

Sumi-e schilder Mieke Bouwens

‘De penseelstreek laat je zien wie je op dat moment bent’

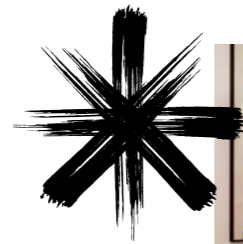


In het rustige Friese landschap, met uitzicht op weilanden, bevindt zich het atelier van Mieke Bouwens. Een heiligdom gevuld met kunstboeken en ingelijst eigen werk. Ze beoefent de traditionele Japanse kunstvorm Sumi-e: penseelschilderen met zwarte inkt op rijstpapier.

TEKST JULIKA MARIJN FOTOGRAFIE VIOLANE CHAPALLAZ STYLING TILLY HAZENBERG VISAGIE BIANCA FABRIE



Japanse sfeer, binnen en buiten



Mieke geeft Sumi-e met plezier door



De gebruikte materialen zijn allemaal eerlijk en natuurlijk



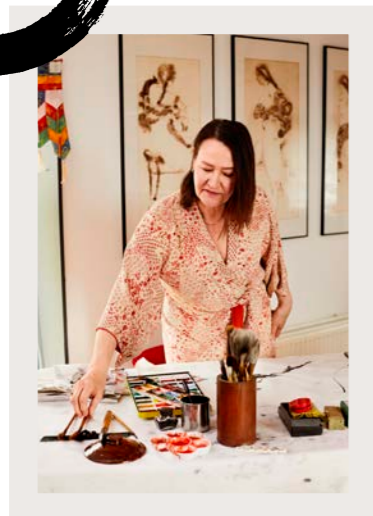
De kunst: schilderen zonder oordeel



Binnen de traditionele Japanse schilderkunst is de natuur een belangrijk onderwerp



Haar signeerstempel symboliseert 'De weg'

