

Theatermaker Rob Heiligers

Ik ging weer aan

Rob Heiligers (1954) is theatermaker, danser, healer, zielenreisbegeleider, fotograaf, echtgenoot, vader en binnenkort grootvader. Een veelzijdig man, die alles wat hij doet verbindt met het woord 'natuurlijk', staat op zijn site te lezen.

Rob Heiligers: 'Vorig voorjaar had ik het een beetje lastig. De geldstromen in de cultuurwereld hielden op en ik wist niet goed hoe het verder moest. Mijn pogingen om een nieuw theaterstuk te maken mislukten en de gedachte kwam op dat dat misschien ook helemaal niet de bedoeling was, omdat ik alles al een keer gedaan had. Met mijn dochter maakte ik mijn laatste stuk en ik ging er een heel verhaal van maken: goh, eigenlijk wel mooi rond zo.'

Jeff Foster

'Op een dag kwam ik in mijn verzameling advaita boeken een boek van Jeff Foster tegen dat ik nog niet gelezen had. Daar dook ik in en ik vond het erg leuk hoe hij de dingen zegt. Op zijn site zag ik dat hij dat weekend een retreat in de Ardennen gaf. Ik erheen. We waren met een stuk of dertig, veertig mensen, er was een prachtige zaal en ik kreeg een fijn slaapkamertje. Jeff is charmant en welbespraakt; die jongen gaat gewoon áán, reageert op vragen. Hij is dertig, net zo oud als mijn dochter, heel fris, maakt grapjes. Tijdens de satsang op de eerste de beste avond gooide hij er een paar metaforen tegenaan. Je weet wel, van de golf en de oceaan en dat we denken dat we de golf zijn, maar de oceaan zijn. En: je bent de filmscreen en daarop speelt zich het leven af; je bent deel van het geheel,

dat soort dingen. Toen kwam er eentje die ik nog niet kende. Stel je voor dat je deze ruimte bent, zei hij. Die ruimte maakt het helemaal niks uit wat zich erin afspeelt. Of er nou vanavond een feest is, ik hier blijf praten, het leeg is of de schoonmaakster iets gaat doen. Die ruimte IS, is alleen maar *capacity for*. Ineens was ik er. Oh ja natuurlijk! Ik ben *capacity*, ik ben de ruimte voor... Dit speelt zich allemaal af in mijn ruimte!'

Telefoon

'Er ging me opnieuw een enorm licht op. Daarvoor was ik verstrikt geraakt in ideeën over geld, wat hoort, hoe het moet en waar het heengaat. Daar in Frandoux zat ik weer in het nu. Jeff zei ook nog even tussen neus en lippen door: als het over verleden of toekomst gaat, zit je niet in het nu. Dus dan moet je opletten. Zo heerlijk op z'n Engels met een mooi verhaal erachter aan. De dag erna liep ik een rondje over het terrein en besloot wat ik zag te fotograferen voor Rita (Rob's vrouw, red.). Ik had net een nieuwe telefoon en toen ik de foto's bekeek, waren ze verrassend mooi. Wat een kwaliteit kun je krijgen met zo'n toestelletje! Bovendien ontdekte ik dat ik ze kon omdraaien, jeetje wat gebeurt hier? Ik kreeg nieuwe ogen, ging weer áán. Dat ken ik, want als kunstenaar ga ik vaak aan. Er overkomt je iets of je bent op het juiste moment op

de goede plek. Dat was ik kwijt. Totdat hij dat over die ruimte zei: boing. Ik heb zo'n goeie week gehad! Sindsdien gaat het me goed. Er stromen nieuwe ideeën. Af en toe betrap ik mezelf op lastige gedachten, ook prima. Ik maak me niet meer zo druk.'

