

Juist (in)zicht

– Radha Burnier

In het Oosten worden de lagere begeerten de ware vijanden van de mens genoemd. Omwille van zijn lagere begeerten houdt de mens op te zijn wat hij zou kunnen zijn. Hij wordt irrationeel, vindt argumenten om foute dingen te verantwoorden en wordt een voorstander van geweld. Als iemand bijvoorbeeld jaloers van aard is, volgt zijn denken de impulsen van zijn persoonlijke passies. Daardoor zien we de dingen verkeerd en handelen we verkeerd.



De bekende vergelijking tussen een slang en een touw verwijst naar dit principe: als iemand een kamer binnenkomt en hij meent een slang te zien, dan zal hij angst ervaren, agressief worden of mensen uit de weg duwen wanneer hij probeert te vluchten. Een verkeerde waarneming leidt tot ellende en tot verkeerd handelen. In een industrieel producerende maatschappij worden juist de onwerkelijke dingen constant aangewezen als de weg naar geluk. Op die manier raakt de hele maatschappij uit haar evenwicht en tieren vele vormen van kwaad welig. Vandaar het grote belang van juist inzicht en juist en logisch handelen.

Een ander welbekend voorbeeld uit de Oosterse literatuur is bijvoorbeeld wanneer een persoon in de woestijn een luchtspiegeling voor water houdt en verlangend najaagt, omdat dit de enige manier is waarop hij zijn dorst kan lessen. Iemand anders kan nagemaakt geld gebruiken om rijk te

worden, maar hij zal uiteindelijk alleen maar gefrustreerd raken, en niet rijk. Vele mensen stellen zich geen vragen en slikken alles wat anderen, zoals bijvoorbeeld priesters, hun voorzeggen. De wereld staat bol van bijgeloof dat is gebaseerd op allerlei vormen van zinsbegoocheling.

We dienen ons dus terecht de vraag te stellen wat we eigenlijk waarnemen. Wordt onze visie verstoord door de bewegingen van onze psyche, door verborgen begeerten, door onderbewuste ambities of andere elementen in onze geest? Dit is geen abstracte of metafysische vraag, maar eerder een praktische. Zelfs in het dagelijks leven zien mensen dezelfde dingen op een verschillende manier. Als men de getuigen van een verkeersongeluk vraagt wat er precies gebeurd is, dan zullen er waarschijnlijk veel verschillende versies zijn van het relaas, omdat de mensen niet op dezelfde manier waarnemen. Wie heeft er dan het juiste verhaal?

Stel dat er een mooi kalf staat in een wei. Een waarnemer kan een dier op vier poten zien en zegt: 'Dat is een kalf.' Een andere waarnemer ziet een mogelijkheid voor winst en zal onmiddellijk gaan bedisselen hoe hij deze winst in zijn bezit kan krijgen, waarbij het feit dat het om een dier gaat naar de achtergrond wordt gedrukt of zelfs helemaal verdwijnt. Een tijdje geleden zat een vrouw naast me in de trein door Zuid-India, een regio met veel mooie tropische wouden. Ik zei haar: 'Wat een mooi woud!' Ze antwoordde: 'Ja, het levert ons zeer goed hout.' Ze zag het woud al als dood, droog hout. Dit is ook wat er gebeurt met iemand die een koe of een kip bekijkt vanuit het oogpunt van het geld dat deze kunnen opleveren; of iemand kan naar

een levend wezen kijken vanuit louter gastronomisch standpunt. Sommigen zijn heel lief voor hun eigen huisdier, maar zien alleen voedsel wanneer iemand hen een stuk vlees voorschotelt. Deze zienswijze is algemeen verspreid – mensen zien een levende entiteit in de functie van wat dit dier of dit woud hen kan opleveren. Zienswijzen kunnen soms volledig verdraaid zijn, of geïnspireerd door mode of verbeelding. Zo zal een Hindoe bijvoorbeeld een koe beschouwen als een teken van voorspoed, zijn aandacht en goede zorgen waardig, terwijl hij wreed is ten opzichte van andere dieren. Alle illusies veroorzaken ellende.

