



maartenhoutmanarchief.nl

Sterrelaandialogen

Seizoen 1990/1992

APRIL 1991

Maarten Houtman

Belangeloze aandacht

Sterrelaangroep 27 april 1991

Uitgave Stichting 'Zen als leefwijze'

Belangeloze aandacht

Sterrelaangroep 27 april 1991

Ik heb het in de afgelopen vijfdaagse over de mutatie van de geest gehad en dat wilde ik hier vervolgen. Laat ik nog eens samenvatten wat dat inhoudt. Het meest duidelijke is dat een geest die gemuteerd is, de mechanische werking van het denken-voelen achter zich heeft gelaten. En zoals wij leven is de mechanische werking van het denken-voelen de hoofdzaak.

Alles wat er gebeurt in de wereld en waar wij met recht bezorgd – soms méér dan bezorgd – over zijn, in welk werelddeel en onder welk volk het ook plaatsheeft, gaat terug op de mechanische werking van het denken-voelen. Dat wordt in stand gehouden en gevoed door energie in dienst van de zelfhandhaving.

De moeilijkheid is dat in de religieuze stromingen waar dit onderkend werd, te weinig aandacht is besteed aan de functie van de dwang, die voortvloeit uit het mechanische karakter van het denken-voelen. Met name in die afdelingen van ons dagelijks leven, waar de mens een bepaald moment los is van zijn gewone zorgen. Dat is in het liefdespel in hoge mate het geval. Maar dan is hij in beslag genomen door een verlengstuk van de zelfhandhaving: de lustbeleving, die moet zorgen dat de soort in stand gehouden wordt.

Als je dit goed begrijpt, ligt hier de sleutel voor een intelligente wijze van omgaan met de overbevolking. Dat is dan nog uitsluitend het concrete effect ervan. Belangrijker is dat uiteindelijk – want dit is een weggelaten gedeelte in vrijwel alle religieuze stelsels – juist daarin een van de mooiste ingangen is tot het ervaren dat jij de totaliteit bent, maar nog niet bewust.

Dat het in vrijwel alle religieuze stelsels is weggelaten, komt omdat het zo ontzettend dicht aanzit tegen de zelfhandhaving, het je voortzetten als afgescheidenheid. Want ook een kind wat geboren wordt, wordt gevoeld als verlengstuk van het 'ik' wat hier rondwandelt op aarde. En dat is natuurlijk niet waar.

Dit is zeer waarschijnlijk een van de hardnekkigste bastions waar het principe van zelfhandhaving zich aan ons vertoont. Daarom is het van zo'n bijzonder groot belang dat alles wat je doet in meditatief verband, elk spoortje van dwang verliest. Elke stap moet vrijwillig zijn en met vreugde. Het moet iets zijn wat je het liefste doet van alle dingen in de wereld.

De tegenkant is overduidelijk: de zelfhandhaving in alle vormen, die zich bevestigt in de herinnering. Alles wat je je herinnert, alles wat in de tijd vastligt, is tot stand gekomen in de zelfhandhaving. Dat is een taai bestand, wat telkens weer – vaak op verraderlijke manier – bezit van je neemt. En je ertoe verleidt om te denken dat jij met een denken-voelen, dat opgebouwd is in de zelfhandhaving, iets kunt doen aan het verlaten ervan.

Wanneer je dit beseft, betekent het dat iedere dag opnieuw verbinding met de totaliteit in jezelf gemaakt moet worden.

Ik zeg hierbij uitdrukkelijk de totaliteit *in jezelf*. Dat je dus niet meer denkt in termen van buiten jezelf. De hele dualiteit tussen binnen en buiten, vervalt op het moment dat je beseft dat je de totaliteit *bent*. Het is voor het taalgebruik dat we binnen en buiten moeten onderscheiden. Ons hele gevoel is gebaseerd op binnen en buiten, de wereld en ik. Maar dat is allemaal van het oude. En dat merk je in het liefdespel ook, daar is het altijd ik en de ander.

In alle afdelingen van je leven kun je deze kunstmatige scheiding herkennen. Het gaat zover – ik heb dat in de vijfdaagse aan een aantal voorbeelden duidelijk gemaakt¹ – dat zelfs ons gevoel dat een bepaalde gebeurtenis verbonden is met bijvoorbeeld een haatgevoel, volstrekt onjuist is.

Dat gaat dus heel ver. Het gaat er niet om haat om te zetten in liefde, maar om geen haat te kennen. De hele wereld is gebaseerd op veronderstellingen dat in een bepaalde situatie haat en agressie optreedt. Maar dat is gewoonte, dat is geen werkelijkheid.

