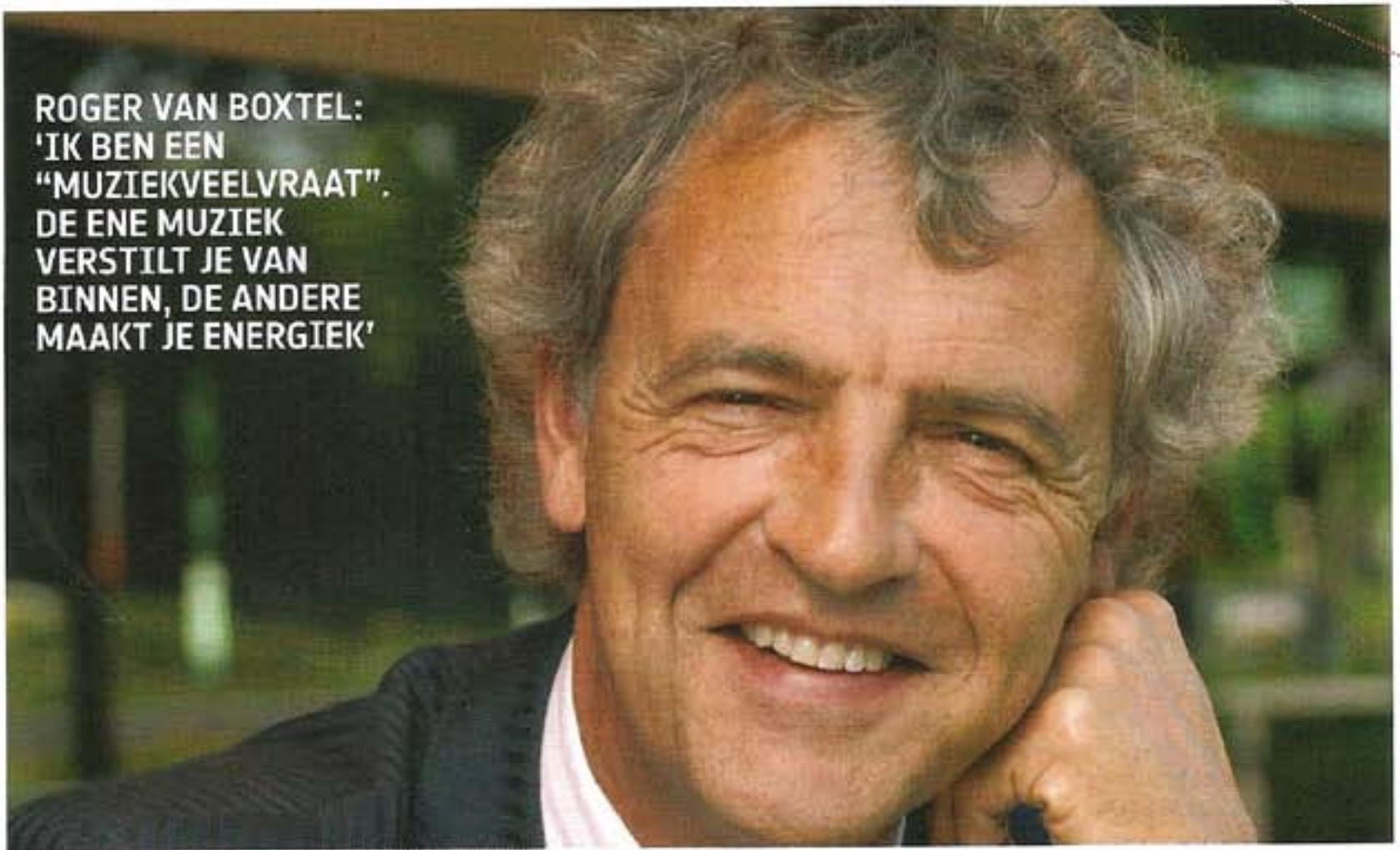


Muziek kan je **intens**

Je zit in de auto, de zon schijnt en op de radio klinkt de muziek die bij je stemming past. Je voelt je intens gelukkig. Muziek kan emoties oproepen. Dat weten ook Roger van Boxtel en Simon Reinink. *Door Gizella Komondy*

