

Praktische en verhelderende adviezen

DREMPELS OVERWINNEN

Een 'leerboek' dat opvrolijkt en enthousiasmeert. Wieke Karsten, fluitiste en conservatoriumdocente, heeft het geschreven. Het gaat over het plezier dat het maken van muziek oplevert, of je nu amateur bent of professioneel musicus.

Tekst: GERARD SCHELTENS

Musiceren gaat niet vanzelf.

Zonder vlijtig studeren wordt het niets, en dat kan het plezier behoorlijk vergallen. Optreden voor publiek kan ook nog eens veel stress opleveren. Van Esther van Fenema verscheen daarover onlangs een nuttig boek vanuit haar praktijk als psychiater/therapeut. Wieke Karsten wil het zover niet laten komen. Ze wil de stress vóór zijn en ontwikkelde de methode *Musiceren, studeren en het brein* – de ondertitel en adequate samenvatting van haar boek.

Eerst wat theorie. Het brein. Karsten maakt in dit systematisch ingedeelde boek gebruik van recente wetenschappelijke inzichten over onze hersens. Ze legt uit hoe het allemaal werkt, hoe de aanleg van verbindingen in de hersenen versneld wordt en welke factoren meewerken om het brein te 'verleiden tot leren'. Ze koppelt de theorie over een 'breinbrede aanpak' steeds aan de praktijk, want elk hoofdstuk bevat oefeningen en opdrachten waarmee de gretige lezer zelf aan de slag kan. Het is in de eerste plaats een praktijkboek voor de leergierige muziekbeoefenaar die drempels wil overwinnen.

En dan gaan we aan de slag. Na de theorie de praktijk. Het grote middenstuk, de kern van het boek, is gewijd aan 'het huis van de musicus', ofwel de feite-



WIEKE KARSTEN

In de muziek - Over musiceren, studeren en het brein

Amsterdam University Press

232 pag.

ISBN 978-94-6372-303-9

ISBN 978-90-4855-152-1 (e-boek)

lijke muziekstudie. Dat huis heeft vijf verdiepingen, betoogt Karsten met een handige schematische tekening: van onder naar boven eerst de partituur, dan de interpretatie, dan de techniek, samen de 'input', gevolgd door de 'output': het meesterschap en de expressie.

Ja ja, input, output... maar de vragen liggen heel dichtbij de lezer: Hoe kan ik met meer plezier en effect oefenen? Wat is podiumspanning en hoe kan ik ermee omgaan? Hoe kom ik sneller in de muziek? Hoe studeer ik een lastige passage? Wat is focus en hoe train ik dat? Hoe kan ik de muziek meer uitdiepen? Hoe kan ik op het podium vrijer spelen? Hoeveel tijd zou ik aan het studeren moeten besteden?

Praktische vragen waarop 'gewoon' antwoord wordt gegeven, verhelderend en bruikbaar, gelardeerd met talloze muziekvoorbeelden en gekoppeld aan opdrachten en adviezen. Droog of belerend wordt het nergens, het is gericht op ontspanning en speelplezier, en leidt tot de kroon op het werk: meer begrip en diepgang in de interpretatie. Iedereen die muziek maakt neemt er wat van mee, met plezier.