Een Japans staartje

'Het feit dat we nu hier zijn, dat het leven door je heen stroomt, dat je mee stroomt en dat dat helemaal precies goed is, volmaakt zelfs, dat de hele natuur eraan meedoet en dat jezelf ook natuur bent, dát noem ik natuurlijk. Voor mij is dat een goed woord. Want het gaat allemaal natuurlijk. Er gebeurt van alles. De ene vogel wordt opgevreten en de andere... Drama is er genoeg, zogenaamd drama, maar in principe gaat het zoals het gaat. En wordt het weer lente, zomer, herfst. In mijn theaterwerk vergroot ik dat drama uit. Ik kom uit de performance hoek, *body art*, die richting. Dat was in de jaren zeventig erg in. Het wil zeggen dat je lichaam als middel voor kunst centraal staat. Daarvoor was ik topsporter, tafeltennis eredivisie. Op een gegeven moment kreeg ik daar genoeg van, maar ik had wel die fysieke drang. Ik maakte kennis met heel andere dingen, zoals mimen, tai chi, bewegingsexpressie. Uiteindelijk kwam ik bij een Japanse, slowmotion-achtige dans uit die Butoh heet. 'Dans van de schemer' betekent dat. Daarbij improviseer je, terwijl je bij jezelf schemergebieden zoekt die in het licht willen komen en dat dans je. Je doet niet wat je al kan, maar iets dat spannend voor je is en dat geef je vorm. Dan krijg je een grote intensiteit. De Japanse leermeester Min Tanaka kwam op mijn uitnodiging naar Nederland

en ik ging mee op tournee. Ik wilde graag naar Japan, maar toen werd Rita zwanger. Uiteindelijk hebben we onze dochter Yoko genoemd, wat onder andere 'zonnestraaltje' en 'oneindige uitgestrektheid van de oceaan' betekent. Zij is ons Japanse staartje. Het was de keuze voor familie of ... Nou ja, Rita werd niet voor niets zwanger, dit moest zo gebeuren. Yoko kwam eraan, hoezo Japan? Je déntkt dat je kunt kiezen, maar zo maak je verhalen.'

Zaalvolverhaal

'Rita (Spijker, red.) is NLP trainer geweest en heeft van die gezegdes, zoals 'Man is a meaningmaking mechanism.' Een leraar zei dat ooit tegen haar. Als mens zoek je naar betekenissen en wil je er een verhaal van maken. Daarmee zet je je zelf vaak klem, je blijft erin hangen. Als het overtuigingen worden, is het helemaal lastig om dan in die lege ruimte van Jeff terecht te komen... In die context spelen zij en ik de 'Zaalvolverhaal' voorstellingen.

Het publiek heeft de verhalen en wij spelen wat er speelt

Wij zijn de zaal, het publiek heeft de verhalen en wij spelen wat er speelt. We ontdekten het zogenaamde 'Terugspeeltheater' in Groningen, waar we terecht kwamen op een feestje van een theatergroep die vijf jaar bestond. Wat ze deden vonden we zo leuk! Het gaat erom in het moment te reageren op wat er in de zaal verteld wordt en ter plekke maak je daar met bepaalde werkvormen theater van: scènes, soli, muzikanten, acteurs. Soms is het groot, zoals op een congres; soms is het heel klein, in een familie, waar we bijvoorbeeld bij iemand spelen die jarig is. Daar zitten ze: familieleden, >>





Rob Heiligers (1954) studeerde psychologie, doceerde op een theateropleiding en werkt al vele jaren als theatermaker. Daarnaast houdt hij zich bezig met energetisch werk. Sinds zijn kinderjaren is hij gefascineerd door indianen, tovenaars en de natuur.

www.robheiligers.nl

vrienden, collega's. Wij vragen wie de jarige kent van toen ze tien was, toen ze twintig was, hoe ze haar man heeft ontmoet. Die verhalen worden allemaal verteld. We horen de mensen uit, stellen vragen zodat het een sappig of diep verhaal wordt. De verteller zit op een stoel vooraan, wij luisteren en direct daarna spelen we de essentie van het verhaal terug.'

De goede knop

'Het heeft naast een amusante absoluut een helende werking, want mensen zien hun eigen verhaal teruggespeeld. Dat komt heel dichtbij en heeft effect. Daarnaast horen alle aanwezigen de verhalen en dat geeft ons veel speelruimte. Je moet op de goede knop drukken en raken, je voelt gelijk of het klopt. We doen geen cabaret, steken niet de draak met het verhaal. Nee, we éren de verhalen in de zaal, we eren de mensen. Op het moment dat we dat doen, komt er iets op gang. Mensen denken: hé, dat ken ik!