**ROGER VAN BOXTEL:
'IK BEN EEN
"MUZIEKVEELVRAAT".
DE ENE MUZIEK
VERSTILT JE VAN
BINNEN, DE ANDERE
MAAKT JE ENERGIEK'**



Roger van Boxtel, voorzitter van de Raad van Bestuur van Menzis, weet dat beleving van cultuur een gevoel van welbevinden en geluk bevordert. "Dat is van groot belang voor onze gezondheid en mede daarom is Menzis hoofdsponsor van Het Zondagochtend Concert." Voor Van Boxtel zelf zorgde Dire Straits voor het ultieme gevoel van geluk toen hij begin jaren tachtig met zijn vrouw op vakantie was in Indonesië. "Het is grappig hoe je een beeld en bepaalde muziek voor altijd met elkaar associ-

eert. We maakten een tocht door de groene rijstvelden van Bali. Het was prachtig daar, het groene landschap met mooie, soms donkere lichten. De chauffeur had 'Water of Love' op staan, een nummer van de eerste elpee van Dire Straits. Die muziek zal bij mij voor altijd het beeld van groene rijstvelden oproepen."

Dire Straits hoort nog steeds tot de favorieten van Van Boxtel, maar er zijn meer bijzondere muziekmomenten

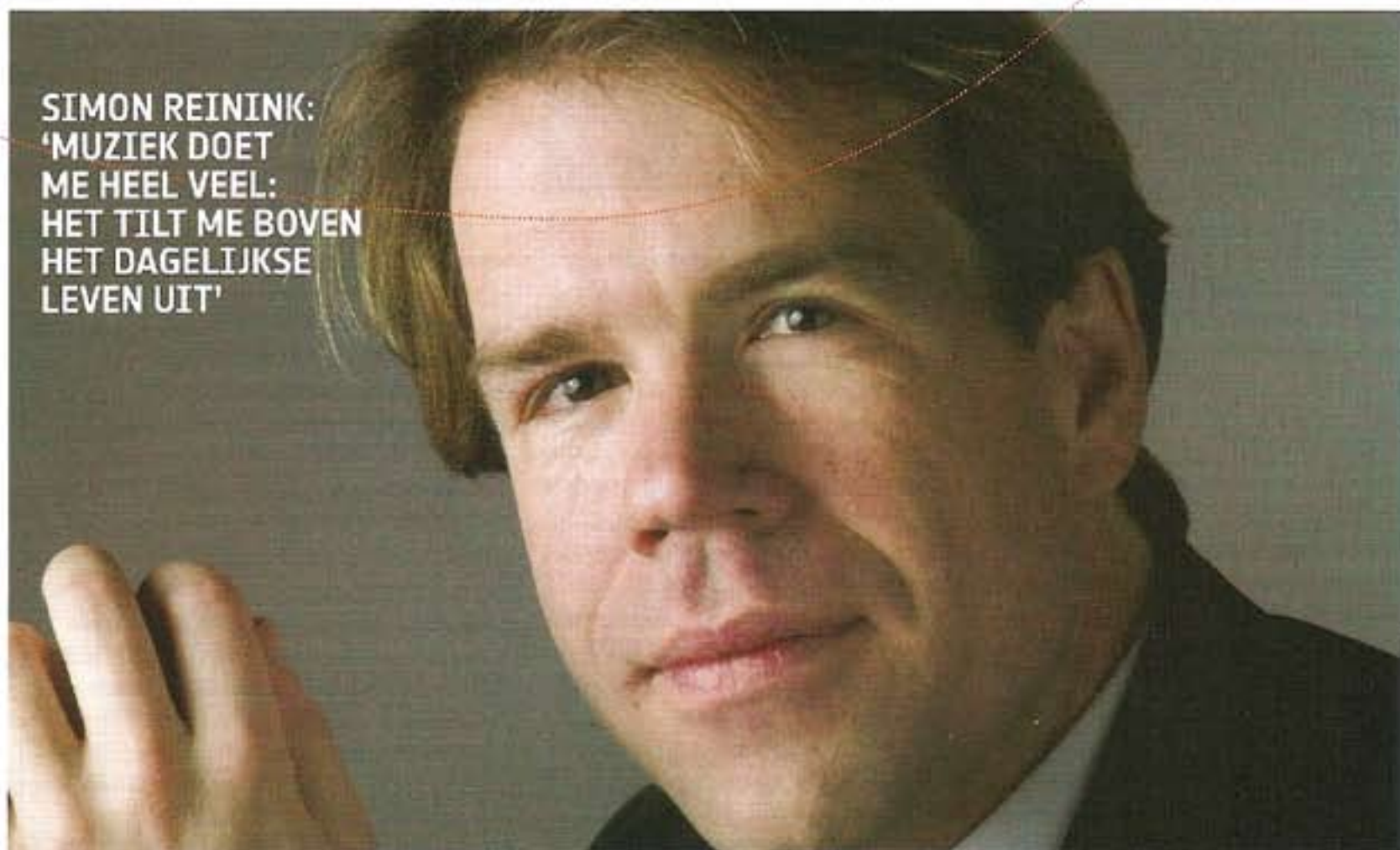
waarvan hij kan genieten. "Ik ben een 'muziekveelvraat' en de ene muzieksoort verstilt je van binnen en geeft rust en de andere maakt je vrolijk en energiek."