Dat is een gebied wat het ons extra moeilijk maakt. Zelfs in de psychologie wordt gewerkt met deze gewoontes, en met het omvormen en verfraaien van deze gewoontes. Maar het zijn gewoontes, het is niet de werking van de pure geest.

Dat moeten we onder ogen zien, in ons hele leven. Daar moeten we ons bewust zijn dat het een radicale, absolute stap is. Waarbij we niet in de valkuil moeten stappen dat we dat op een of andere manier door middel van onze wil tot stand kunnen brengen.

Ik denk dat dat laatste het moeilijkste is. We zullen dus van moment tot moment in inzicht onszelf moeten reinigen. En misschien nog belangrijker, onszelf *laten* ordenen. Wat we ook weer niet vanuit het bestand van het ‘ik’ kunnen doen. We kunnen onszelf niet ordenen, we kunnen wel geordend worden.

Dat betekent dat onze enige actie erin bestaat ons wezenlijk te verdiepen in wat het betekent om het denken-voelen zijn oorspronkelijke functie terug te geven, namelijk van bewustworden. Want dat is eigenlijk waarvoor het denken-voelen in de wereld is gekomen: dat wij ons bewust worden.

We hebben natuurlijk een gedeelte van die bewustwording doorlopen. Maar de zelfhandhaving, die grootste en beslissende kracht is geweest bij de opbouw van de schepping, moet op een bepaald moment zijn primaat overlaten aan, wat ik met grote schroom noem: liefde. Want liefde moet gedesinfecteerd worden in zijn betekenissen.

Dat is dus de overgang van zelfhandhaving naar liefde. Dat betekent een aandacht die niet meer op iets uit is, die belangeloos is; die niet door de wil in stand gehouden kan worden, noch opgewekt. Het is een werking waarin het totaal wat jij bent, zich bewust wordt van zichzelf.

In een oude Joodse overlevering wordt gezegd dat de schepping het gevolg is van het feit dat Jahweh zich bewust wilde worden van zichzelf. En dat in die act de schepping en alles wat daarin is, een aanvang nam. Het woord 'aanvang' is natuurlijk niet op zijn plaats, want het is tijdloos. Je zou kunnen zeggen: waarin een dusdanige transformatie tot stand kwam, dat de organismen in staat waren die lange reis van het bewustzijn te leren kennen.

De paleontologie heeft ons geleerd dat ieder soort dat zwaar bewapend was, is uitgestorven. Dat geldt ook voor de mens. Dat is de laatst overgeblevene, die zich het beste heeft kunnen aanpassen door het gegeven van het zelfbewustzijn. Maar dat zelfbewustzijn moet dus nu zijn voltooiing vinden en niet blijven steken.

Dat is waar het om gaat. En dat is naar mijn gevoel meditatie. Daar kunnen we het in de komende sessies nog over hebben. Ik heb nu op het ogenblik uitsluitend de voornaamste kenmerken naar voren gebracht, en we kunnen hier natuurlijk nog jaren mee voort.

Gesprek (fragment)

- A.: Jij zegt dat de ontwikkeling van bewustwording een ontwikkeling is van zelfhandhaving naar liefde toe. Kun je dat nader toelichten?

- Maarten: Ja, dat is een beetje verwarrend, dat is een veel te grote sprong. Het is een gevolg. Maar die sprong is dat het denken-voelen niet meer werkt volgens het principe van zelfhandhaving. En dat niet meer werken volgens dat principe, kan het niet op eigen kracht.

De laatste stap die het denken-voelen kan inzien, is dat het denken-voelen het niet kan. Dat is heel belangrijk.

En in het verlengde daarvan, dat het denken-voelen zichzelf niet stil kan zetten.

Het derde, dat het denken-voelen, vanuit het besef dat het zijn oorspronkelijke bedoeling van bewustworden noch door de wil noch op een of andere manier kan verwerkelijken, stil wordt. En in die stilte – wat nog weer met allerlei andere dingen samenhangt – kan het gebeuren. Dat wil dus zeggen dat vanuit een ander gebied in jezelf de gang van zaken wordt overgenomen.

Nou, om jezelf voor te bereiden, is het nodig dat je energiecentra gelijkmatig en in harmonie met elkaar werken, dat er geen achtergebleven gebieden zijn in je energiehuishouding. En ook dat oefenen daaraan alleen maar kan met het inzicht, dat je er met je wil niets aan kunt doen. Want zodra je je wil gebruikt, snijdt je voor jezelf de mogelijkheid af de energie te ervaren, althans van de energie in zijn pure vorm. We ervaren energie op allerlei manieren. In massage, in tai chi, enzovoorts. Maar de energie die je zo ervaart, is allemaal nog altijd binnen de behuizing van het ik. In India bestond een complete yoga, en die bestaat waarschijnlijk nog. Maar die complete yoga is al lang, lang geleden afgesplitst in de hatha yoga, bakthi yoga, karma yoga, enzovoorts. Dat betekent dat wat hier naartoe gekomen is, uitgaat van het oefenen van het lichaam, de spieren, enzovoorts.