Dan weet ik ook nog wel een verhaal! Of: ik weet nog een andere kant van ditzelfde. Zo ontstaat er een dynamiek die maakt dat er een ketting van verhalen ontstaat. Als het heel emotioneel is, kun je het beter niet spelen. Daarvoor hebben we wat we een 'stemmenkoor' noemen, een soort hoorspel, waarbij we het verhaal vertellen met één stem. Het drama zie je dan niet uitgespeeld, maar wij kunnen het wel in onze stem stoppen. Soms heb je verschillende invalshoeken in een verhaal, dan heb je drie soli. We weten het nooit van tevoren, iemand begint gewoon. Misschien gaat ie wel doen wat jij van plan was en moet jij gauw iets anders verzinnen. Je moet in het moment blijven en spelen wat er in je opkomt.'

Het niets en het alles

'De toeschouwers beleven dat ze hier samen mee te maken hebben, want ze delen verhalen. Dat is iets heel ouds en menselijks. Want we kunnen wel de lege ruimte zijn, maar in die ruimte speelt van alles. Het gegeven dat veel mensen verstrikt zitten in hun leven of in hun organisatie, maakt dat het uitspelen van verhalen waarbij iedereen even datzelfde verhaal ziet van die persoon, enorm kan opluchten. Ik heb je even gehoord! Terwijl diegene daarvoor bijvoorbeeld nooit aan de beurt kwam. Soms zien we dat mensen hun kans grijpen, eindelijk hun ei kwijt kunnen. We vinden het prachtig om te doen. In het begin is het altijd een aftasten, want ze kennen het niet en zijn een beetje bang dat ze voor de gek gehouden worden. Dat lossen we gauw op. Dan komt het tweede en het derde verhaal, en merken ze: oh ja, we kunnen hen vertrouwen en meedoen. Of er een echt diep verhaal komt, hangt af van de samenstelling van de groep. Het werkt het beste als mensen elkaar een beetje kennen. Is dat niet het geval, dan is het zeker een leuke kennismaking.'

Mijn fascinatie heeft vorm gekregen en is versimpeld tot eenvoud. Daar ben ik altijd op uit

Opa

'Mijn performance en Butoh activiteiten lieten me mijn grenzen opzoeken. Pas met de jeugdtheatervoorstellingen viel ik helemaal op mijn plek. Ik ben goed in op een kinderlijke manier naar de wereld kijken. Soort naïeve zesjarige. Dat resoneert perfect met de basisscholen waar ik speel. Ik heb inmiddels zo'n vijftientig voorstellingen gemaakt en die beginnen altijd met dat ik iets wil uitzoeken voor mezelf. In een stuk zit meestal het zaadje voor het volgende. Ik ontdekte bijvoorbeeld dat ik mijn opa's allebei niet kende en dat belichaam ik vervolgens door een opa te gaan spelen. Als voorbereiding ben ik met familieopstellingen in de weer geweest en uiteindelijk maakten we een harmoniserende voorstelling over een opa, een moeder en een kind. Ik geef het vorm en zorg voor geldstromen. Want je kunt nog zoveel kunst maken, het moet wel ergens landen. Op de een of andere manier heb ik met die basisscholen mijn theater gevonden en kon ik elk jaar honderd keer spelen. En zat ik daar iedere keer weer tussen mijn eigen gevoelsleeftijd heerlijk thuis te zijn. Mijn fascinatie heeft vorm gekregen en is versimpeld tot eenvoud. Daar ben ik altijd op uit. Het IS heel eenvoudig, dus waarom zouden we moeilijk doen?'