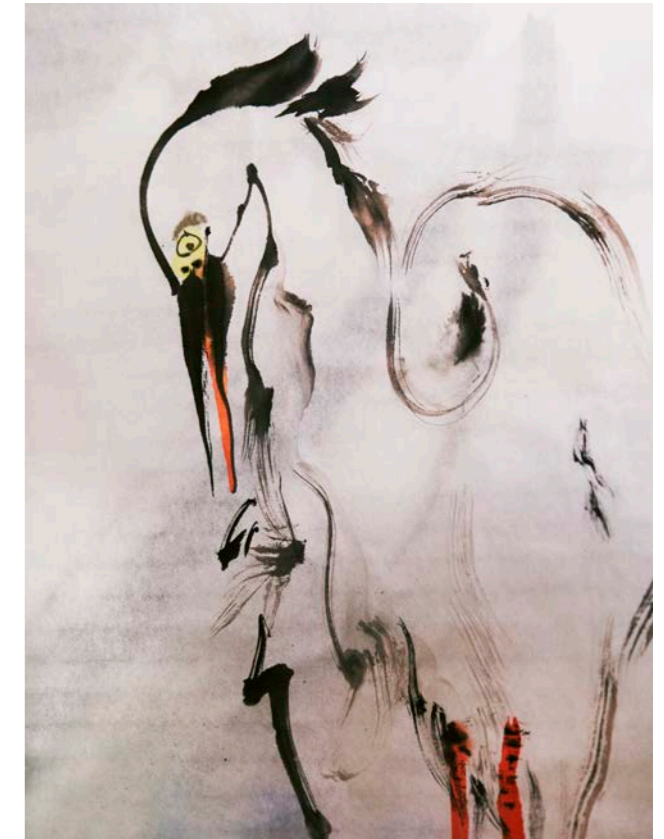


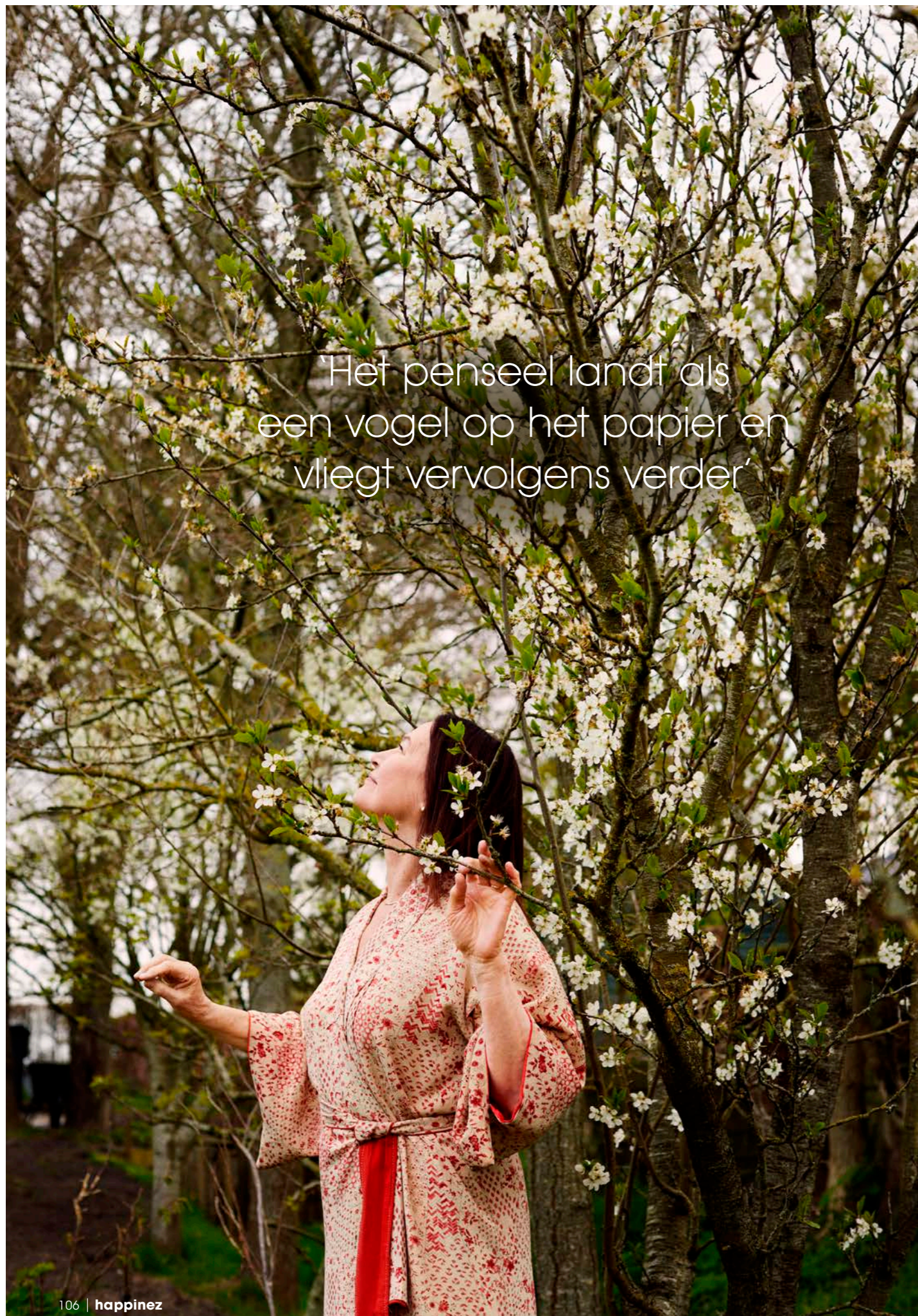
Het verhaal begint wanneer Mieke Bouwens (31) op een keerpunt staat. Ze besluit om 'uit haar hoofd te stappen en een tijdje andere dingen te doen'. Met voldoende spaargeld op zak wil ze een jaar door Azië gaan reizen. Haar reisgenoot stelt voor om het fototoestel thuis te laten, omdat 'echte indrukken zich vanzelf wel op je netvlies branden'. Zonder een foto te maken reist ze een jaar lang door Thailand, India, Nepal en Indonesië. "Ik vond dat niet makkelijk, omdat ik een beeldmens ben, maar ik heb het toch aangedurfd. Om de reis te kunnen vastleggen, hield ik een dagboek bij en ontstond het idee om te gaan schilderen.

