

Volledig in balans en op adem gekomen bij de zusters in Denekamp

Op zaterdag 30 en zondag 31 augustus hadden we met IntervOcaal een bijzonder koorweekend: we zaten bij de nonnen in Huize Elisabeth in Denekamp, de zusters Franciscanessen. Het bleek een ideale omgeving voor een geslaagd koorweekend, omdat de omgeving je volledig in balans bracht en de zusters ongelooflijk lief bleken. De Indonesische zuster Reinalda ontving ons bij de receptie. Ik zag gelijk dat het klooster zeer modern was, er was bijvoorbeeld wifi aanwezig. En we werden goed verzorgd, de kamers zagen er perfect uit en behalve voor de maaltijden zorgden de zusters ook voor koffie en thee tijdens onze pauzes.

De ontvangst

Op zaterdagochtend werden we door de ontvangstcommissie ontvangen met koffie, thee en allerlei lekkers waaraan door enkele koorleden de nodige aandacht was besteed. Zo kon je kiezen uit een uitgebreid assortiment gebak. We kregen flesjes met een mooie tekst uitgedeeld waar we onze naam op moesten schrijven en die we moesten bewaren, we zouden er later meer over zouden horen. We installeerden ons in onze kamers, die gelukkig goed te bereiken waren met de lift. Hierna was het al gelijk uitermate gezellig.

In balans en op adem gekomen

Het weekend werd geopend door Urszula. Hierna droeg Annie een gevoelig gedicht voor over een vlinder, die vooraf ging aan allerlei ellende: "Had God het hier maar bij gelaten". Dit was de inleiding op de workshop van Diet: 'IntervOcaal in balans en op adem gekomen.' Zij legde uit dat het belangrijk is om ellende op een milde manier te benoemen maar er verder niet teveel aandacht aan te besteden, om zo in balans te komen. Hierna gingen we aan het werk met de flesjes, als ademhalingsoefening bliezen we in een dun laagje water terwijl we ook een melodie lieten horen. Dit vond ik zelf nog behoorlijk lastig, maar enkele anderen lukte het verrassend goed.

Hierna volgden nog meer oefeningen op het gebied van balans en adem. We gooiden een elastiekjesbal rond, waarbij we elkaars naam noemden op de hoogte waarop we de bal gooiden. Dit gaf erg komische effecten. Drie nieuwe Indonesische koorleden deden dit nog even apart, aangezien zij behoorlijk moeilijke namen hebben: Chrispina, Retno en Endah. Hierna gingen we eerst door elkaar lopen maar mochten we elkaar niet aanraken, daarna moesten we juist samen naar evenwicht zoeken. Hierna kregen we een rietje bij het flesje, waarmee je de uitspraak van de oe goed kon oefenen. We lieten opnieuw een melodie horen terwijl we in het rietje bliezen: bubbelen. Vooral een glysando was daarbij behoorlijk lastig. Maar ondanks dat ik moeite met de oefening had, voelde ik mezelf na afloop behoorlijk rustig en in balans gekomen. Als laatste voor de lunch zongen we This place here. Wat is dat toch een allemachtig mooi nummer...

De lunchpauze

In het klooster is het de gewoonte om tussen de middag warm te eten, en we werden zeker niet teleurgesteld. Er werd een uitgebreide, kleurige en lekkere driegangemaaltijd geserveerd en ook met mijn glutenvrije dieet was goed rekening gehouden. Hierna maakten we in groepjes een wandeling over het terrein, iets waar ik al naar uitgekeken had. Ik vond het terrein bijzonder en zeer groot en ik vond het mooi om alle gebouwen te zien. De begraafplaats was een onderdeel dat grote indruk op me maakte, al vond ik het sowieso bijzonder om de kans te krijgen om dit terrein te mogen bewonderen.

Speed-daten en de rest van de middag

Hierna gingen we met de groep speed-daten, waarbij we korte interviews bij elkaar afnamen. Nu dacht ik dat ik de meeste koorleden wel goed kende, maar ik vond het verrassend hoe ik mensen extra leerde kennen en wat ik nog van ze te weten kwam.

De rest van de middag oefenden we net ons repertoire. Nadat we met de mannen en vrouwen apart ons nummer uit IJsland hadden geoefend, gingen we in zes groepen aan het werk met Kumbargung. Toen we hierbij begonnen te marcheren kregen we met zijn

allen de slappe lach, maar uiteindelijk is het wel gelukt. Hierna oefenden we nog meer nummers uit ons repertoire en aan het eind van de middag hielden we een borrel. Het diner was een broodmaaltijd.

Café Chantant

Voor het Café Chantant was de zaal mooi versierd met allerlei mooie kleuren, ik vond de nepkaarsjes mooi gemaakt en ik moest lachen toen ik zag dat Jezus aan het kruis hing tussen de lichtjes. Verschillende koorleden hadden gezorgd voor gevarieerde hapjes. De muziek was heel gezellig en zorgde gelijk voor 'stuiterende' mensen.

De avond werd geopend door Maaïke, zij verzorgde ook de presentatie. Het eerste onderdeel was een Ambonese dans met zang, die werd uitgevoerd door vier Indonesische vrouwen. André zong een aria en Yvonne zong een wiegeliedje uit Australië, waar een mooi verhaal aan vastzat. Hierna vertelde Catherine een mooi verhaal in het Creool en in het Engels. Een dorpsoudste organiseerde een wedstrijd waarbij de kinderen op zoek moesten gaan naar een schat onder de mangoboom. Wie de schat als eerste vond, mocht hem houden. Maar de kinderen gingen met zijn allen hand in hand op zoek en vonden zo de mango. De kinderen legden de dorpsoudste uit dat ze met zijn allen één zijn en dat ze daarom met zijn allen de schat wilden vinden. Catherine legde uit dat we op dezelfde manier bij IntervOcaal ook één zijn. Dit vond ik indrukwekkend. Hierna volgde een pauze, waarbij de voetjes van de vloer gingen. Er werd onder andere gedanst met een limbo en er was nog veel meer meligheid.