AHA

'Ook de energiewerkshops die ik geef gaan puur over eenvoud. AHA: adem,

hart, aandacht. Dat is het. Als je dat gaat doen, gebeurt er van alles. Kijk, als topsporter heb je heel goed door hoe het tussen je oren zit, hoe je jezelf moet ontspannen om te kunnen presteren. Ga je erover nadenken, kun je het wel vergeten. Ik was een echte publiekspeler. Als ik een mooi punt had gemaakt, was de kans groot dat het volgende punt voor de ander was, want dan keek ik om me heen of iedereen het wel gezien had. Niet helemaal handig, en dat wéét je. In de periode daarna ging ik mijn lichaam verder onderzoeken door middel van al die expressiemogelijkheden en ontstonden er weer nieuwe vragen. Waarom kijken ze naar mij en niet naar degene die naast me staat? Of: hoe zit het met uitstraling, met charisma? Plotseling bleek er een woord als 'energie' te bestaan en daarmee omgaan werd iets volstrekt normaal. Alles wat ik daarna gedaan heb - van aikido, tai chi, reiki tot aan het werken met engelen en de ziel - draaide daarom, én om intuïtieve ontwikkeling.'

Jomandus

'Ik hield het stil, want ik wilde niet de 'Jomandus' van het jeugdtheater worden. Inmiddels was het 2004. Ik had een nieuwe geluidsinstallatie voor een voorstelling aangeschaft. Die testte ik en ineens hoorde ik: 'pfft' in mijn oor. Je hebt daar een neurologisch grasveldje van haartjes, en kennelijk was er een iets te hard geluidswindje en zijn die haartjes een beetje omgewaaid. En kreeg ik zelfs Menière-achtige klachten als duizeligheid. Ik was altijd kerngezond geweest, maar toen ontstonden er allerlei blessures. Bij toeval kwam ik in aanraking met Quantum Touch. Ik merkte dat het onmiddellijk effect had op mijn gezondheid. Na een half uur dacht ik: dat ga ik ook doen. Het is een soort reiki, maar dan Amerikaans én effectiever. Door Richard Gordon bedacht, geïnspireerd op de ervaringen van ene Bob Rasmussen. Die wist dat hij als hij een wond zag, hij op een bepaalde manier moest ademen en dan had dat een genezend effect. Adem-handen-aandacht is het principe, en nu hebben we deze methode verder ontwikkeld tot adem-hart-aandacht. Zonder handen zelfs.'

Druïde

'Ik heb veel sjamanistische spullen die ik als decor gebruik. Soms denk ik weleens dat ik met theater dingen wil bezweren. De druïde is de West-Europese sjamaan zou je kunnen zeggen, de Keltische sjamaan. Zijn opleiding duurt zevenentwintig jaar, drie keer negen jaar. De eerste negen ben je de bard, de kunstenaar, >>



JEUGDTHEATER

Rob Heiligers heeft heel wat jeugdvoorstellingen gemaakt, vaak interactief theater. Via de Stichting Nederlands Onderwijs in het Buitenland trok hij er met een collega gedurende een lange periode jaarlijks vijf weken op uit als 'De Broertjes op hol over de wereldbol' om voor Nederlandse scholen te spelen. Niet alleen kinderen, ook leerkrachten en ouders werden betrokken bij de voorstelling en daarop aansluitende workshops. 'Een feest voor alle leeftijden!', zegt Heiligers. Nieuwsgierig geworden, bekeek Simone Thomasse onlangs 'Koekoek's Vogelparadijs', een voorstelling die hij samen met zijn dochter Yoko maakte en speelde. Grote thema's als pesten, eerlijk zijn, ADHD en nog veel meer kwamen langs. Met ontzettend veel humor, subtiliteit én informatie over vogeltjes en hun habitat!

WILD!

Op dit moment maakt Rob Heiligers een nieuwe voorstelling, die tijdens het Noorderzon Festival in Groningen (noorderzon.nl van 21 t/m 31 augustus 2014) in première gaat en daar twintig keer gespeeld wordt.

'Vraagt een vader aan zijn kind: 'Ga je mee het bos in?' 'Geen zin in', zegt het kind. 'Daar zijn geen stopcontacten.' Zijn we met z'n allen iets kwijtgeraakt? Zit onze stekker nog wel in de natuur? Zou het kunnen dat hoe meer hi-tech we dagelijks gebruiken, des te meer natuurbeleving nodig is voor een natuurlijk evenwicht in ons leven?'

