie staat hier centraal.

Hier valt het verschil op tussen praten en iets zeggen of spreken. Praten doen we vaak de hele dag. Soms zeggen we ook iets. We spreken als we iets te zeggen hebben, iets te uiten hebben. Hetgeen we tot uitdrukking brengen is steeds van binnen uit gedragen. In stap 3 'speelt' een acteur zijn rol, hier 'wordt' hij zijn rol en probeert vanuit dit innerlijk 'worden' andere variaties uit. Een muzikant speelt in de derde fase zijn noten, hier speelt de muziek met hem. In de pré-individuele stadia was er nog sprake van vrije fantasie of liever van het bevrijden van de fantasie. Hier spreken we over de exacte fantasie, een soort van fantasie die weet waar ze naar toe wil. Ze zet antwoorden om in een begrijpbare taal. Ik druk me uit in de daarvoor geschikte middelen zoals vorm, taal, gedachte, klank, kleur... Het vraagt een groot

onderscheidingsvermogen om te ervaren of het uitgedrukte exact is en door anderen verstaan kan worden of dat het een willekeurige interpretatie is.

Een fenomeen dat zich hier voordoet is dat alles zijn tijd en zijn plaats heeft. Of iets verstaan kan worden hangt ook af van mijn omgeving. De juiste daad op het juiste ogenblik en plaats op de juiste wijze. Plaats en tijd ontmoeten elkaar in de wijze waarop de dingen worden uitgevoerd, een wijze die voortdurend uit het hier en nu voortkomt uit een grote tegenwoordigheid van geest. De geest is tegenwoordig in deze vijfde stap. In stap 3 waren we er nog naar op zoek.

Een ander fenomeen dat hier opduikt is dat het creatieve proces weer sociaal wordt waar we in pre-individuele fases meer met onszelf worstelden. De post-individuele fases zijn per definitie sociaal om de goede reden dat we de weg terug anders niet zouden vinden. Waarom willen we dat een kunstwerk goed wordt? Toch niet om onszelf te bevredigen. In dit geval kan het éénvoudigweg niet goed worden. Zelfrealisatie is een zwak motief bij het creatief zijn. Het is een fase die overstegen moet worden zodat men ook zichzelf kan overstijgen. Onze huidige ego-cult is op dit vlak natuurlijk slechts een doorgangstadium. Het uiteindelijke doel van een creatief proces ligt in de toekomst van de samenleving of van de wereld niet in onszelf. Maar ook dit kan men niet willen om de goede reden dat de toekomst onbekend is. Wat bewust gewild wordt is reeds bekend en op die wijze reeds verleden tijd. Dat is het tragische maar ook het grandioze in een creatief proces. Men weet niet echt waarmee men bezig is waardoor men zichzelf kan overstijgen en veel verder in de toekomst vooruit kan grijpen als men had kunnen denken of willen.

De wijze waarop ons lichaam zichzelf in stand houdt is een mooi voorbeeld voor een vruchtbare innerlijke houding. Het lichaam weet op ieder moment wat noodzakelijk is. Onze klieren, de voeding, de ademhaling, de hartslag, ... , alles is op elkaar afgestemd om het lichaam te onderhouden, opdat het drager kan zijn van het menselijke streven. Dit zijn ongelofelijk fijne processen die antwoorden op innerlijke noodzakelijkheden. Ze moeten op ieder ogenblik een andere wending kunnen nemen, afhankelijk van de uiterlijke omstandigheden. Een ongelofelijke dienstbaarheid aan het geheel staat centraal gecombineerd met souplesse en wendbaarheid. De vraag gaat van de omgeving uit. Niet, "wat wil ik?", maar, "wat wil het?".

Wat wil onze nieuwe creatie?

## Gestalten

In **stap 6, het gestalten**, valt de puzzel met stukjes en beetjes samen, in samenklank met de omgeving. De gestalte als geheel wordt doorgevormd en alle delen op elkaar afgestemd zodat de werking van een kunstwerk reëel wordt. De innerlijke gestalte van het kunstwerk, de blauwdruk, die we innerlijk beleven, dient ons hierbij als leidraad. Die wordt beleefd. Wereldvorm voelt in jou zichzelf.

