

Wees aandachtig

– Thomas en Susan Ockerse

Eeuwen lang is er gezegd: ken uzelf! Nu horen we: wees aandachtig! Als het zo simpel is, waarom hebben we het daar dan zo moeilijk mee?



Aandacht betekent totale betrokkenheid, zoals Krishnamurti onophoudelijk heeft benadrukt. Voor een groot aantal mensen is dat te veel gevraagd, omdat het betekent met heel je wezen in het heden te leven. Pieter Bruegel de Oudere toonde de conditie waarin we verkeren in een van zijn schilderijen, waarop te zien is dat Ikarus in zee valt. William Carlos Williams heeft dit tafereel treffend beschreven in zijn gedicht 'Landschap met de val van Ikarus':

*Volgens Bruegel was het lente toen Ikarus
viel, een boer ploegde zijn veld;
Alle landwerkers van dat jaar bevonden zich
aan de rand van de zee,
Wakker en opgewonden, op zichzelf betrok-
ken, zwetend in de zon
Die de was op zijn vleugels deed smelten.
Niet ver uit de kust klonk een plons,
Onopgemerkt. En Ikarus verdronk.
Niemand is gewaar wat er gebeurt; ze worden
allemaal in beslag genomen door hun eigen
kleine wereldje, zonder uitzicht op het grotere
geheel.*

De sleutel is conditionering. Wij hebben door onze voorkeur en afkeer, opleiding, familie, leefgemeenschap en cultuur, gewoonten in ons gedrag gevormd. Deze patronen houden ons denken af van een open visie, een heldere waarneming die in staat is om alles wat nieuw is te zien en te



Landschap met de val van Ikarus, 1558,
Pieter Bruegel

aanvaarden. Wij moeten dit probleem van de waarneming onder ogen zien en heel aandachtig zijn als wij onszelf willen kennen: waar we ons bewust van zijn en hoe we reageren, komt voort uit conditionering. In het boek van Dora van Gelder Kunz, *The Personal Aura*, toont iedere afbeelding van de menselijke aura aan de onderkant een donkere plek. Dit verbeeldt volgens haar de ‘modder’ die de gewoonten of patronen in ons gedrag vertegenwoordigt die we in onze huidige persoonlijkheid hebben laten uitkristalliseren. Op het moment dat we een bepaald gedragspatroon, of manier van reageren, denken te hebben overwonnen, drukt er iemand op die oude knop, wordt die modder plotseling weer losgewoeld en kunnen we niet meer helder waarnemen. Alleen als de conditionering verdwenen is, verliest die knop zijn invloed. Als wij niet beseffen dat we geconditioneerd zijn, of geen begrip hebben van onze manier van waarnemen, kunnen we niet hopen veel te bereiken.

Visuele taal (of systeem) is een krachtig medium voor de waarneming. De volgende nieuwsfoto illustreert dit. Oppervlakkig bekeken zien we de interactie van een man tegenover een groep anderen. Wij zouden deze mannen zelfs als politici kunnen herkennen. Kijken we aandachtiger, dan zien we de macht van de grotere groep tegenover die ene persoon, Arafat. Door hun aantal en omvang lijken zij zich onmiskenbaar aan Arafat op te dringen. Arafat

wekt de indruk zich, door leunen en duwen, tegen de macht van deze groep te verzetten. De voorste persoon reageert hierop en leunt enigszins achterover. De kracht hiervan op haar beurt wordt door de anderen achter hem ondervonden, maar heeft nog niet de laatste, naar voren leunende persoon bereikt. De hier optredende energieën worden verder versterkt door kleinere vormen en structuren in de compositie (kijk naar de schoenen, en de lijnen in de kleding). Terwijl we deze mannen herkennen als politici, die opgaan in een krachtig debat en politieke manipulatie, lijkt de visuele dynamiek van de afbeelding veel over de toestand van hun geest te onthullen.