's Ochtends klassiek, 's middags de Ajaxmars

Als minister beluisterde Roger van Boxtel (1998-2002) elk jaar met het hele kabinet de Matthäuspassion van Bach in Naarden. "Absoluut prachtig. Het bekende lijdens- en stervensverhaal

gelukkig *maken*

**SIMON REININK:
'MUZIEK DOET
ME HEEL VEEL:
HET TILT ME BOVEN
HET DAGELIJKSE
LEVEN UIT'**



van Jezus dat tot een tragisch hoogtepunt leidt, verteld door Bach middels muziek, dat dwingt tot bezinning. Of je nu katholiek, protestant, humanist of moslim bent, de Matthäuspassion heeft altijd een enorme impact."

Van Boxtel gaat geregeld naar live concerten van bijvoorbeeld Bob Dylan, Willie Nelson en The Cowboy Junkies in Paradiso. Maar een klassiek concert beluisteren in Het Concertgebouw in Amsterdam is voor hem ook een feestje. "Het gebouw met die prachtige akoes-

tiek en de sfeer van mensen die daar op hun gemak komen luisteren naar mooie muziek, dat zorgt voor een intense beleving."

De vraag waar hij blijer van wordt: de Ajaxmars of het Vierde Pianoconcert van Beethoven op zondagochtend in het Amsterdamse Concertgebouw, vindt hij een gewetensvraag. "Ik ga vanaf mijn 8ste naar het Ajaxstadion. Mijn hart gaat sneller kloppen van het clublied. Ook dat is geluk. Eigenlijk is de combinatie het mooist: zondagochtend een

klassiek concert in het Concertgebouw en 's middags de Ajaxmars zingen met 50.000 andere fans in de Arena."

Magische ervaring

Simon Reinink, algemeen directeur van het Concertgebouw in Amsterdam, weet nog precies welke muziekkuitvoering een eerste, onuitwisbare indruk op hem heeft gemaakt. "Het is weliswaar moeilijk kiezen, want ik heb in mijn leven al zoveel moois mogen horen, maar één uitvoering weet ik nog heel goed. >

Zondagochtend Concert met korting

Wilt u een concert in het Concertgebouw van Amsterdam beluisteren? En wilt u ervaren wat Simon Reinink bedoelt met het 'live element' van een concert? Dat kan! Muziek maakt emoties los en mede daarom heeft Menzis besloten om hoofdsponsor te worden van het Zondagochtend Concert. Speciaal voor zijn klanten heeft Menzis een aantal concerten uitgezocht, waar u het komende seizoen met korting naar toe kunt. Wilt u op de hoogte blijven van speciale klantvoordelen en ander nieuws van Menzis, geeft u zich dan op voor de maandelijkse digitale nieuwsbrief. Dat kan via: www.menzis.nl.