Wat voordien als idee, woord of impuls uitgesproken wordt, komt tot uitdrukking en verdicht zich tot klank. Klank doortrekt het substantiële en vormt vanuit nieuw beleefde wetmatigheden en waarden, vanuit een nieuwe orde, aangepast aan de tijd en de situatie, de substantie. Substantie verjongt zich. Levenskrachten die voordien zijn vrij gekomen, hebben we ter beschikking voor het dóórkneden van het materiaal. Totdat alle delen op elkaar afgestemd geraken. Bij een gestalte is het geheel méér dan de som der delen. Alles reageert op alles, als één geheel. In de kunst zegt men op een gegeven ogenblik dat een werk 'zit'. Of het zit nog niet helemaal. Je kan het ook beschrijven als een sleutel die je zoekt. Plots doet het 'klik'. Dan heb je de sluitsteen gevonden. Kenmerkend voor deze fase is de noodwendigheid waarmee het werk gepaard gaat. Je denkt je vorm niet. De vorm voelt zichzelf in jou. De vorm die uitgroeit tot een gestalte, zichzelf tegemoet komend.

Een diep menselijke verantwoordelijkheid houdt het werk levendig zonder dewelke het binnen de kortste keren dogmatisch zou worden en verstarren. Het ‘gestalten’ heeft geen doel op zich. Een grote valkuil is zich zelfverliefd te laten verleiden om in de krachten te zwelgen die zich aanbieden. Sterker geldt hier nog dat alles zijn tijd, zijn zin en zijn noodzakelijkheid heeft. En het is mijn verantwoordelijkheid het goede op het juiste ogenblik op de juiste plaats en tijd te realiseren. Als schepper ben ik deel van mijn omgeving waaraan ik me niet kan onttrekken. Dat brengt me bij de volgende fase.

De menselijke groei is een ondersteunend proces en ook een voorbeeld in dit stadium. Het lichaam groeit zijn innerlijke blauwdruk tegemoet. Het weten van de menselijke vorm is op een ander plan voorhanden. Via de genen en het DNA wordt deze informatie omgezet in vorm. Het weten van hoe ons lichaam kan groeien en functioneren is in onze levensenergie voorhanden. Dit weten gebruiken we voortdurend in een creatief proces. Het stuurt ons en zorgt ervoor dat een kunstwerk zichzelf vindt.

## **Productie**

Er ontstaat een nieuw organisch **levensscheppend geheel** (7) in de fase van **bevruchting**. Voor de maker sterft het werk voor de omgeving ‘staat het op’. Het werk maakt zich los van de schepper om leven scheppend, zelf-creatief, de omgeving te bevruchten. De mens is schepper in de reële zin van het woord. Hij creëert vruchtbare, zelscheppende vormen waarvoor hij het doorgangstadium wordt voor een toekomstige samenleving en misschien wel voor zichzelf. Misschien is hij voor zichzelf doorgangstadium totdat het ‘kunstwerk mens’ af zal zijn.

Een vraag die hier opduikt is of een realisatie kan ‘werken’ zonder dat ze waargenomen wordt. Waargenomen door wie of wat? Kan een kunstwerk invloed uitoefenen op de energie van de aarde, bijvoorbeeld in de geomantie, waar Pogačnic aan werkt? Volgens hem wel. Dat is ook wat onze voorouders in Stonehenge deden. Wezenlijk is dat een kunstwerk zijn ‘plaats’ vindt. Inherent aan creatieve producties is dat ze gemaakt zijn om in een omgeving ‘vruchtbaar te werken’. Het waargenomen worden, het ‘opstaan’ in de omgeving, maakt er deel van uit. Misschien kan je zeggen dat in deze fase iets wezenlijks geboren wordt dat dank zij de creatieve productie in de wereld werkzaam kan worden, wat we dan ‘werking’ noemen. De innerlijke (geestelijke) impuls die diep onbewust aanklopte in de eerste fase, heeft zich gerealiseerd, is geïncarneerd en doet zijn werk. Die is doorgedrongen tot in de fysieke waarneembare lagen van de samenleving maar dan als kiemkrachtig zaad voor de toekomst, niet als een eindstadium. De mens heeft bemiddeld. Zijn werk bevrucht voor hem zijn omgeving. Wat hij in de eerste fase als onbewust kiem diep in zich droeg komt hem nu tegemoet uit de periferie. Zelf kan hij zich aan andere taken gaan wijden.