In WILD! ga je theatraal 'het bos in', op jacht naar de natuur in ons allemaal.

de verhalenverteller; de tweede negen jaar is de ovaat, de genezer, de heler aan de beurt, en in de laatste periode de wijze man, de leraar. Elke druïde gaat daar doorheen. Dan is hij volleerd en kan anderen opleiden. Bij mezelf herken ik alle aspecten. De bard heeft zich uitgeleefd, ik heb tien jaar ovaat achter de rug en nu merk ik dat ik in de derde fase zit. Ik vind het fijn dat er een cultureel model is waarin ik mezelf herken. Een tijd healer zijn was goed voor mij. Ik had een praktijk aan de Vismarkt in Groningen, waar ik op allerlei manieren werkte, ook met Reconnective Healing en Soul Body Fusion. Ik keek naar de overeenkomsten en verschillen en nu denk ik: het is allemaal natuurlijk.'

boodschapper, maar vind het principe van het activeren van het zelfgenezend vermogen fantastisch. Je geneest een ander niet, je helpt hem zichzelf te genezen. Mijn oor is nog steeds een wat ruisende schelp, maar ik heb er geen last meer van. Oren en ogen zijn moeilijk om iets aan te veranderen, heb ik gemerkt. Misschien is het een goede *reminder* voor mij? Ik ben gewoon een mens met een blauwe plek.'

Lief & leed

'Toen Rita in 1990 onze tweede dochter verwachtte, had ik veel visioenen. Met mijn oudste dochter kon ik spelen in de buik, die kwam naar me toe. En dit kindje trok zich terug. Ik kreeg beelden van een kraai die in het kippenhok kwam en meteen een jonge kip dood pikte en dacht: oh god, waar gaat dit over? Ik sloot een begrafenisverzekering af, want ik had de indruk dat het met mij te maken had. Tot het moment dat het kind geboren werd. Ze bleek heel schichtig, tenminste zo interpreteer ik het. Er zat meconium in het vruchtwater en dat is in haar longen terechtgekomen, waardoor die zich niet konden ontplooiën. Ze was voldragen, maar kon niet ademen. We moesten haar laten gaan, ze had geen schijn van kans. Voor Rita was het helemaal verschrikkelijk, want die had haar negen maanden bij zich gehad. Godzijdank hadden we onze dochter Yoko, en die zei: jullie hebben mij toch? Wat is dat: dood? Hoe moet je er mee omgaan? Ik was er nooit zo mee bezig geweest. Toen heb ik alles wat los en vast zat gelezen. Over stervensbegeleiding, bijna-dood-ervaringen, zielenreizen. De enige conclusie die ik kon trekken was: er is meer. Ze is ergens. Maj, zo noemden we haar, is even langs geweest om mij wakker te schudden. Want dat is het effect geweest, om ook die kant van mijn leven te belichten. Daarvoor was het lief, daar kwam leed bij. Er ontstond een soort balans. En inzichten. Mijn hele energieonderzoek paste ineens ergens in.'

'We praten er nu op een menselijke manier over, maar er zijn nauwelijks woorden aan te geven. Want je bent

TERUGSPEELTHEATER

Het fenomeen 'Terugspeeltheater' werd bedacht door Jonathan Fox uit New York. Hij studeerde *oral history* (mondelijke overleveringen) en bedacht in 1975 een mengvorm van dramatherapie en *storytelling*, die hij Playback Theatre noemde. Verspreid over de hele wereld zijn er theatergroepen mee bezig.



LEZERSAANBIEDING
MAIL & WIN
ZAALVOLVERHAAL
zie pag. 66

die lege ruimte en daarin is ook allerlei zielengedoe, wat weer deel is van het alles. We hebben een bepaalde eigenheid en zijn tegelijk met alles in verbinding. Ik zie het als een collectief gebeuren met een individueel smaakje. Je komt uit het licht, je gaat naar het licht, dat herhaalt zich en het gebeurt allemaal in het tijdloze nu.' <<

Interview: Simone Thomasse
Fotografie: uit bezit Rob Heiligers

www.robheiligers.nl

N.B. Voor foto's van Rob Heiligers zie ook de fotoreportage 'Spiegelingen' in BewustZijn magazine 33.