Ik kocht rijstpapier en een eenvoudig Japans reissetje met een penseel en zo'n inktsteen waar je zelf water aan moet toevoegen. Dat doosje koester ik, ik heb het nog altijd in mijn atelier liggen. Ik had maar een jaartje op de designacademie gezeten en ik kon eigenlijk helemaal niet echt schilderen. Met het penseel legde ik lokale mensen, dieren en marktjes vast, en ik raakte eraan verknocht. Het schilderen met de Japanse inkt bracht me bij mezelf. Bij thuiskomst ben ik op zoek gegaan naar een leraar. Die vond ik onder andere in een Chinese Sumi-e kunstschilder die in Nederland woont en van wie ik vier jaar les heb gehad. Ik bewonder hem nog altijd."

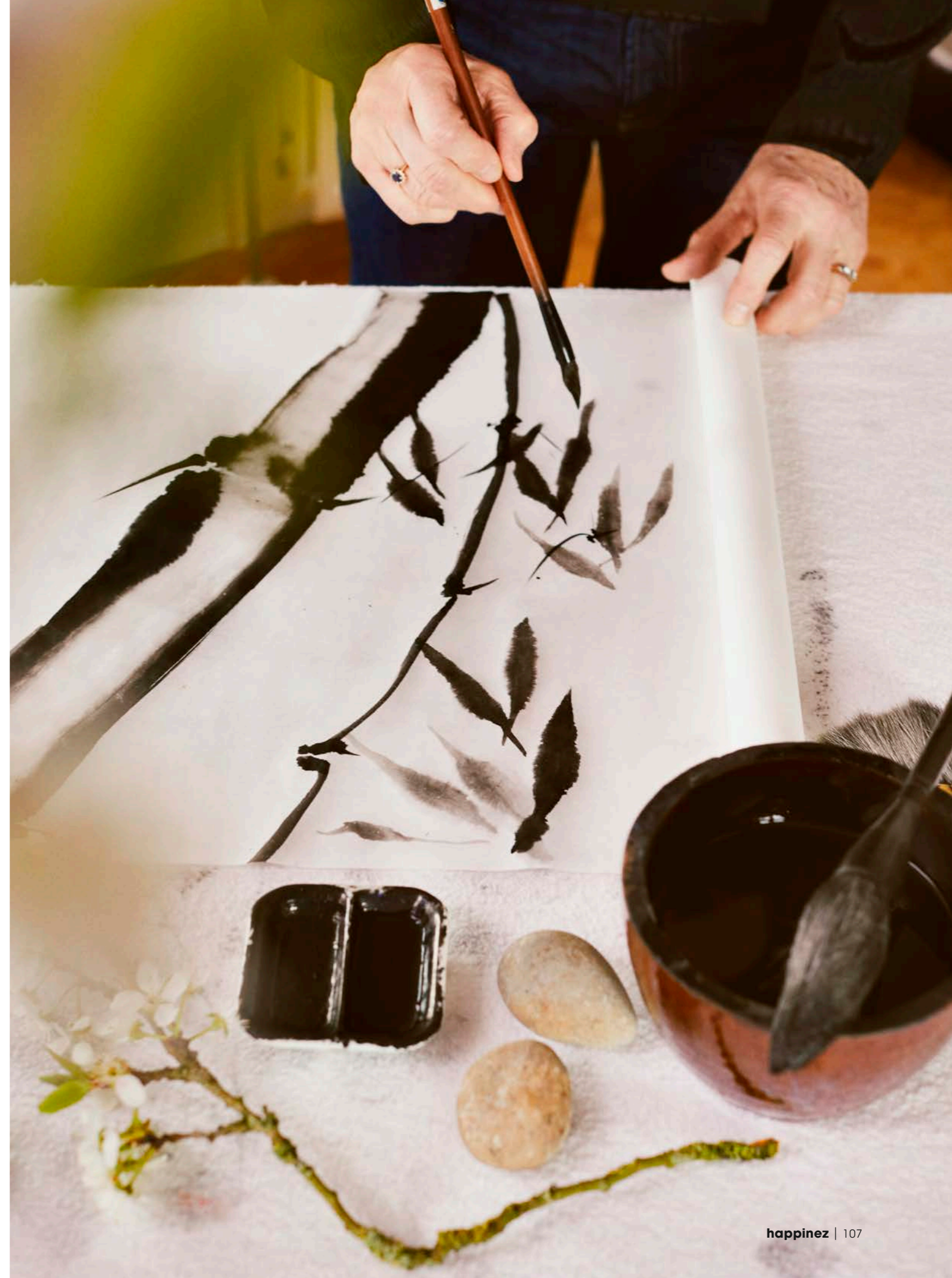
De weg is het doel

De essentie van *Sumi-e* ligt niet in het eindresultaat, maar in de reis zelf. De zwarte inkt (Sumi) op wit papier (e) symboliseert de eenvoud en puurheid van de traditionele Japanse kunstvorm. Die vindt zijn oorsprong in het taoïsme en is geworteld in de kalligrafie. Japanse Zen-monniken brachten de techniek zo'n vijfhonderd jaar geleden mee uit China. Net zoals bij kalligraferen is het bij Sumi-e de kunst om met zo min mogelijk penseelstreken zo veel mogelijk zeggingskracht te bereiken. Het draait echter niet primair om het creëren van een kunstwerk; net zoals in het taoïsme gaat Sumi-e om de weg en niet om het einddoel. "Het draait allemaal om de handeling zelf en hoe je die uitvoert. Bij Sumi-e werk je vanuit je buikademhaling, je verbindt je bewust met je eigen energie, je 'chi', en concentreert je op je ademhaling om intuïtief je penseelstreek te zetten. Je werkt staande vanuit het hele lichaam zodat alles goed kan stromen. Vervolgens concentreer je je op de ademhaling, en zet je op de kracht van de uitademing intuïtief je penseelstreek. De Japanse inkt is niet uitwisbaar en je kunt er dan dus niks meer aan verbeteren of het uitwassen, zoals bij aquarel. Wat er staat, staat er. Het penseel landt als een vogel op het papier en vliegt vervolgens weer verder. De penseelstreek die je hebt gezet werkt als een reflectie van jezelf. Het laat je zien wie je op dat moment bent. Je ziet bijvoorbeeld dat je hapert, of dat je lef toont. >