Een kunstwerk dat klaar is gaat zijn eigen weg. Het bekommt een eigen biografie. Aan de biografie van een productie kan je aflezen hoe ze werkt. Sommige realisaties reizen de wereld rond, belanden in privé collecties of op openbare plaatsen. Andere blijven langer rond de kunstenaar hangen of belanden weer bij het huisvuil. Je kan de kiemkracht van een werk evalueren.

We kunnen de vruchten van het werk te lang vasthouden zodat ze rot worden. We kunnen ze ook te snel loslaten, vóór ze kiemkrachtig zijn, zodat ze sterven. Men kan een kunstwerk overwerken of er te vroeg mee ophouden. Een initiatiefnemer kan zijn initiatief zo lang vasthouden tot het eronder bezwijkt. Hij kan ook te vroeg afstand doen waardoor de geestelijke impuls vervluchtigt. Als de tijd rijp is zaait de boer. Men wordt een soort behoeder

zodat wat vruchtbaar is later kan ontkiemen. Zelf is men ook rijker geworden en kan men aan een volgende cyclus beginnen.

Sterke parallellen treden hier op met de zaadvorming bij een plant of met de voortplanting bij de mens. Men reproduceert zich zelf, in zijn eigen kinderen en in zijn creaties.

## **Relaties en Ritmes tussen de verschillende stadia.**

Het moet gezegd worden dat de fase in een creatief proces niet zo mooi achter elkaar verlopen zoals hier beschreven wordt. We pendelen de hele tijd op en neer. Daarbij zijn er verschillende ritmes waardoor het geheel zeer veelzijdig kan worden toegepast.

### **Het hele proces gaat door lagen.**

**Met ‘lagen’ worden hier zeer elementaire lagen bedoeld die je misschien kan vergelijken met ‘elementen’.**

- Het proces begint bij ‘reeds in het verleden uitgekristalliseerde’ oude vormen. Dit kan driedimensionale vorm zijn zoals materiaal, kleur, ideeën, systemen, structuren, organisaties, ..... Oude vormen worden getransformeerd in nieuwe. Een creatief proces begint bij het bestaande, waarin nieuwe openingen gevonden worden en niet ergens in het luchtledige. Dat moet iedereen toegeven. De nieuwe openingen, die men in het begin onbewust aanvoelt, komen van binnen. De vormen komen van buiten. Een deel van het oude ben ikzelf natuurlijk, met mijn bestaande aanleg, mijn energie, mijn vaardigheden en kennis en met wat ik wil.

De eerste laag is een vaste laag. Ze bevindt zich in een eindstadium en krijgt door mij nieuwe mogelijkheden door het feit dat er een vraag in me wakker wordt of dat ik een nieuwe impuls in me voel opkomen die aan de buitenwereld ontwaakt. Wat vast is wordt door mijn innerlijke impuls week. Intuïtief vermoed ik nieuwe aanknopingspunten. Wat zich in een eindstadium bevond dient als bodem voor een beginstadium van een nieuw proces zoals het zaad dat begint te zwellen onder invloed van de warmte en het vocht. Het uitgekristalliseerde ‘vaste’ dient als drager voor het proces en geeft er voedsel aan. Het is er mede oorzaak van. Het is onderwerp. Vandaar het belang van het ‘contact maken, zoals dat in de eerste fase beschreven werd. De eerste laag vormt de bodem waarop we staan, de aanleiding en mede oorzaak.