Na de pauze werden een paar mooie verhalen verteld. Edith vertelde over de spin Anansi, een mythische figuur die alle andere dieren te slim af was. Toen hij niks mocht hebben van het eten van een groep dieren, verzoon hij een slimme list met een panter. De andere dieren kregen ruzie en zo bracht de spin het kwaad in de wereld, terwijl de spin altijd genoeg had aan zichzelf. Dit verhaal vond ik zeer mooi verteld.

Melvin vertelde een verhaal dat hij de nacht ervoor nog had geschreven over het ontstaan van de naam van het land Sierra Leone. Het bleek om de leeuw van Sierra te gaan. Hierna zongen we bijna als vanzelf The lion sleeps tonight.

Annie vertelde tenslotte een verhaal over een varken dat niet lopen wilde. Dit was een mooi opbouwverhaal, waarbij je als publiek mee kon doen.

De ontvoering die geen ontvoering was

Nadat we weer enige tijd gedanst hadden, kwam Marijke binnen en vertelde dat er een leeuw was gesignaleerd en dat Simone en Jessica vermist werden. Een groep mensen ging er achteraan terwijl ze The lion sleep tonight zongen, maar het bleek dat ze alleen gelokt werden voor een spel. Dit spel was voorbereid door Simone en Jessica. Hier ben ik zelf niet bij geweest, maar ik heb gelukkig van anderen gehoord hoe het geweest is, zodat ik het weer in dit verslag kan zetten. Er was een route uitgezet van witte waxinelichtjes en Simone en Jessica droegen een armband die rood licht gaf. Maaïke verzorgde onderweg ontspanningsoefeningen. Het eindpunt was de Mariakapel op het terrein. Hier werd iemand aangetikt, die achter de grot ging staan en een liedje ging zingen. De anderen moesten raden wie hij of zij was. Toen dit spel klaar was, zong de groep nog liedjes uit allerlei culturen over sterren.

Deze avond vond ik ronduit super, er was geweldige muziek waarop je geweldig kon dansen en ik leerde de leden van IntervOcaal zowel in gesprekken als op de dansvloer van een totaal andere kant kennen. Zelf hield ik het vol tot twaalf uur. Maar de avond heeft nog lang geduurd, ik hoorde dat de laatste tien mensen rond twee uur richting hun bed gingen.

De zondag

Na een nacht met wat meer of juist wat minder slaap gingen we op zondag na het ontbijt verder met de workshop 'IntervOcaal in balans en op adem gekomen'. Opnieuw deden we een aantal interessante oefeningen. Marijke legde ons uit hoe we konden ervaren wat het is om je knieën op slot te hebben en ze daarna weer los te laten. Hierna deden we een aantal balansoefeningen met de hele groep, we begonnen met in een kring met de armen

om elkaar heen alle kanten op te wiegen (Van voor naar achter...). Daarna liepen we weer door elkaar en gingen met zijn tweeën tegen elkaar leunen. Van de elastiekjesbal namen we afscheid door deze weer naar elkaar toe te gooien terwijl we de naam zeiden van degene die hem moest vangen, die er vervolgens een elastiekje vanaf haalde. De elastiekjesbal werd steeds slapper en op den duur vlogen de elastiekjes door de lucht, wat natuurlijk weer hilarische taferelen gaf. En tenslotte gingen we de liedjes van ons concert van zondagmiddag bubbelen en zingen, het bubbelen van Samen in Enschede gaf vooral weer een chaotische en komische sfeer. Het openingsnummer van ons concert was Fly like an eagle, het was zeer leuk om dit voor te bereiden.

Een prachtconcert in de kapel

Na de lunch vertrokken we naar de kapel voor ons concert. Ik was al direct onder de indruk van het interieur, en toen we gingen zingen was ik overdonderd door de geweldige akoestiek. Het was mooi om te zien hoe de zusters rustig binnen kwamen, het waren er ongeveer vijftien en bij een van hen was een man mee als begeleiding. Dit publiek reageerde superenthousiast op ons concert en zong af en toe ook met ons mee. Het lied Indische wiegeliedje Nina Bobo droegen we speciaal op aan zuster Reinaida, zij kwam ook naar voren om op het podium met ons mee te zingen. Dit vond ik bijzonder ontroerend.

Het hele concert verliep zeer geslaagd en was eigenlijk veel te snel voorbij. Aan het eind zong Thijn als bedankje voor de zusters het prachtige lied Vrede en alle goeds, waarna we met heel IntervOcaal mochten meezingen. Dit lukte me nauwelijks meer omdat de ontroering al volledig bij me was toegeslagen, dit zag ik ook bij de zusters en enkele andere leden van IntervOcaal. Na de dienst bleek dat enkele van de zusters in Tanzania waren geweest en dat ze Malaika kenden. Melvin en de leden die er nog waren werden terug geroepen en we zongen met zijn allen Malaika, wat een geweldige extra afsluiting was. Wat ben ik trots op ons koor dat we zo'n prachtig concert hebben neergezet in zo'n mooie omgeving!

Na het concert hadden we nog een nazit in de tuin van het klooster, waarna we afscheid van elkaar namen. Dit superweekend heeft ons prachtige herinneringen opgeleverd die we nog lang zullen koesteren. Zeer veel dank aan de organisatiecommissie voor het organiseren voor zo'n geweldig weekend en aan de zusters voor de geweldige ontvangst en verzorging!

Titia van Hooijdonk