

Column Sleutelstad

28 februari – Frisson

Ken je dat, dat je een sterke lichamelijke of emotionele reactie krijgt van kunstbeleving? Dat heeft een naam én wetenschappelijke onderbouwing. Het heet *Frisson*, is afgeleid van het Franse "rilling" of "kippenvel" en is als het ware een "huidorgasme" die fungeert als een fysieke, emotionele en neurologische reactie op krachtige muziek of andere kunstbeleving, waardoor een dopamine-afgifte in het beloningssysteem van de hersenen wordt geactiveerd. Het treedt op wanneer de hersenen verrast of diep ontroerd zijn.

Ik hoor mijn naam en kijk op, ik loop achter mijn huisarts aan de trap op. Elke drie maanden zet zij één testosteron-prik in één bil en één Lucrin-prik in mijn andere bil, deze laatste is om de werking van mijn eierstokken stop te zetten. Vandaag verras ik haar met mijn nieuwe tatoeages. Ik zeg met een knipoog dat ik ze voor haar heb laten zetten, om het prik-proces wat op te leuken. Op de plek van de testosteron-prik een grote vlinder met bloemen eromheen en op de plek van de Lucrin een vlinder met ingeklapte vleugels die nog vastzit aan het cocon. Ik hou eigenlijk niet van vlinder-tatoeages, ik vind vlinders cliché, ze doen me denken aan dat super cringe liedje van Crazytown, *come my lady, come come my lady you're my butterfly, sugar, baby*. Maar de symboliek was te kloppend om daar niet op in te gaan en 9 uur lang door een Letse tatoeëerder in mij te laten snijden met minuscule mesjes terwijl de zwarte inkt mijn huid in werd geduwd. En om het cliché af te maken zijn die vlinders op mijn billen de visualisering van mijn coming-out-reis als trans man. Verfrommeld in mijn cocon zittend, wachtend, vervolgens mijn vleugels uitslaand zonder oefening en daardoor meermaals vallend op harde tegels om terneergeslagen de cocon terug in te keren - vergelijkend met na een nacht feesten op de bank kruipend onder een deken, stinkend naar rook en met vette haren - om de volgende dag met mijn queer joy in het zonlicht te laten stralen; en dit in een herhalende reeks maand na maand jaar na jaar. Transitie is geen rechte lijn omhoog. Je moet tegen een stootje kunnen.

Mijn tatoeëerder heette Aivis. Met hem heb ik 8 van de 9 uur, op zijn werkbank liggend, muziek geluisterd en over muziek gepraat en misschien is het de dopamine die daarvan loskwam dat ik de pijn zo goed kon doorstaan. Althans dat vond Aivis, hij was echt impressed over mijn pijngrens en ik kan je vertellen dat is nogal een compliment onder ons oostblokkers, we zijn er trots op dat we alles aankunnen.

Voordat de huisarts mij riep, zat ik tien minuten in de wachtkamer. Het was er rustig zo 's ochtends vroeg. Ik ben hier precies elke drie maanden en altijd om 08.40 uur. Maar het is voor het eerst dat ik muziek hoor in de wachtruimte. Is het nieuw dat ze muziek op hebben staan of heb ik het nog nooit gehoord? Er word klassieke muziek afgespeeld, ik zoek met mijn blik maar kan niet zien waar de speakers staan. Het staat niet heel zacht ook en het klinkt ook niet als random *elevator music*, het prikkelt mij om beter te luisteren. Ik hoor een heel strijkorkest. Met heel veel passie en opgetogenheid opgevoerd. Wow. Ok. Kippenvel. Ik vraag mijn telefoon van wie deze muziek is. Het antwoord: Jevgeni Svetnalov. Een Russische dirigent die blijkbaar ook vaak in Nederland heeft gewerkt, onder andere bij het Amsterdams Philharmonisch Orkest en het Residentie Orkest in Den Haag. Hij dirigeerde vaak zonder baton en naarmate hij ouder werd begonnen zijn handen te trillen en werden zijn dirigeerbewegingen steeds geringer. Het feit dat hij zo vaak in het buitenland werkte maakte hem op een gegeven moment een verrader in de ogen van Vladimir Putin en hij werd in het jaar 2000 ontslagen als dirigent van het orkest van de Russische Federatie. Twee jaar later overleed hij. En ik verzin: aan uitputting omdat we alles aankunnen maar niet als de muziek stopt, niet als kunst stopt.