Stap 7 eindigt ook in deze laag. Er ontstaat een concreet bruikbaar product dat zich uitgekristalliseerd maar dan van binnenuit verrijkt heeft. Iets is er veranderd in de vaste laag. Iets is levendig geworden. Het is duidelijk alsof er levendige substantie aan toegevoegd is, wat zeer goed kan waargenomen worden. Waarschijnlijk hebben we nieuwe levensether geschapen wat ons product tot een levendig product maakt. Dat maakt het verschil uit met een dood product. Een vraag die hier bij me opduikt is of een product ook met negatieve energie kan doordrongen zijn zoals amorele films of alles wat de mens weer aan het dierlijke in zichzelf kluistert. Misschien bestaat er zoiets als anti-leven.

- De tweede laag waar het proces door gaat is veel vloeibaarder. Wat verhard was wordt bewegelijk, wat ons de mogelijkheid biedt het om te vormen, ermee te spelen. Het laat ons op een andere manier toe als de eerste laag. Door het feit dat ons proces door een vloeibaar stadium gaat kan onze eigen levensenergie zich vermengen met die van de bewegelijk geworden omgeving zodat het proces gerevitaliseerd wordt. Bij het maken van

beelden uit steen is dit 'bewegelijk worden' bijzonder goed beleefbaar evenals het stromen van 'levensenergie'.

In stap 6 wordt levensenergie van binnen uit geordend zodat nieuwe levendige vormen kunnen ontstaan in stap 7. Deze orde ontstaat door klank. Als een kunstwerk 'zit' dan 'klinkt' het. Dat kan je goed ervaren. De gehele gestalte wordt doordrongen van door klank geordend leven. Wat dus in de tweede fase in beweging gebracht is wordt hier doordrongen door klankether die door ons proces geschapen werd.

- De derde laag is een zeer dynamische. Het proces gaat meer en meer een eigen leven leiden. De energie van de creërende mengt zich volledig met het gecreëerde. Psychische energie mengt zich van binnen uit met de dynamisch geworden buitenwereld. Dynamiek brengt ook turbulenties en spanningen mee. Er dienen keuzes gemaakt te worden. Richtingen duiden zich aan en worden bewuster. Dit stadium biedt evenveel houvast als een door de wind voortbewogen blad. De processen kunnen evenzeer verstarren door uitdroging als dat ze de controle verliezen in hun eigen turbulentie. In de vijfde fase wordt dit soort energie van binnenuit gestuurd door nieuwe ideeën en impulsen, door nieuwe inzichten. Er komt licht in de zaak. Nieuw licht dat stuurt. In fase 5 wordt licht geschapen dat het vluchtige van fase 3 doordringt net als de zon die rust brengt na een woelige tijd. Wat uit warmte geboren wordt, wordt in het licht waargenomen, mede met behulp van ons denken. Op die wijze wordt het bewust. Licht denkt in jou zichzelf.
- De vierde laag bestaat uit alles doordringende warmte waarin het meest individuele in de mens zichzelf met het proces kan verbinden en het nieuwe geschapen wordt. Het nieuwe doet zijn intrede door de warmte, in de mens. Op die manier zijn we in de letterlijke zin van het woord scheppers. Waarschijnlijk bestaat 'Het Woord' uit het Johannes Evangelie uit 'Warmte' die ook 'Wil' is. Het nieuwe is ongeboren 'Wil'. Het is ook voorgeboortelijke wil. Deze warmte doordringt alle lagen. Ze was er natuurlijk reeds in de beginfase van ons proces net zoals de zon in samenwerking met lucht en vocht het zaad deed ontkiemen.

In het creatieve proces komen de stappen niet na elkaar. Ze doordringen elkaar. Hoe verder we ons naar het einde toe bewegen hoe meer licht, klank en leven er nieuw geschapen worden. Het is alsof de elementen van de aarde, het water en de lucht voorbereid worden om doordrongen te worden met licht, klank en leven. In de loop van het proces zijn er slechts accentverschuivingen in het soort energie dat het meest actief is. In een goed proces zijn alle lagen actief geworden en verrijkt. Een goed proces is als een soort massage voor de hele mens en zijn omgeving waarbij iets nieuws toegevoegd wordt.