Aristoteles zei dat ‘de oorzaak van het genoegens dat wordt beleefd door naar de afbeelding te kijken, gelegen is in het feit dat men op hetzelfde moment leert — de betekenis der dingen vergaart’. In een gesprek heeft Radha Burnier gezegd dat *filosofie, wetenschap en religie wegen naar de waarheid waren, maar dat kunst een uitdrukking was van de directe ervaring van waarheid*. Wij moeten onthouden dat de Waarheid ons allen slechts in flarden bereikt. Om conditionering te kunnen begrijpen, moeten we naar enkele onderdelen ervan kijken: gezichtspunt, waarneming, projectie, verwachting, context, kader en onderlinge verhouding.



Nieuwsfoto met rechts Yasser Arafat.

We lezen over waarneming en onderlinge verhouding in de theosofische literatuur, en Krishnamurti spreekt er in de meeste van zijn toespraken over, maar velen onder ons houden deze ideeën op een intellectueel niveau. Wij passen ze niet toe in ons dagelijkse leven. Ons wordt verteld dat wij in meditatie ons denken moeten gadeslaan, zien hoe groot de rol is die het in ons leven speelt, hoe het de regie overneemt als wij het niet gebruiken. Maar we vergeten hoe het denken ons beperkt zodra we niet meer mediteren. Wij zijn, volgens Krishnamurti, al millennia lang geconditioneerd.

Onze waarneming van de manier waarop wij ons verhouden tot de omringende wereld is geworteld in de manier waarop wij naar de dingen kijken. Deze kan heel bekrompen zijn, of juist heel ruim, een wereldvisie wellicht. Zij wordt ruimer wanneer wij iets proberen te bekijken vanuit het standpunt van een ander. Wij kunnen dit incorporeren in onze manier van beschouwen. Het heeft echter niets te maken met ideeën die kunnen worden verwisseld. Onze manier van beschouwen is de essentie van onze individualiteit, ons unieke punt of centrum in die cirkel waarvan het midden overal is en waarvan de omtrek nergens is.

Onze manier van beschouwen is de essentie van onze individualiteit, ons unieke punt of centrum in die cirkel waarvan het midden overal is en waarvan de omtrek nergens is.

Gedurende de vele eeuwen van onze pelgrimstocht heeft onze manier van zien bagage of conditionering vergaard. De meesten van ons zijn zich dat niet eens bewust. In Eugène Ionesco's *Man With Bags* [*Présent passéé, passéé présent* (?) vert.], een tamelijk surrealistisch toneelstuk, zien we een man op reis die moeite heeft met zijn tassen, terwijl hij zich

beweegt door de indrukken van zijn verleden vermengd met het heden. Aan het slot van het stuk verplaatst het beeld zich van die ene man en ziet de toeschouwer dat alle personages in het stuk met tassen rondlopen. Een bijzonder effectieve metafoor! Onze bagage beïnvloedt onze waarneming. Waar we zijn geweest, wat we hebben gedaan, al onze ervaringen omringen ons. Wij moeten door dit alles heen kijken. Kunnen we naar een boom kijken en daadwerkelijk de boom zien, of zien we alleen wat zich allemaal over de boom in ons denken bevindt? Bij waarneming horen projectie en verwachting. Hoe vaak hebben we niet gezegd dat die of die alleen maar hoort wat hij wil horen? Of wij projecteren wie wij zijn op anderen. In de film *Fairytale*, zegt Houdini (de magiër): *Probeer nooit kinderen te bedriegen — zij verwachten niets en daarom zien zij alles.*

Wanneer wij op de omringende wereld reageren, ervan uitgaande dat wij er los van staan, moeten we er ook aan denken hoe informatie wordt verpakt: gekaderd of in context. Het punt van overeenkomst tussen deze twee ligt in verwantschap. Niets staat helemaal op zichzelf. De context is de achtergrond waartegen we iets vinden, kadreeren betekent het uit zijn oorspronkelijke context halen en het in een nieuwe plaatsen. Wallace Stevens schreef een gedicht dat een verandering van context illustreert:

