

DE BIOGRAAF

Tips voor levenskunst

Je leven verfilmen: goed plannen is essentieel!

Terugblikken met ROB SCHOLTE:

'Ik zag één groot
donker gat met
uitkeringen en
dacht: dat nooit!'

Je autobiografie schrijven?
BEPAALEERST WAAROM!

WAT IS GELUK?
EEN MOGELIJK ANTWOORD OP
DE VRAAG DER VRAGEN

Rob Scholte werd op 1 juni 59 jaar

'Ik had ineens een heel andere geschiedenis!'

Zes jaar na de aanslag waarbij hij beide benen verloor sprak ik Rob Scholte voor Wintertijd. Momenteel is hij in het nieuws vanwege een conflict met de gemeente Den Helder die hem het pand waarin hij zijn museum en atelier heeft uit wil hebben. Toen ik hem ontmoette woonde en werkte hij in een gigantische loods in Amsterdam.

Vragen stellen was overbodig: Scholte vertelt aan één stuk door.

Mijn ouders draaiden vroeger Burt Bacharach, Anita Kerr, dat soort dingen. En ook veel cabaret, *Heerlijk duurt 't langst* en zo. Het eerste singeltje wat ik zelf kocht was The Supremes met *Love child*. En daarna *Mighty Joe* van Shocking Blue. Dat was half vanwege de borsten van Mariska Veres. Die had een ontzettend mooi image, en ook dat succes in Amerika, wat toch een heldendroom was.

Ik ben uit '58, dus aan het eind van de sixties was ik 12. Ik herinner me dat m'n vader The Beatles op tv zag en dat dat toen uit moest. Net als de eerste Barend Servet- en Fred Haché Shows, die moesten ook uit. Mijn ouders vonden dat er regels waren die nageleefd moesten worden.

Ik kwam van de Rietveld af en zag zo'n groot donker gat vol met uitkeringen en dacht: dat nooit! En over muziek wist ik één ding: dat je hard moest werken en veel moest sjouwen om de boel te organiseren. En mijn probleem was altijd dat ik de muziek nooit helemaal beheerste, wat nu wel mogelijk is met computers. Maar toen had ik het probleem: hoe kan ik iemand uitleggen als ik geen noten schrijf wat hij moet spelen? Nu heb ik total control, ik moet dictator kunnen zijn. Dat kan in de schilderkunst.

Ik heb vroeger gezongen in bands. Ik was wel een showman, op een podium kan ik wel een zaal bezighouden. Ik begon met drums. Maar dat was niet zo succesvol, want ik ben ritmisch gestoord. Maar ik hou heel erg van de beat, van het levensritme. Ik zag daar ook de enorme kracht van tijdens de punkmuziek.

Schilderkunst is eigenlijk maar een doetje vergeleken wat er allemaal mogelijk is met muziek. Het enthousiasme, het direct contact met mensen, dat mis ik met de schilderkunst wel. Daarin kan ik niet scoren, dat is niet waar de mooie meisjes naar toe gaan. Dat is een ontzettende lonely aangelegenheid. De meeste kunstenaars zijn onuitstaanbare, eenzame mensen. Met muziek is dat anders.

De veiligheidsspelden die de punkbeweging als identiteitsteken had werden op een gegeven moment verkocht bij de Bijenkorf. Zo wordt alles ingepakt. Dingen worden zo makkelijk onschadelijk gemaakt. Ik heb, ondanks dat ik muzikaal geen enkele



affiniteit met ze heb, een steeds grotere bewondering voor het maatschappelijke van de Sex Pistols gekregen. Er zit onheil in die muziek, het was wel echt de uitspraak van die tijd. Net zoals de Beatles op een bepaald moment. Tegen alles in. Buiten alle productiekwaliteit. Kijk, je kan produceren, produceren, platen verkopen, verkopen, maar uiteindelijk telt toch maar één ding, en dat is de oerkreet. Dat hadden de Sex Pistols door. Het was ontzettend wáár. Op mij heeft het heel veel indruk gemaakt. Ik ben zelf nooit punk geweest. Ik kwam in Amsterdam op de Rietveld Academie, met een jopper en geitenwollensokken en in een jaar tijd was ik verleid door vrouwen met tijgerpakjes en naaldhakken. Ik werd gewoon breed voor de leeuwinen gegooid, zeg maar.