'Het penseel landt als
een vogel op het papier en
vliegt vervolgens verder'





'De elegante penselen,
het kwetsbare rijstpapier;
de schoonheid van het
materiaal motiveert
mij enorm'

Je schildert zonder oordeel en zonder focus op het resultaat. Het ultieme is om uiteindelijk te kunnen schilderen zonder na te denken."

Schilderen als meditatie

Sumi-e schilderen fungeert als een vorm van meditatie, vergelijkbaar met de Japanse kunst van bloemschikken, bekend als *Ikebana*, dat ook wordt gezien als een vorm van kunst en meditatie. Het proces helpt Mieke uit haar hoofd te komen, terug in het hier en nu. "Ik vind veel dingen leuk en pak veel aan. Daardoor kan ik soms haastig zijn en als Brabantse hou ik van praten. Het ligt daardoor op de loer dat ik het contact met mezelf verlies. Door Sumi-e kom ik steeds weer tot rust en bij mezelf. Het werkt verdiepend en brengt me in balans." Toch blijft ook voor Mieke het oordeelloos schilderen en het loslaten van het resultaat een uitdaging. "Ik ben een perfectionist. En ik ben me tijdens het schilderen steeds bewust van de innerlijke dialoog. Gedachten zoals 'ik wil iets moois maken' of: 'ik wil iets maken om in te lijsten of te exposeren' duiken regelmatig zomaar vanzelf op. Je daar bewust van zijn, jezelf weer terugroepen naar het nu en je weer concentreren op je adem, dat is het proces. Ik durf te beweren dat ik inmiddels echt voor mezelf schilder. Ik schilder bijna elke dag wel een paar uur. Daarna leg ik het werk weg. Ik stel mijn oordeel uit en kijk de volgende dag pas terug wat ik heb gemaakt. Dan zie ik tot mijn verrassing dat het werk sterker is dan ik aanvankelijk dacht. Door de jaren heen heb ik geleerd dat wanneer ik op onderzoek blijf gaan, er nieuwe resultaten oppoppen die ik anders nooit zou bereiken. Een mens heeft zoveel meer in zich dan ie zelf vaak denkt. Dat zie ik ook terug bij de mensen aan wie ik Sumi-e doorgeef."