We weten allemaal hoe verschrikkelijk godsdienstige verdrukking kan zijn, omdat deze er overal ter wereld hetzelfde uitziet. In India voeren miljoenen mensen rituelen uit waarvan zij de echte betekenis niet kennen. Er wordt hen verteld dat, als zij deze rituelen uitvoeren, hen een of andere vorm van voordeel ten deel zal vallen, of dat een of ander ongeluk afgewend kan worden. Zo was er het geval van een jonge vrouw met een baby die van een priester te horen had gekregen dat een bepaalde vorm in de haarlijn van het kind een slecht voorteken was. De priester kreeg toestemming om veel geld uit te geven om de nadelige gevolgen van de haarlijn van de baby teniet te doen! Sociale conventie en bijgeloof dwingen mensen ertoe om op dergelijke wijze uitgebuit te worden. Illusies zijn niet altijd geïnspireerd door godsdienst, maar kunnen ook politiek van aard zijn. Neem Karl Marx. Velen dachten dat zij een nieuwe welvarende wereld zouden creëren door hem te volgen en zij deden het tegenovergestelde. Tirannie kan ontstaan door sociale dwang, psychologische, finan-

ciële of andere problemen. Daarom is het zo belangrijk om de geest vrij en ongeconditioneerd te houden.

Conditionering in de Indiase traditie

In de Indiase traditie wordt vanuit drie bronnen gewaarschuwd tegen conditionering. Een eerste bron wordt gevormd door onze omgeving, het milieu waarin we opgroeien. Van jongs af aan doen we bepaalde ideeën op, en begint het denkvermogen aan te voelen dat de waarheid gelegen is in datgene wat mensen gewoonlijk beloven. In *Aan de voeten van de Meester* wordt gezegd dat iets niet waar wordt, alleen maar omwille van het grote aantal mensen dat erin gelooft. Duizenden mensen kunnen geloven dat vrede bewerkstelligd wordt door oorlog te voeren. Zo wordt op een efficiënte manier haat en wantrouwen gekweekt, die op hun beurt de voedingsbodem zijn voor nog meer oorlogen en het daarmee gepaard gaande lijden. We moeten ons er dus voor hoeden om niet zomaar te geloven wat anderen zeggen of geloven, maar we doen er beter aan de dingen rustig te overdenken alvorens ze aan te nemen. De Boeddha zei: 'Neem niet klakkeloos voor waar aan wat je in de Schriften gelezen hebt, wat mensen rondom je zeggen, wat je ouders je zeggen, of wat ik je zeg. Denk er liever over na, gebruik je vermogen tot redeneren, bekijk de kwestie zorgvuldig, onderzoek het.' Daarom wordt de leer van de Boeddha ook wel de 'kom en zie' leer genoemd. 'Kom, zie, en onderzoek het zelf.'

Een andere belangrijke conditionerende factor is het woord. Het woord 'boom' is zelf geen boom. Dit wordt vaak niet begrepen als we woorden

gebruiken. We zeggen 'ik hou heel veel van je', en we denken dat dit een feit is, maar het zou wel eens helemaal niet waar kunnen zijn. Het zou bijvoorbeeld kunnen gaan om een kortstondig moment van aantrekking, het kan zelfs gewoon een kwestie van eigenbelang zijn dat in het onderbewuste schuilt. Mensen zeggen soms dat ze gelukkig zijn, maar wat bedoelen we met 'gelukkig'? Gaat het om plezier, vertier? We vragen ons niet af wat we bedoelen. Woorden kunnen dus heel misleidend zijn.

De derde bron van conditionering is het lichaam. Bepaalde soorten voedsel maken het lichaam en de hersenen nogal sloom; andere soorten voedsel maken het eerder onrustig. Raciale kenmerken spelen ook een rol. We worden immers ook geconditioneerd door genetische overlevering.