Muziek is er altijd het eerst en dan alle andere kunstvormen, omdat muziek het basisritme vertelt. Daarna krijg je pas de beeldende kunst, dan de literatuur en veel later komt de film. Dans zit soms ook in het begin af en toe. Muziek is onmiddellijk, als je het niet aanhebt, is het er niet. Een schilderij kun je niet afzetten. Dat is ook het voordeel van een schilderij, dat je het een plek moet geven.

Als je zelf niet meer kan dansen omdat je lam geschoten bent, dan is misschien de oplossing wel om mensen te laten dansen. Ik had al vaste afspraken om op te gaan treden in clubs op Ibiza. Maar toen kwam die bom en toen was ik dus eventjes van slag af. En ik ben toen ook al m'n geld verloren, en had dus ineens een heel andere geschiedenis. Moest eerst opkrabbelen en ook aan mezelf wennen. Je wilt daar toch het liefste stáán, als zanger.

(Rob Scholte woont met zijn vrouw Lijsje en hun twee kinderen in het oude postkantoor van Den Helder. Kijk voor meer informatie op www.robscholtemuseum.nl)

De foto's van Rob zijn gemaakt door Heidi Borgart die ook mijn portretfoto's voor op mijn website en op social media maakte. Voor meer informatie: www.zakelijkefotograaf.nl

LEVENSVERRHALEN DEZE WEEK OP TELEVISIE

Ma 12-06

NPO2, 20.25 - Life, Animated. Documentaire over het jonge leven van Owen Suskind, een autistisch jongetje dat op zijn derde stopt met praten. Totdat zijn vader met hem gaat communiceren door middel van een Aladdin-pop.

Di 13-06

NPO2, 22.55 - Nothing is forgiven. Op 7 januari 2015 werd de wereld opgeschrikt door de bloedige aanslag op het Franse satirische weekblad Charlie Hebdo. Redactrice Zineb El Rhazoui ontsnapte; in deze docu een portret van deze activiste/journaliste uit Marokko.

Do 15-06

NPO2, 22.55 – Etgar Keret, een waargebeurde geschiedenis. De succesvolle Israëlische schrijver Etgar Keret bevecht zijn depressies door humoristische verhalen te schrijven. Doel is om niet net als zijn beste vriend zelfmoord te plegen.

Canvas, 22.55 – Beside Bowie: the Mick Ronson story. Portret van gitarist Mick Ronson, die jarenlang in de band van David Bowie speelde en ook werkte met legendes als Lou Reed en Bob Dylan. In 1993 overleed hij aan leverkanker.

NPO2, 00.00 - Bash-al Assad: the Master of Chaos. Documentaire over de Syrische president. Een zoektocht naar zijn achtergrond, zijn drijfveren en zijn doelen. Eerder uitgezonden in februari van dit jaar.





Ditisjeleven.nl

Jouw Verhaal als Film of Boek

Ditismijnblog - Aflevering 4

Wat is geluk? Stoïcijnse levenskunst wijst de weg

‘Dat noem ik nog eens geluk hebben.’ Als iemand dat zegt, bedoelt hij dat er toeval in het spel is, dat het lot heeft besloten om een duwtje in de rug te geven in plaats van de weg te versperren. Het impliceert dat geluk iets is dat van buitenaf op je pad komt. ‘Soms wou ik dat ik net iets vaker simpelweg gelukkig was.’ Gelukkig zijn is een gevoel dat het gevolg kan zijn van geluk hebben. Maar het kan ook van binnenuit, vanuit jezelf. En als dat kan, is dat dan niet ver te prefereren boven afhankelijk zijn van externe factoren? Natuurlijk. Maar hoe doe je dat?