Behalve dat Mieke Sumi-e voor zichzelf beoefent, draagt ze deze kunstvorm graag over aan anderen. Als oprichter van een eigen opleidingsbureau staat het trainen en coachen van mensen in hun ontwikkeling al jaren centraal in haar leven. Ze verwelkomt in haar atelier diverse groepen: van professionele kunstenaars tot mensen die nog nooit een penseel hebben vastgehouden. Iedereen, van acht tot honderd jaar, is welkom. "In ieder mens zit een kunstenaar, maar je moet hem wel zelf oproepen. Talent helpt natuurlijk, maar je kunt door oefening veel leren."

Zen-cirkels

Elke schildersessie van Mieke begint met het schilderen van Zen cirkels, ook wel Ensō genoemd. De eenvoudige cirkels - symbool voor het begin en het einde van het leven - helpen je om verbinding te maken met het materiaal en je ademhaling. Zo kom je als vanzelf in het moment. Er kan gekozen

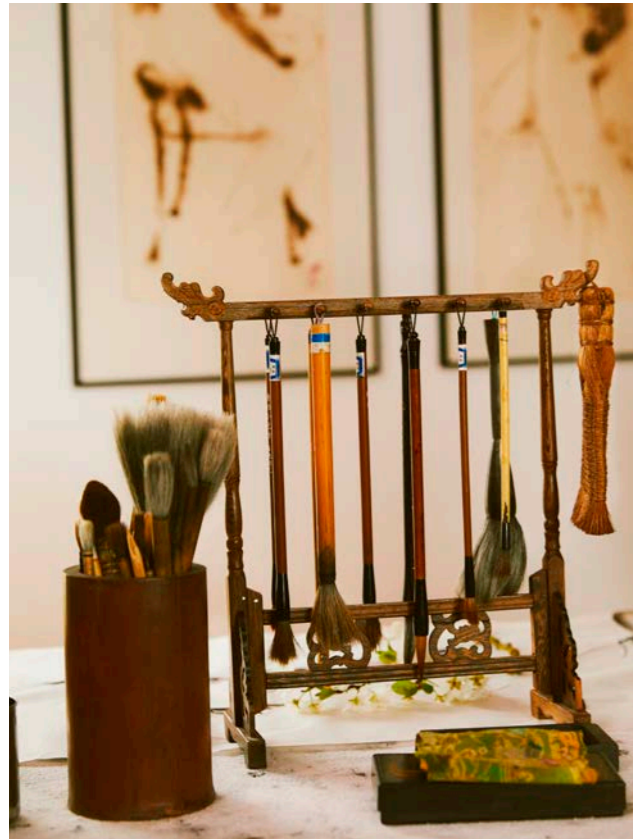
'Je schildert
zonder oordeel
en zonder focus
op het resultaat'

worden tussen een gesloten of een open Zen-cirkel. De gesloten cirkel staat voor de eenheid van het leven, terwijl de open cirkel het omarmen van imperfectie symboliseert. Een concept dat in de Japanse cultuur bekend staat als wabi-sabi. Het omarmen van imperfectie is op zich al een kunst. Mieke maakt zelf dan ook open cirkels. "In de snelle westerse maatschappij wordt meestal verwacht dat we alles zo efficiënt en perfect mogelijk doen. Terwijl juist de imperfectie ruimte geeft voor groei en ontwikkeling. Elke cirkel is uniek. Hij hoeft zelfs niet helemaal perfect rond te zijn, soms wordt het een ovaal of een hartvorm. Je schildert immers op de adem en deze bepaalt de energie waarmee je schildert en daarmee de precieze vorm. Het kan bij Sumi-e niet mislukken, want er bestaat geen goed of fout. Dat gegeven heeft een helende werking op mezelf en mijn cursisten. Ik merk in mijn workshops dat het Sumi-e schilderen een goede manier is om meer zelfvertrouwen te ontwikkelen. De deelnemers komen meer in verbinding met zichzelf, durven intuïtiever te werk te gaan en zijn meer aanwezig in het hier en nu. Doordat iedereen met zijn eigen adem bezig is, brengt het schilderen zelfs een rumoerige groep tot stilte. Zelfs drukke kinderen heb ik er rustig van zien worden.