Wim Huijser

werkt als schrijver/publicist en uitgeefconsultant. Hij woonde de afgelopen jaren met zijn vrouw Marianne op een landgoed in de Overbetuwe. Inmiddels zijn ze verhuisd naar Wageningen. In zijn column schrijft hij over de aardse zaken van het bestaan.
www.wimhuijser.nl

HET ANKER UIT

Wij zijn verhuisd. In de afgelopen jaren stond onder mijn foto op deze pagina vermeld dat ik met mijn vrouw Marianne op een landgoed in Overbetuwe woonde. Toen wij daar vierenhalf jaar geleden waren geland ontvouwde zich een heel nieuw leven: in een historisch huis, gelegen in zo'n 30 hectare groen en omringd door weilanden vol schapen en koeien. We hadden het gevoel voor het eerst in ons leven te 'aarden'. Het was deze plek die de aanleiding vormde voor mijn column die ik de titel 'Aardse Zaken' meegaf. Daarnaast leverde het een boek op: 'Leven met de seizoenen op landgoed De Mellard'. Vier maal beleefden wij intens de kringloop van het leven en waren wij ons meer dan ooit bewust van de cirkels in de tijd. Verwonderd, leergierig en steeds wat wijzer wordend. We deden dat waarvan we nooit hadden durven dromen. In het vroege voorjaar zochten we een zonnige plek in de luwte, in de zomer voelden we ons beschermd door het schaduwdak van de elzen en de monumentale beuk. In luie ligstoelen lazen we ons door een lome nazomerdag. En toen de kilte van de aankomende herfst ons weer naar binnen trok, sjuowden we manden vol noten met ons mee. Het waren vier memorabele jaren die zo aan ons voorbij trokken.

Maar alles in het leven heeft twee kanten. Wat we de eerste jaren als de charmes van het wonen in een zeventiende-eeuws landhuis ervoeren, begon ons op den duur in de weg te staan. Terwijl we in de zomermaanden over het algemeen paradijselijke temperaturen mochten ervaren, veranderde dat als in de herfst de kilte in de dikke muren trok. Het kwik hoefde niet eens de nul graden te bereiken om te weten dat de wintermaanden in aantocht waren. Kortom, we ontdekten dat wij ook bewoners van de eenentwintigste eeuw zijn en dat behaaglijkheid een groot goed is. Ondanks dat de afgelopen winter zich nauwelijks liet voelen, was het besluit genomen. We maakten plannen voor een volgende fase in ons leven.

Inmiddels bewonen we al weer een maand een appartement met vloerverwarming in het groene Wageningen, op een locatie waar tot voor enkele jaren nog een proeftuin voor het fruit was. Op de dag dat we de sleutel ontvingen en voor het eerst rustig uit het raam tuurden, landde een grote bonte specht in de es. Een beter welkom hadden we ons niet kunnen wensen.

We hebben de bloeiende Betuwe achter ons gelaten, evenals de stilte van het buitenleven. Daar tegenover staat dat de genoegens van een provincie stad - en nog wel een met een internationale universiteit - ons midden in de samenleving brengen. We wonen ook letterlijk tussen de mensen, terwijl de stad omgeven is door verleidelijke landschapsvormen. Aan aardse zaken geen gebrek, en er is dan ook geen reden om de naam van mijn column te veranderen. De aarde is tenslotte veelomvattend.

Er heeft zich nog een andere metafoor aan mij opgedrongen. Zeker, het leven is een continue kringloop van seizoenen, maar het is ook een reis over open zee en bochtige rivieren. Een storm kan zomaar opsteken en zelden lopen de trajecten die we afleggen in een rechte lijn. Waar het goed voelt willen we blijven en soms gaan we simpelweg daarheen waar de wind ons voert. Misschien is het wel omdat naast ons het grootste maritieme onderzoekscentrum ter wereld is gevestigd, dat het beeld van een zeilschip mij de afgelopen weken niet heeft losgelaten. We zijn op een reis, het doel blijft ongewis. Maar hier, in het vertrouwde gebied tussen Rijn en Veluwe, hopen we voor de komende jaren ons anker te hebben uitgegoot.

Ik keek naar de overeenkomsten en verschillen en nu denk ik: het is allemaal natuurlijk