In het vorig jaar verschenen boek ‘Stoïcijnse levenskunst: evenveel geluk als wijsheid’ stelt schrijfster en filosofe Miriam van Reijen (1946) onder meer de Vraag der Vragen: Wat is geluk? Ze onderscheidt geluk hebben en gelukkig zijn, en gaat eerst in op het eerste. ‘Hebben’ verwijst naar bezit, naar verworvenheden. Als ik een partner, een gezin, een huis, veel geld, die auto of die carrière heb, dan ben ik gelukkig. Wat er op dat wensenlijstje staat is voor iedereen anders. Van Reijen: “Dat heb je met jezelf afgesproken.”

IS DIT ALLES?

Het gevolg is dat het geluk in de toekomst ligt, dat het bereikt moet worden door de dingen, de zaken, de toestand die jou het geluk moeten brengen te verwerven. En dan zijn er twee mogelijkheden: het lukt of het lukt niet.

Niet? Dan ook niet gelukkig. Wel? Dan is het gevaar dat je niet gelukkiger wordt en erachter komt dat het ‘m daar niet in zat; dat komt maar al te vaak voor. ‘Is dit alles wat er is?’

En als het je wel duurzaam gelukkiger maakt, dan is er weer die angst om het te verliezen die de kop opsteekt. Zo is het altijd wat. Omdat je het geluk buiten jezelf legt, afhankelijk maakt van externe factoren.

Geluk hebben is dus niet de weg. Gelukkig zijn dan. Dat is een gevoel, een zijnstoestand. Van Reijen schrijft: ‘Ik hoor wel eens dat mensen zeggen: vroeger was ik gelukkig, maar dat besepte ik toen niet. Dan had je er dus niks aan.’ Ik vind dat wat kort door de bocht. In liedjes als ‘1948: Toen was geluk heel gewoon’ van Kees van Kooten en Wim de Bie en ‘Foto van vroeger’ van Rob de Nijs wordt prachtig beschreven hoe een zorgeloze jeugd eruit ziet. Destijds waren ze zich er niet van bewust dat dat gevoel, die situatie niet eeuwig zou voortduren. ‘Ik was een kind en wist niet beter dan dat dat nooit voorbij zou gaan,’ aldus Wim Sonneveld in ‘Het Dorp’. Maar dat wil niet zeggen dat ze er niets aan hebben gehad dat ze zo’n onbewust zorgeloze jeugd hebben genoten. Dat vormt je en dat maakt je juist bewust van het gegeven dat zorgeloosheid en afwezigheid van pijn, onrust en angst belangrijke voorwaarden zijn voor geluk.

**Zorgeloosheid
en de
afwezigheid van
pijn, onrust en
angst zijn
belangrijke
voorwaarden
voor geluk.**

ZONDER DALEN GEEN TOPPEN

Van Reijen vertelt dat de Griekse filosoof Epicurus (341 v.Chr. – 270 v.Chr.) ook tot die conclusie kwam: “De (levens)kunst is om te beseffen dat je geen pijn of angst hebt.” Er wordt gezegd dat om dat besef te helpen het nodig is om periodes te hebben dat je wel pijn of angst hebt. Zonder dalen geen toppen, dus. Van Reijen vindt dat onzin.

Er bestaan namelijk, zo beargumenteert ze, wel gradaties van pijn (beetje hoofdpijn, barstende koppijn), maar geen gradaties van géén pijn. (Beetje geen hoofdpijn, heel erg geen hoofdpijn). Je kunt prima van geen pijn hebben genieten zonder dat daar pijn aan vooraf gegaan is. Als je het je maar bewust bent. 'Er is altijd wel iets waar je blij om kunt zijn,' schrijft ze.

Ik zou 'blij' willen vervangen door 'dankbaar'. Daar zit 'm mijns inziens de crux: wees dankbaar voor wat er allemaal is. Gratis zuurstof en zonlicht bijvoorbeeld. Dat tomeloze klagen terwijl we in een van de meest welvarende, democratische en vrije landen ter wereld leven met ook nog eens een zeer aangenaam klimaat. De enige die we uiteindelijk te grazen nemen met onze verontwaardiging en boosheid zijn we zelf. Als je in een file belandt kun je je gaan zitten opvreten, maar je kunt ook de mooiste muziek opzetten en daar intens van genieten. De keuze is elk moment van je leven aan jezelf. Het is niet wat je overkomt, maar hoe je erop reageert wat maakt dat je wel of niet gelukkig bent. En als je van nature zo in het leven staat, dan heb je geluk!