Dit zijn dus de drie voornaamste bronnen van conditionering: de samenleving waarin we wonen, woorden en het lichaam. Het staat ons natuurlijk vrij om over andere bronnen van conditionering na te denken, zoals bijvoorbeeld het (lange termijn) geheugen. In een bepaald stadium van de evolutie, voorafgaand aan het menselijk stadium van evolutie, moesten alle wezens angst aanleren. Kleine dieren die ongecontroleerd het nest uitkomen, zullen bestraft worden door hun moeder, omdat ze door hun vlucht uit het nest gemakkelijke prooi zijn voor roofdieren. Angst maakt dus deel uit van de geconditioneerde hersenen die wij hebben geërfd uit een ver verleden.

Misschien moeten we ons vooral realiseren dat de meest misleidende factor wel het 'ik' is, het gevoel dat we los staan van de rest. Dit noemen we egoïsme, een gevoel dat vervormt, stoort en misleidt. Begint dit bij het

instinct om te overleven? Wanneer we een boek lezen bijvoorbeeld, dan zien we soms een heel kleine mijt over de pagina kruipen. Als we onze vinger erop houden, dan zal het proberen te ontsnappen, omdat zelfs zo'n kleine mijt zich ervan bewust is dat het gevaar uit de weg moet gaan. Er wordt niet bij nagedacht, deze reflex zit gewoon ingebakken in de natuur. Is het deze drang tot overleven die egoïsme in het leven roept of bevordert? Dieren lijken niet egoïstisch te zijn, terwijl zij juist diegenen zijn die hard moeten vechten om te overleven.

Door een verkeerde wijze van denken geven mensen misschien wel een kunstmatige betekenis aan het woord 'overleven'. Zo kan bijvoorbeeld een bepaalde som geld belangrijk zijn om te overleven, maar in het denken van veel mensen wordt dit geld een eindeloos doel op zich. Mensen met bergen geld zijn nog steeds bezig met het vergaren van meer geld; multinationale ondernemingen zijn vernietigend voor het levensonderhoud van zeer arme mensen. We zouden overleven moeten zien als een deel van het levensspel, want als niemand overleeft, dan houdt alles op. Overleven is gekoppeld aan een gezonde vorm van instinct. Als een baksteen naar beneden valt, dan zullen we allemaal opzij springen om te voorkomen dat die baksteen ons zou raken. Daar is uiteraard niets mis mee. Maar wanneer overleven omgezet wordt in ambitie of zelfs in obsessie, dan eindigt dit overleven in louter zinsbegoocheling. Het lijkt er niet op of de noodzaak van overleven iets te maken heeft met egoïsme.

Is egoïsme een soort van zonde? In sommige religies wordt een theorie naar voren gebracht waarin gesteld wordt dat we de oorzaak van egoïsme

niet kunnen achterhalen. We kunnen egoïsme echter wel stoppen. Egoïsme is misschien wel de beste manier om jezelf ongelukkig te maken, omdat we ons dan volledig buiten de harmonie van het universum plaatsen. We dienen ons dus geen zorgen te maken over de oorzaak van egoïsme; we zien hier en nu al dat egoïstisch gedrag uiteindelijk conflicten veroorzaakt. Ze gaat schuil achter bijna iedere vorm van menselijke activiteit, deze 'ik'-heid die iemand een gevoel van belangrijkheid geeft, of die ervoor zorgt dat iemand zich gekwetst of verworpen voelt, of welk ander gevoel ook maar geeft.

Het werkingsmechanisme van egoïsme

Stel dat iemand mij zegt: 'Je gaf een verschrikkelijke voordracht.' Dan heb ik twee mogelijkheden: ofwel ik voel me gekwetst en antwoord: 'Dat is niet zo best, ik vertelde immers ook een aantal dingen die het overwegen waard waren.' Ik kan dus een defensieve houding aannemen, een houding van tegenstand en antipathie tegenover die persoon. Iemand kan me zeggen: 'Oh, dat was een fantastische voordracht!' Wanneer ik deze uitspraak accepteer, dan zal dit mijn ego vergroten. Het eigenaardige is dat zowel de vleierij als de negatieve kritiek mijn egoïsme doen toenemen. Van de andere kant, als iemand me zegt: 'Uw voordracht was afschuwelijk.' Dan kan ik zeggen: 'Oké, dat is zijn mening. Misschien is het wel zo.' Ik kan deze mening bekijken, de dingen verhelpen die verholpen moeten worden, of misschien een aanpassing maken in hoe ik over mezelf denk – dit zijn allemaal mogelijkheden. Maar in plaats daarvan reageren we gewoonweg op de criticus,