Altijd bij het wegfietsen elke drie maanden voel ik de pijn van de prikken de eerste keer dat mijn achterwerk mijn zadel raakt. Ik ben een beetje verstrooid terwijl ik door Leiden fiets. Ik fiets maar zie niks. Ik fiets door mijn eigen hoofd. In mijn theater is de zoveelste Gen-Z collega aan een burn-out uitgevallen: de grootste slachtoffers van 20 jaar uitholling, privatisering en kapitalisering van zorg, woningmarkt, eco-systeem, humanitaire opvang, cultuur, openbaar vervoer en - met een duwtje van miljardairs die verdienen op digitalisering in de rug - ook de uitholling van het lichaam, gemeenschapsdenken en beschikking over de eigen geest en spiritualiteit. *Oh Jonny why so dark!* Because it is dark en het vervuult en vermoeit mijn eeuwig optimistische activistische hart soms om maar staande te blijven, mensen te zien omvallen en hun last op mijn rug te leggen ondanks de kilo's die ik er zelf op heb liggen, want ja wij oostblokkers kunnen alles aan, toch?! Ik trap langzaam mijn fiets vooruit, ik fantaseer dat ik een hoger factuur mag uitschrijven deze maand en misschien voor het eerst in mijn leven een nieuwe fiets koop, zo'n lichte die bijna over het asfalt zweeft met zachte handvaten want mijn handvaten zijn keihard, ze komen uit de jaren '70 omdat de pret in de ogen van mijn anarchistische vriend die fietsenmaker is en die voor mij deze fiets heeft samengesteld mij meer waard was dan luxe.

Ik maak een harde stop. Ik zucht. Geen zin meer. Ik staar even voor me uit terwijl een fietser achter mij haar bel rinkelt. Ik trek met één hand de hoofdtelefoon die om mijn nek hangt over mijn oren en pak mijn telefoon. Ik tik op Spotify. Daar staat ie al bovenaan. De man waar ik, samen met iedereen in de wereld volgens mij sinds de Golden Globes en Superbowl, al drie weken non-stop naar luister: Benito Antonio Martínez Ocasio alias: Bad Bunny. Deze latijnse trap & reggaeton staat letterlijk 5 tellen aan en ik ben instant gelukkig. En daar, precies daar krijg ik mijn ingeving. En niet rationeel, maar in mijn lichaam voel ik het, in mijn middenrif en in mijn haartjes die omhoog staan op mijn huid, *frisson*. De kunst waar ik zo voor strijd omdat het allesveranderend is, is ook allesveranderend voor mij, in alle strijd, in alle turbulentie, in alles wat ik vind dat ik moet kunnen dragen voor de kunst, voor mezelf en de wereld *kán* ik dragen vanwége diezelfde kunst. Het is zowel mijn motor, mijn benzine, de spierkracht die de trappers van mijn fiets doen bewegen als het karkas van het vervoersmiddel zelf dat ik vooruit moet slepen. En de wetenschap bevestigt dat. Onderzoek bevestigt dat kunst ons beloningssysteem activeert, emotionele netwerken verbindt en ons zenuwstelsel kalibreert, ze geeft ons dus niet alleen perspectief, maar ook de neurobiologische energie om vol te houden. *Voy cazando y muero perreando*. Ik jaag en ik ga sterven terwijl ik dans, aldus Bad Bunny.