

Blij en ontspannen

Ik speel regelmatig muziek voor mensen die dat zelf niet (meer) kunnen. Mensen met autisme en een verstandelijke beperking, of met een lichamelijke beperking waardoor ze zich maar een klein beetje kunnen inspannen.

De lier is daarvoor vrijwel altijd geschikt. De lichte harpachtige klanken raken een innerlijke snaar en beïnvloeden de stemming. Luisteraars kunnen zich ontspannen en worden er blij van. Soms komen er tranen doordat iemand emotioneel geraakt is.

Laatst speelde ik voor twee mannen die niet praten. Het doel is hen een positieve muzikale ervaring te geven zodat ze zich kunnen ontspannen en minder last hebben van overprikkeling.

De een vindt het leuk als ik steeds ergens anders op speel, maar de ander houdt het meest van de lier. Aan het eind van de sessie vertrok de een, de ander bleef nog even zitten, terwijl hij steeds naar de lier keek. Ik zei tegen hem dat hij er best op mocht spelen. Na enige aarzeling stond hij op en pakte de lier. Enthousiast begon hij over alle snaren te strijken

terwijl hij door de kamer liep. Heen en weer, blij kijkend van mij naar de begeleidster die ook aanwezig was. En hij bleef maar lopend spelen en stralen, met de zware lier in zijn handen. Af en toe ging hij even zitten, stond dan snel weer op om nog meer te spelen en door de ruimte te lopen. Zijn hoofd bewoog mee in de cadans van zijn spel en hij lachte erbij. Hij was heel vrolijk en ontspannen en hield het wel tien minuten vol. Daarna ging hij blij zitten en kon hij de dag in een zeer goede stemming vervolgen. De muziek deed weer haar werk!

27 juni 2017