*Ik zette een pot van klei in Tennessee, en
hij was rond, op de top van een heuvel
Hij deed de slonzige wildernis deze heuvel
omgeven
De wildernis rees er tegenop, en spreidde zich
alom uit, niet langer wild
De pot van klei stond op de grond, rond en
hoog, als een schoorsteen in de hemel,
Heersend over alles en allemaal,
Grijs en kaal, gelek de pot van klei noch
kraai noch kreupelhout
Als geen ander ding in Tennessee.*

Wij moeten ons bewust zijn van verwantschappen, want zij veranderen elk

moment. Dit is de poëzie van het leven. In een boek over Koreaanse kunstvoorwerpen zegt O-Yung Lee over het Koreaanse volk:

Wij zijn de poëzie kwijt van het zien van het object als deel van een constellatie van vele verhalen, van het zien van deze objecten samen als een boek met zoveel geschiedenissen. De dingen waarmee zij (in het verleden...) zich omringden, waren, meer dan gebruiksvoorwerpen, de uitdrukking van wat zij in het leven waarnamen en wat zij van het leven dachten. Hij die hierin iets vindt ... is de enkeling... die door de poëzie der objecten heeft leren onderscheiden. Zoals wij verwantschappen ervaren, zo is ons begrip van de wereld. Er zijn geen grenzen aan de interpretatie, alleen aan de degene die interpreteert. Interpretatie is wat wij elk moment van ons leven doen, ... betekenissen vergarend, in een poging te leren begrijpen.

Bij een poging om dit proces in de arena der kunsten te leren begrijpen, merken we dat er meer gebeurt dan datgene waarvan de kunstenaar zich bewust is. Het is voor de kunstenaar niet noodzakelijk om het werk alleen maar bewust vast te leggen in ideeën en cijfers. Het interpreteren van kunst is niet slechts een proces met terugwerkende kracht waarin degene die interpreteert probeert te ontcijferen wat door de kunstenaar is becijferd. Gezien het feit dat een kunstwerk een manifestatie is van een gevarieerde verzameling van emoties van de kunstenaar, is het zinnig om te stellen dat het effect ervan op de toeschouwer verschilt van andere ervaringen. Dit is gemakkelijk te begrijpen voor theosofen die vertrouwd zijn met gedachtevormen en hun invloed op ons. Het is daarom niet verwonderlijk dat wij het gevoel hebben te worden afgestemd op de vormen van expressie waarmee wij ons bezighouden. Bovendien brengt de toeschouwer, door het werk te ontcijferen en de innerlijke kwaliteiten ervan vast te stellen, datzelfde werk in relatie met de uiterlijke wereld — waarmee hij derhalve bijdraagt aan de creatieve handeling. Verder speelt de geest of essentie die allen aan het Ene bindt een

rol binnen de uitwisseling van kunstobject, kunstenaar en toeschouwer. De vraag is hoe aandachtig wij als toeschouwers in dit creatieve partnerschap zijn. De componist Charles Ives merkte op:

Wij zijn geneigd om dat wat snel als mooi wordt aanvaard niet te onderzoeken, te analyseren of te begrijpen. Wij worden de rijkdom, de nuances, de patronen en de structuren alleen van die prachtige werken gewaar waarin wij volledig participeren, en een dergelijke participatie vergt vaak dat wij steeds weer opnieuw onze aandacht aan het werk geven.

Neem even de tijd en bekijk twee kunstwerken om uw eigen reactie erop te testen. Het ene is een bijzonder schilderij met een gecompliceerde beeldentaal van vermoedelijk religieuze aard. Het andere is een ordinaire wijnfles met het handgeschreven woord 'God' op het etiket. Beide zijn doelbewust als kunstwerken in het leven geroepen. De volgende vragen komen op: Kunnen we deze twee kunstwerken met gelijk gemak interpreteren in de context der kunsten met een hoofdletter 'K'? Kunnen we de etiketten 'schilderij' of 'wijnfles' die we er automatisch op plakken overstijgen? Kunnen zij wellicht vanuit



Schilderij; datum, kunstenaar en titel onbekend

verschillende gezichtspunten hetzelfde betekenen?