Menzis.fm!

Muziek beïnvloedt ons welzijn. Hierover heeft Menzis het eenmalige praatprogramma Menzis.fm opgenomen, gepresenteerd door Hadassah de Boer. Gasten aan tafel zijn Agnes Jongerius van de FNV, oud-minister Cees Veerman van Natuurmonumenten, arts/wetenschapper Ivan Wolffers en Roger van Boxtel van Menzis. Zij geven hun inspirerende visie op het thema welzijn. Ga naar www.menzis.nl/jaarverslag en beluister de uitzending. Ook kunt u hier fantastische prijzen winnen!



Het was de Eerste Symfonie van Mahler, uitgevoerd door het Koninklijk Concertgebouworkest onder leiding van Leonard Bernstein, in de Grote Zaal van het Concertgebouw. Ik had deze symfonie van Mahler nog niet eerder gehoord, en dan zo'n uitvoering! Dat was een magische ervaring."

Het ligt voor de hand dat een directeur van een Concertgebouw van klassieke muziek houdt, maar er zijn meer soorten muziek die Simon Reinink blij en gelukkig maken. "Ik ben natuurlijk op dat gebied een zeer bevoorrecht mens, want ik maak elke week drie of vier concerten mee, variërend van klassiek, jazz tot wereldmuziek. Muziek doet me heel veel: het tilt me boven het dagelijkse leven uit. Een concert meemaken in een van de drie beste zalen ter wereld qua akoestiek en ambiance, is totaal onvergelijkbaar met thuis een cd beluisteren. In een concertzaal ervaar je het live element: je maakt onderdeel uit van de muziek."

Vriendschap en muziek

Reinink speelt zelf gitaar en treedt af en toe op met een ensemble dat Hongaarse zigeunermuziek speelt en uit een club van zes vrienden bestaat. Muziek maken ervaart hij heel anders dan muziek beluisteren. "Als artiest ben je leidend en probeer je het publiek te vervoeren. Je wilt de mensen in een bepaalde gemoedstoestand brengen. Muziek maken met zo'n hechte vriendenclub is ook

ontzettend leuk. Je vriendschap is voor een belangrijk deel op de muziek gebaseerd. Het versterkt elkaar."

Reinink vindt musiceren geweldig, maar een topuitvoering bijwonen is wel van een andere orde. Dan staat de tijd even stil...

Muziek is óók gezond

Hoogleraar en neuroloog Oliver Sacks beschrijft in zijn boek 'Musicophilia' dat mensen met ziektes als Parkinson, Alzheimer en andere neurologische aandoeningen een heilzame werking van muziek ondervinden. Menzis gelooft ook dat muziek goed is voor het welbevinden en even belangrijk is als goede voeding en genoeg beweging. Sacks geeft met zijn onderzoek deze visie een wetenschappelijke onderbouwing.

Ook Roger van Boxtel is overtuigd van de positieve invloed van muziek op de gezondheid. "Het onderzoek van Oliver Sacks is fascinerend. We weten nog maar weinig over de werking van de hersenen en op welke manier muziek de gezondheid precies beïnvloedt, maar dát het zo is, geloof ik absoluut. Enkele maanden geleden stond bijvoorbeeld een artikel in de krant over onderzoek naar mensen die een hersenbloeding hadden gehad. De patiënten die muziektherapie kregen, herstelden sneller dan patiënten die dat niet kregen. Verder zijn er voorbeelden bekend van de positieve invloed van muziek van Mozart op kinderen met ADHD."