Tips voor het schrijven van je levensverhaal



VRAAG JEZELF EERST AF:

WAAROM SCHRIJF JE JE AUTOBIOGRAFIE?

In de afgelopen maanden heb ik me in het kader van de oprichting van Ditisjeleven.nl verdiept in het opzetten van een nieuwe business. Alle coaches en alle handboeken zijn het over één ding eens: bepaal eerst waarom je doet wat je doet. Waarom dat belangrijk is lees je in de klassieker van Simon Sinek luidt: Start with why. Ik denk dat het belang van het why voor elk project geldt. Ook voor het schrijven van je levensverhaal...

“Waarom doen we wat we doen? Leren om deze vragen te stellen kan de geheimen van inspirerend zakendoen ontgrendelen,” aldus de beschrijving van Start with why. Je waarom is de brandstof voor je bevologenheid en inspiratie. Het geeft je vleugels in wat je onderneemt. Niet alleen zakelijk, maar ook persoonlijk. En wat is er persoonlijker dan je autobiografie? Om je te helpen vaststellen wat jouw waarom is, deze week een lijstje met veel voorkomende redenen om je levensverhaal op te schrijven.

- Je staat voor een belangrijke, misschien wel levensveranderende beslissing.
- Je ziet dat je (klein)kinderen met dezelfde zaken als jijzelf vroeger worden geconfronteerd, en je wilt ze graag mijn levenslessen doorgeven.”
- Je hebt schriften en dagboeken vol anekdotes en verhalen en je hebt het gevoel dat je er iets mee moet doen.
- Je hebt ontdekt dat jouw persoonlijke geschiedenis kan helpen om jezelf en anderen meer succes te brengen, maar je zoekt een manier waarop.
- Je hoofd voelt als een zolder vol spullen die je heel graag eens lekker wil opruimen, maar je weet niet waar je moet beginnen.
- Je wilt de balans van je leven opmaken
- Je wilt een verschil maken in de wereld
- Je wilt je beter voelen over jezelf, trots ervaren op je verworvenheden
- Je wilt je bewuster worden van je identiteit, van wie je bent
- Je bent op zoek naar meer zingeving en/of verdieping in je leven
- Je hebt moeite met de oppervlakkigheid van onze maatschappij
- Je hebt het gevoel dat gesprekken nooit over echte gevoelens gaan, over waar het echt om draait in het leven
- Je bent bang dat je een paar jaar na je dood grotendeels vergeten bent, dat niemand meer weet hoe je was, hoe je praatte, waar je voor stond, waar je in geloofde.
- Je hebt een zware periode achter de rug die je (symbolisch) af wilt sluiten
- Je hebt moeite met hoe de wereld verandert en je wilt een uitgebreid beeld schetsen van een tijd die nooit meer terugkomt
- Je houdt enorm van schrijven en er is geen onderwerp dat dichterbij je ligt dan je eigen levensverhaal

Het maakt op zich niet uit welke reden voor jou van toepassing is, als je maar bewust bent van het waarom van je boek. Dat zal je enorm helpen, want dat is de fundering van de hele onderneming.



Ditisjeleven.nl

Jouw Verhaal als Film of Boek



Zo maak je (auto)biografische video's

STAP 1: PREPRODUCTIE

Als je een nieuwe keuken of badkamer wilt dan is een zorgvuldige planning essentieel. Eerst tegelen en dan pas sleuven voor de electra in de muur maken bijvoorbeeld is niet ideaal. Hetzelfde geldt voor het maken van een film of tv-programma: een strakke, realistische planning bespaart je veel verspilde tijd en (dus) onnodige uitgaven.