In de opbouw van een creatief proces, op deze manier bekeken, kunnen nog andere ritmes ontdekt worden. Die zijn spontaan in andere boeken over creatieve processen aangehaald maar misschien niet vanuit deze diepere achtergronden.

De eerste twee fases zijn voorbereidingen. Je zou het kunnen vergelijken met het ploegen en het composteren van een veld. Als je dat niet doet zal de oogst mager zijn. Dat is toch goed om te weten en te ervaren in het creatief maken van andere mensen. De resultaten zijn gewoon veel beter bij een goede voorbereiding. Daardoor loopt je proces vanzelf in plaats dat je zelf de motiverende kracht moet zijn.

In de fases 3, 4 en 5 gebeurt het eigenlijke creatieve werk. Er wordt gewerkt en gevonden. Alle middelen en wegen zijn daar goed voor. Ieder proces duidt zijn eigen weg en methode aan.

In fase 6 en 7 wordt het gevondene in een nieuwe vorm gegoten. Dit vereist dat men zijn vak kent. Nieuwe melodieën vinden is niet zo moeilijk. Maar om ze vast te houden en in een vorm te gieten moet je muzikant zijn evenals je beeldhouwer moet zijn om je ideeën in een beeld te gieten. Hetzelfde geldt voor andere disciplines. Je kan in een proces deze drie fases gebruiken. In het observeren waar iemand blijft hangen kan je altijd gedifferentieerder kijken.

Een ander ritme noem ik het pre-individuele en het post-individuele stadium waarbij in het eerste 'los' gemaakt wat in het tweede weer 'vast' gemaakt wordt. Zo begin je met contact maken, warm worden en richtingen aanduiden in het eerste stadium. Je staat nog buiten het object en je zoek alle mogelijke middelen om in de stroom van het proces te geraken. De buitenwereld geeft je daartoe aanleidingen in die zin dat hij je spiegelt. Je ideeën en impulsen zouden ongrijpbaar blijven zonder deze spiegeling. Je bent aan het zoeken en gebruikt daarvoor de buitenwereld. Tezelfdertijd worstel je met de 'schijn' van de 'schijnbare' buitenwereld die je niet wil binnen laten. Je hebt hem nodig om bewust te worden maar hij staat je ook in de weg. Vooral in de derde fase waar je hebt af te rekenen met luchtspiegelingen en hevige turbulenties.

In het post-individuele stadium breng je dingen tot uitdrukking, giet ze in een vorm en laat ze hun eigen leven leiden. Impulsen komen van binnenuit. Je bent binnengedrongen en het werk toont zelf waar het naar toe wil, niet langer schijnbaar maar 'echt'. Je wordt dienaar.

Dit vraagt bij het werken met mensen en met groepen een fundamenteel andere aanpak. In het begin wordt er alles aan gedaan opdat het individuele zich met een proces kan verbinden. Dat is ook het doel van de aangeboden activiteiten. Later neemt de individualiteit van de andere het over waarbij de begeleider dient plaats te maken. Hij wordt dienaar.

## Blokkades en mogelijkheden

In al de stadia en fases kunnen er blokkades optreden. Uit te werken

In fase 1:

- slecht geaard of te veel geaard
- blokkades in de waarneming en de zelfwaarneming
- niet kunnen of durven uitademen of niet inademen

In fase 2:

- weinig levensenergie of een woekerende levensenergie
- onverwerkt verleden dat zich afgezet heeft en de levensenergie opgebruikt
- slechte warmtehuishouding

Fase 3:

- blokkades in denken voelen en willen,
- niet wakker worden

Fase 4:

- existentiële angsten
- beschadigd zelfbewustzijn

Fase 5:

- problemen met de expressie
- woekerende fantasie tegenover verharde fantasie
- gaan zweven
- in oude patronen blijven hangen

## Toepassingen

Uit te werken

Jaak Hillen