Ik heb geen gegevens over het schilderij (de dia is al jaren in mijn bezit). Dit is echter niet van belang voor ons experiment. Een kunsthistoricus, evenmin in staat om het thuis te brengen (1425? Vlaamse architectuur? Italiaans landschap?), merkte op dat het een tamelijk onconventioneel schilderij was, gelet op de ogenschijnlijk historische toespelingen. Bij de interpretatie van het beeld worden we door het realisme ervan in staat gesteld om ons met gemak naar soortgelijke plekken in onze wereld te verplaatsen. Toch is er een uitgesproken illusie. De dominerende herderlijke afbeelding aan de bovenkant lijkt op een heilige ruimte, met een 'religieuze' figuur (God? — hoewel we gaandeweg zullen ontdekken dat het hier Johannus de Doper betreft). Wij betreden het schilderij vanuit de uiterlijke wereld via een 'portaal' (kader). Het 'hogere' gedeelte lijkt op een utopische wereld van vrede (natuur, harmonie, integratie). Terwijl het 'lagere', of aardse tafereel (stad, mensen) een wereld van activiteit vormt. De utopische voorstelling bovenaan is er los opgelegd, maar blijft met de rest contact houden, omdat beide voorstellingen op het hogere niveau [aan de horizon] samenvloeien, waar de Natuur (dieren, bomen, bergen, water) vrij door elk van beide ruimten beweegt, zonder onderscheid in welk van de twee voorstellingen ook.



Fles, ca. 1961, Ben Vautier

**Glas is zichtbaar en ook weer niet,
onzichtbaar en toch materieel —
een spel met de illusie van eenheid
en afgescheidenheid.**

De fles is een werk uit 1961 van 'Fluxus' kunstenaar Ben Vautier. Kunstenaars uit de Fluxusbeweging omarmden het toeval en synchroniciteit, zij vatten het gewone op als bijzonder. Gesteld dat Ben Vautier, waar het op lijkt, de draak stak met de kunst, dan keert deze grap zich tegen hem,

want is dit gewone, wellicht banale object het niet waard om er dieper over na te denken? Wij zijn gevangen in een mentaal raadsel. Glas is zichtbaar en ook weer niet, onzichtbaar en toch materieel — een spel met de illusie van eenheid en afgescheidenheid. Het object ademt een sfeer van binnen/buiten, of een relatieve innerlijke, uiterlijke wereld. Allereerst en vooral, zien wij een fles — de uiterlijke wereld van materie en vorm. De innerlijke wereld is materieel gezien niet zichtbaar. Of is de fles soms leeg? Toch verklaart het etiket, dat het midden van de voorstelling van de fles domineert, dat hij gevuld is met 'God', als de paradox van tegelijkertijd vol en toch leeg te zijn. Of bevatte hij God, maar nu niet meer? Het object verschijnt als een 'wijn' fles, die door het etiket in een christelijk rituele context wordt geplaatst.

Beide objecten schudden ons van zich af met gelijklopende vragen en observaties. De realiteit speelt zich af in een flux, onbepaalbaar: er is oppervlakte en diepte, binnen- en buitenkant, inwendig en uiterlijk. Maar waar bevindt de 'realiteit' zich? Wat is de 'maatstaf' van elk van beide ruimten? In het schilderij probeert het kader werkelijkheden te 'vatten'. Bij de fles doet het etiket op het glas hetzelfde. Aangegeven door het etiket en het 'glas', en nog letterlijker door de ingekaderde voorstelling, bieden beide objecten 'portalen' (symbolisch voor het betreden van het heilige) naar het ideaal, waarbij een scheiding wordt aangebracht tussen een visioen van het verheven, heilige en het wereldlijke. De mens 'etiketteert' zijn visioen van 'God' door middel van het geschreven woord op het label, of door het bovenop leggen van Gods herderlijke tafereel. Beide bevatten 'inbreuken' die aan de onderkant binnentreden en naar boven bewegen (kundalini?): de fles met zijn fallische vorm van glas; de architectuur in het schilderij. Beide hebben een doorlopende bovengrens: in het schilderij streven de slanke bomen opwaarts en groeien buiten het bereik van ons blikveld; de fles heeft geen kurk, en de entree/uitgang blijft vrij.