In de vorige Biograaf gaf ik je een stappenplan voor het maken van een film over je leven. De eerste stap is Preproductie: **begroting, voorbereiding en planning**. Als je budget hebt om twee dagen een cameraploeg in te huren, dan wil je uit die twee dagen het maximale rendement halen. In je voorbereiding, die deels ook aan Stap 1 vooraf gaat (zie De Biograaf nr 1), bepaal je wat je wilt filmen, wie je wilt interviewen en waar je dat wilt doen. Het ligt voor de hand dat als je twee interviews in Alkmaar en twee in Culemborg wilt draaien dat je niet op dag 1 één interview in Alkmaar en één in Culemborg plant en op dag 2... nou ja, je begrijpt het. Dus je begint met het checken van de beschikbaarheid van de mensen die je wilt interviewen en plant het zo gunstig mogelijk.

Mijn voorkeur is om mensen thuis te interviewen. Ze voelen zich daar het meest op hun gemak en de eigen omgeving zegt ook iets over degene die je interviewt. Bovendien zijn indien nodig foto's en andere memorabilia binnen handbereik, dan kun je daar ook meteen shots van maken. Als iemand om wat voor reden dan ook niet thuis gefilmd wil worden, moet je op zoek naar een alternatieve locatie. Dat kan buiten, natuurlijk licht is het mooist, maar dan moet het weer wel gunstig zijn. Daarnaast wil je ook zo weinig mogelijk last hebben van verkeersgeruis, vliegtuigen, kindergeschreeuw, bladblazers of andere herriemakers. Binnen is dus veiliger en rustiger.

Maar waar ga je dan zitten? Misschien kan het op het werk van de geïnterviewde, en anders is een horecagelegenheid een optie. Mijn ervaring is dat de meeste eigenaren van HOTels, RESTaurants en CAFé's geen moeite hebben en het zelfs leuk vinden als je hun zaak uitkiest als decor. Dat moet je dan wel van tevoren regelen; als je op de dag zelf aan komt zetten met je gast en je cameraploeg wil je zeker weten dat je er terecht kan. Vaak hebben ze als je vooruit gebeld hebt of langsgesgaan bent zelfs een gunstig hoekje voor je klaargezet waar je rustig een interview kan doen.

Dat langsgaan in plaats van alleen bellen is overigens wel aan te raden. Ik heb in de jaren 2007-2010 een stuk of honderd interviewtjes opgenomen met een financieel adviseur op evenzoveel verschillende locaties en ik ging altijd van tevoren kijken om niet op de draaidag zelf voor verrassingen komen te staan. Er zal maar net vlakbij een verbouwing plaatsvinden die met een hoop herrie gepaard gaat. Of ze hebben zo'n fantastische superdeluxe koffiezetter met stoompijpje die elke twee minuten een door merg en been gaand gesis produceert. De meeste mensen die je aan de telefoon hebt denken daar niet over na.

Wil je met je hoofdpersoon gaan filmen op plekken uit zijn leven (geboortehuis, school, oude buurt etc), dan geldt uiteraard hetzelfde: ga eerst kijken zodat je niet voor verrassingen komt te staan. Op dit soort plekken hoeft het niet stil te zijn, maar toen ik onlangs met mijn cameraman bij mijn lagere school uit de auto stapte had ik meteen een conciërge in mijn nek. Het filmen van kinderen ligt anno 2017 een stuk gevoeliger dan in mijn jeugd, gek genoeg. We hebben het uitgelegd en hij vond het prima, maar beter is om dat van tevoren te doen.

Maak kortom een zo gunstig mogelijk schema, regel dat alles strak is voorbereid en iedereen en alles klaarstaat. Houd rekening met mogelijke files in je reistijd! Zorg ook dat je voldoende tijd inplant om een mooi camerastandpunt te kiezen en op te bouwen, om de geïnterviewde te zenderen en eventueel wat extra licht neer te zetten, en om snijshots te maken. Reken uit wat het kost qua kilometers en drankjes en lunches en neem dat mee in je begroting. Plan in wanneer je het filmmateriaal gaat terugkijken en een opzet voor de montage gaat maken en boek dan meteen je editor als je niet monteert. O, en eerst filmen en dan pas monteren hè! Eerst de electricien, dan de tegelzetter. 💎💎

Volgende keer: STAP 2 - RESEARCH

Als je dit hebt....



...en je wilt dit...



... dan kan ik je helpen!



Ditisjeleven.nl

Jouw Verhaal als Film of Boek