



Fotograaf: Keita Yasukawa

Levenskunst in kunst en coaching

Levenskunst; als ik dit woord een tijdje in mezelf laat resoneren, dan raak ik wat gedesoriënteerd. Is het werkelijk een kunst om te leven? Terwijl ik hierover nadenk, ademt mijn lijf met regelmaat, pompt het bloed door mijn aderen en brengt zuurstof naar mijn hersenen als brandstof voor mijn overpeinzingen. Nee, leven is niet per se een kunst. Ik ben geboren, ik groeide op en ik ga een keer dood. Een heel fysiek proces waar ik niets tegen in te brengen heb. Wat mij wel als een kunst voorkomt, is hoe om te gaan met de tegenslagen die het leven voor me in petto heeft, met als summum de eindigheid van mijn bestaan.

AUTEUR: MIRJAM DIRKX

De concertpianiste en visueel kunstenaar Tomoko Mukaiyama creëerde enige jaren geleden een indrukwekkende installatie met de titel 'Wasted'; een werk dat het thema levenskunst door het oog van de vrouwelijke vruchtbaarheidscyclus bekijkt. Een kathedraal van witte zijden jurken, opgehangen in ruisende zuilen en galerijen, waar je doorheen kon lopen als door een labyrint. En dan, aangekomen in het hart van de kathedraal, ofwel de Rode Ruimte, hing daar een kroonluchter van met menstruatiebloed geverfde concertjurken

van Yamamoto, Comme des Garçons en Viktor en Rolf. Mukaiyama speelde Bachs Goldberg-variaties en improviseerde op dit eveneens monumentale werk, terwijl de bezoekers zich een weg door de zijden kathedraal baanden.

En het bleef niet alleen bij een bezoek; iedereen mocht bijdragen aan deze installatie door een zijden jurk mee naar huis te nemen, deze te dragen, en in een stiltemoment te reflecteren op de betekenis van het maandelijkse bloeden of het ontbreken daarvan. De



'Wasted'; een werk dat het thema levenskunst door het oog van de vrouwelijke vruchtbaarheidscyclus bekijkt

input die Mukaiyama op deze manier van haar bezoekers verkreeg, verwerkte ze weer in haar muzikale improvisaties.

Tomoko Mukaiyama maakte 'Wasted' in een periode waarin ze beseftte dat haar lijf geen leven meer door zou geven. Tegelijkertijd was ze geïnteresseerd in andere vormen van vruchtbaarheid en stelde ze zichzelf de vraag: kan een andere vrouw een voortzetting van mij zijn, een schaduw van mijn idee zijn? Na zes jaar 'Wasted' was haar conclusie dat dit inderdaad het geval is. Zo kreeg de ode aan het verlies van haar fysieke vruchtbaarheid een nieuwe dimensie, en heeft ze letterlijk 'levenskunst' geschapen.

Troostend vind ik dat, zulke kunstwerken waarin betekenis wordt gegeven aan processen waar ieder mens doorheen gaat in zijn leven. Ook onze coachees, die met hun werkgerela-

teerde leervragen onlosmakelijk levensvragen binnenbrengen in onze gespreksruimtes. Want als het gaat over zinvol werken, gaat het over hoe je vruchtbaar kunt zijn, en hoe je iets in gang kunt zetten waar anderen weer op kunnen voortborduren, zodat je reikwijdte groter wordt en werk meer wordt dan 'wasted' tijd, inspanning en salaris. Als we daar als coach iets in kunnen bijdragen – bijvoorbeeld door over een prachtig kunstwerk als 'Wasted' te vertellen – dan hebben we misschien wel een bescheiden zijden jurkje toegevoegd aan de levenskunst. ■

Mirjam Dirx is coach/ counselor en schreef samen met Annemijn Birnie het boek 'De Muzen aan het Woord', over het gebruik van beeld en muziek in coaching, therapie en training. Ze geven scholing voor ervaren coaches en therapeuten in het werken met de muzen. www.demuzenaanhetwoord.nl