en elke reactie is een vorm van egoïsme. Een van de dingen die we moeten leren is het verschil tussen een actie en een reactie. Reactie komt vanuit de persoonlijkheid die zich steeds verdedigt, zichzelf in stand houdt en zichzelf opbouwt.

Het vrij zijn van tegengestelden, waarover gesproken wordt in de *Bhagavad Gita*, is een vrijheid van egoïstische reacties. Kijk naar alles, zonder er in betrokken te raken, zonder opgewonden of onrustig te worden. Dit is niet gemakkelijk – het zorgvuldig beschouwen van een situatie of van ervaringen die we doormaken. Kijk naar eender wat – de rozen in de tuin, de omringende heuvels. Het is mogelijk om gewoon naar deze dingen te kijken en hun schoonheid te beleven zonder te voelen: ‘Ik ervaar schoonheid.’ Het denkvermogen registreert onmiddellijk ‘Ik word dit of dat gewaar.’ Kan louter de ervaring op zich volstaan, zonder dat men het aan zichzelf koppelt: – ‘Ik heb dit of dat gedaan’? We hebben dit type beelden in ons, omdat we niet onderzoeken of ‘ik’ realiteit dan wel fictie is. We nemen iets zomaar aan en dobberen rustig voort in de overtuiging dat ‘ik diegene ben die handelt’, enzovoort. We lopen rond met het beeld van onszelf als diegene die weet, degene die handelt, geniet of onderwijst.

Iemand vroeg Ramana Maharshi op een dag ‘Zou ik geen patriot moeten zijn?’ Sri Ramana antwoordde: ‘Je hoeft helemaal niet ‘iets’ te zijn. Wéés gewoon.’ Je hoeft niet vaderlandslievend of enthousiast of wat dan ook te zijn. De moeilijkheid schuilt alleen daarin dat je niet kunt zeggen: ‘Ik wil niets zijn.’ Niets willen zijn, is immers ook een vorm van iets willen zijn. Kan ons denkvermogen dit allemaal zo benaderen en er zich tegelijkertijd

van bewust zijn dat het onderbewuste niet doorgaat met ‘Ik ben dit’ of ‘Ik ben dat’? Kan men gewoonweg genieten, zonder dat men voor zichzelf het excuus in het leven moet roepen voor het plaatje van zichzelf als de persoon die dat genot verdient?

Om zonder het ‘ik’-gevoel te zijn bij iedere ervaring, moet men beginnen met de dagelijkse beoefening van opmerkzaamheid (*watchfulness*). In de *Dhammapada* werd de originele boodschap van de Boeddha opgeschreven. De Boeddha zei: ‘Aandachtigheid is leven. Onachtzaamheid is sterven (*Mindfulness is life. Unmindfulness is death*).’ Zij die niet aandachtig zijn, zijn zich uiteindelijk van niets bewust. Als we niet aandachtig zijn, dan zijn we als de doden. Men is dan niet alleen ongevoelig voor wat er in zichzelf gebeurt – de eigen bevestigingen en stommiten -, maar ook voor het feit dat bijvoorbeeld een plant aan het afsterven is, of dat er een naaste tevreden of gelukkig is. Het is gemakkelijk om ons bewust te worden van wat wij beschouwen als onze eigen verdiensten; de meesten van ons zijn hier wel toe in staat. Moeilijker is het om juist te zien hoe we iedere keer weer misleid worden. Als we rondlopen als in een droom, dan zullen veel dingen ons als werkelijk voorkomen terwijl ze dat niet zijn; dan is lijden uiteindelijk ons deel.

Uit: *The Theosophist*, december 2007

Vertaling: AMI