Door middel van deze analyse kunnen we zien dat er niet alleen sprake is van de handeling van het observeren en de stimulerende invloed die uitgaat van het kunstobject naar het denkvermogen van de toeschouwer, maar ook van het herschepen van dat denkvermogen dat op zijn beurt het kunstobject beïnvloed — en zo verder. Dit is iets dat de natuurwetenschap thans ook heeft begrepen. De quantumtheorie vertelt ons dat het object waarmee wij ons bezighouden door de bewegingen van het denkvermogen wordt beïnvloed, waarvan de energie omgekeerd weer het denkvermogen beïnvloedt.

Er zit natuurlijk meer vast aan deze samenhang. Het gaat hier om een samenhang die de ervaring van heelheid weer spiegelt. Henry Miller schreef eens: *kunst*

is slechts een middel tot het leven, tot het leven van een groter overvloed. Op zichzelf is kunst niet het leven van groter overvloed. Zij wijst slechts de weg, iets dat niet alleen door het publiek over het hoofd wordt gezien, maar vaak ook door de kunstenaar zelf.

De Amerikaanse kunstschilder (theosoof) Burton Callicott merkte op: *kunst raakt lagen van bewustzijn die ontoegankelijk zijn voor verbale formuleringen en het logische verstand. Ik ben van mening dat kunstwerken daadwerkelijk energieën afgeven die het vermogen hebben om zich op spirituele niveaus af te stemmen en er ook reacties aan te onttrekken.*

Volledige aandacht betekent dat interpretatie ons naar de diepten van ons innerlijk wezen kan voeren en bijgevolg tot transformatie kan leiden.

Volledige aandacht betekent dat interpretatie ons naar de diepten van ons innerlijk wezen kan voeren en bijgevolg tot transformatie kan leiden. In die ervaring van heelheid kunnen we niet vasthouden aan het idee wat het resultaat zou moeten zijn. Dit is zowel essentieel voor de creatieve handeling als voor het leiden van een verantwoordelijk leven. Als we aandachtig zijn en geen specifiek resultaat verwachten, kunnen we tijdens dat proces onze conditionering elimineren, de modder van Dora en de bagage van ieder ander, zelfs al is het slechts door middel van kleine transformaties.

De met aandacht scheppende kunstenaar handelt vanuit zijn innerlijke bron. Terwijl de kunstenaar zich concentreert op het vormaspect, verliest hij of zij de persoonlijkheid, het zelf, en wordt één met de ervaring. Dit doet mij denken aan een opmerking van Mikhail Baryshnikov: *Ik dans niet, de dans danst mij.* De kunstenaar wordt volledig gewaar, is aandachtig, werkt in stilte, en geeft aldoende vorm aan de kracht van het innerlijk zelf. Wanneer een

visioen tijdens een moment van inzicht verschijnt, is het mogelijk dat het scheidingsproces van de vorm niet helemaal aan de oorspronkelijke verwachting beantwoordt. De kunstenaar kan niet blijven hangen in de projectie, want er gebeurt veel tijdens het proces... en hij of zij moet zich openstellen voor al wat zich tijdens dit proces openbaart. Het zelfde geldt voor de interpretator.

Wij mogen niet vergeten dat aandachtig zijn van moment tot moment hoort plaats

te vinden. Wij moeten voortdurend in het heden leven, vrij van het verleden. Dit vormt de basis voor transformatie die ons in staat stelt onszelf volledig te leren kennen. Transformaties, de kleine, gebeuren van moment tot moment. En zoals ik eerder heb opgemerkt, dit is de sleutel die ons, ongeacht het proces waarin wij ons bevinden, zal voeren binnen het domein van wat wij samenvatten onder de noemer KUNST / LEVEN / ZIJN.

Vertaling: R.Th. v.D.

Vrede kan slechts duurzaam zijn waar mensen-
rechten gerespecteerd worden, waar mensen te
eten hebben en waar individuen en
landen vrij zijn.
Ware vrede met onszelf en met de ons omring-
ende wereld kan alleen tot stand gebracht
worden door het ontwikkelen van
geestelijke vrede.

Dalai Lama