Ik voel helemaal geen concurrentie in het Sumi-e schilderen. Ik geef het graag door aan anderen en ik groei er zelf ook nog steeds door. Bij het lesgeven je oordeel loslaten is even belangrijk. Je vervalt als schildercoach vaak snel in bevestiging geven. Maar 'leuk' of 'mooi' zijn nietszeggende begrippen. Ik stel in mijn workshops vooral vragen. Daardoor neemt bij de deelnemers de neiging af om bevestiging te willen van de docent en groeit het zelfvertrouwen."

Getroffen door de schoonheid

De Japanse penselen zijn gemaakt van hout of bamboe. Ze hangen aan een authentiek houten rekje te drogen. Mieke heeft een grote liefde voor die natuurlijke materialen. "De kwaliteit en de elegantie van de penselen en het kwets-



bare rijstpapier; de schoonheid van het materiaal motiveert mij enorm. Soms leg ik mijn spullen klaar alleen om van de schoonheid te genieten en er een tijdje naar te kijken.” De natuur is haar grote inspiratiebron. Daarom schildert ze ook buiten, te midden van de weilanden en de elementen. “Een mooie riethalm langs de sloot inspireert me. Maar ook de vogels en bloesems aan de bomen.” Binnen de traditionele Japanse schilderkunst is de natuur een belangrijk onderwerp. Om uitdrukking te geven aan de nietigheid van de mens ten opzichte van de grote natuur wordt de mens er vaak betrekkelijk klein in afgebeeld. “In Japan worden de hoogtepunten van de natuur uitgebreid gevierd. Ze kennen niet de kerkelijke feestdagen zoals hier in het Westen. Wanneer de pioenrozen bloeien of de kersenbloesem in bloei staat, zijn dat nationale feestdagen. Traditiegetrouw gaan mensen die periode bij elkaar op bezoek en geven ze elkaar cadeaus. Dikwijls is dat een schildering. Want in het vroegere Japan werden schilderijen niet verkocht maar aan elkaar geschonken. Wanneer de kersenbloesem bloeit geef je een Sumi-e schildering cadeau. De ontvanger zet er vervolgens zelf een gedicht of haiku bij. Die ontvanger geeft dit werk vervolgens weer door aan een ander persoon wanneer hij op bezoek gaat. Noem het ‘doorgeefkunst’. Er zit weinig ego in Sumi-e. Het begrip plagiaat kennen ze dan ook niet. In het Westen is het not done om werk van anderen te kopiëren en te verkopen. Wanneer je in Japan een werk van een beroemde kunstenaar hebt nageschilderd en je hebt de essentie ervan weten te vangen, dan ben je een kunstenaar. Het gaat er bij Sumi-e ook om het onzichtbare zichtbaar maken en de ziel te raken. Wanneer je bijna de wind kunt voelen als je een wuivende wilg geschilderd ziet, dan is de ziel gevangen in de schildering. Bij Sumi-e is de kunst van het weglaten meestal de basis. Je kijkt tijdens het schilderen dan ook langer naar het lege witte papier dan dat je daadwerkelijk schildert. Want de strek die je zet, duurt maar een ademtucht.”

Mieke gaat aan het werk. Alles maakt deel uit van de intuïtieve en meditatieve ervaring: het laden van het penseel met water en zwarte inkt, de uitademing en de natuurlijke beweging van de hand, het vloeien van het zwart op het witte papier en het ontstaan van de cirkel. Ze signeert haar werk met een persoonlijke stempel. Zoals dat volgens traditie gebeurt, met een Japans karakter in rode inkt. Dat kan je naam zijn of een symbool. Het rode stempeltje geeft een spannend contrast, het is de finishing touch van het werk. Het karakter op de stempel van Mieke symboliseert ‘De weg’. Het kan ook bijna niet anders. 🌸



‘In ieder mens zit een kunstenaar, maar je moet hem wel zelf oproepen’