Wat ik nu aansnijdt, is dat de energiecentra op een gelijkmatige manier met elkaar werken. Ik heb gemerkt dat dat losstaat van wat er verder met je lichaam gebeurt. Anderzijds is het zo dat als die energie volledig van binnenuit stroomt, zelfs ook de spieren gevoed worden en zacht worden, zonder dat je aan de spieren oefent. Dus het is gewoon een opklimmende reeks van werkingen, die pas hun werk kunnen doen, als je niet meer vanuit je beperkte ik ingrijpt. Want als je er een prestatie van maakt, grijp je in vanuit je 'ik', dus dan gaat het niet of je krijgt een misvorming.

Want je kunt natuurlijk vanuit je 'ik' altijd alles bereiken. Dat is het ellendige, dat gaat. Maar dan is het afgesneden. Dus dan dient het eigenlijk niet de evolutie, dan dient het alleen maar dat kortstondige verblijf op aarde. En dat is wat we bijna allemaal doen.

- A.: Het effect van wat je zegt is voor mij dat je het inderdaad uit elk beperkt kader licht. Want ik merk dat ik er vanuit een beperkt kader op inga. En het is gewoon veel groter dan dat. Je kunt je het vanuit je beperkte kader niet zo goed voorstellen.

- Maarten: Nou, daar moet je genoeg mee nemen.

- B.: Ik zit een beetje met die wil. Ik heb het gevoel dat die wel heel bruikbaar is.

- Maarten: dat is hij ook, zeker, maar niet hiervoor.

- B.: Ik begrijp wel dat je iets niet kan afdwingen. Maar ik heb het gevoel dat hij daar wel bruikbaar voor is. Dat hij zich ook met iets anders kan vullen dan...

- Maarten: Ja, maar weet je, laten we het nou eens heel ideëel nemen. Dit is je duidelijk, je zegt dus: het voortgaan van de wereld hangt af van de evolutie van het bewustzijn, dat moet gebeuren. Maar degene die dan de beslissing neemt is nog altijd het 'ik', dat is nog altijd het denken-voelen op de oude manier.

- B.: Maar het 'ik' is toch een werktuig.

- Maarten: Ja, het is een werktuig. Maar het is juist de ellende, dat het geen werktuig meer is, maar dat het een autonoom gegeven is geworden. En daardoor dus zijn mogelijkheden misbruikt. De wil wordt gestuwd door het bewustzijn wat je op het ogenblik hebt.

- B.: Maar je bewustzijn hoeft toch niet alleen maar een heel afgeperkt 'ik' te zijn. Juist naarmate je bewustzijn iets ruimer wordt, je bepaalde inzichten hebt, kan ook dat deel je wil aanspreken.

- Maarten: Ja, maar het is geen geleidelijk iets. Het is een plotseling iets.

- B.: Ik heb het niet over verlichting of zo.

- Maarten: Nee, maar waar het om gaat is dat het principe dat het in zijn eigen begrip doorgaat, eindigt. Dat het dus gaat beseffen dat het het geheel is. En dat bedoel ik echt letterlijk, in de zin zoals David Bohm² dat ziet, dat in de hele schepping, in alles, van een steen tot de mens, de structuur van het geheel verrat is. Alleen de steen heeft nog niet de mogelijkheid om dat te beseffen. En zo heb je dus een opstijgende reeks van bewustwordingen. En de mens staat daar dan op deze planeet aan de top, hij heeft de meeste mogelijkheden om zich bewust te worden...

[*gespreksgroepen worden samengevoegd*]

- Maarten: We zullen nog even afmaken waar we mee bezig waren. B. vroeg zich af of het niet zo was dat je, als je besepte waar het om ging, je ook je wil gebruikte om tot die omzetting te komen die ik 'mutatie' genoemd heb. En toen heb ik gezegd 'Nee, dat gaat niet, want de wil is, zoals wij zijn, werktuig van het denken-voelen, en het denken-voelen is het 'ik' en het 'ik' is dus afgescheiden. Dus de manier waarop het werkt, zonder dat het beseft, is altijd in de richting van het afgescheidene.' Dit probleem, waar we het nu over hebben, is waar het hele leven van Krishnamurti omgedraaid heeft. En waar hij dus heel duidelijk in is geweest, zeker de laatste jaren, en ontkent heeft dat dat überhaupt mogelijk is.

- B.: Maar ik bedoelde ook niet te zeggen dat de wil tot die omzetting zou kunnen leiden, maar dat het toch een instrument kan zijn voor dat andere. Dus een functie heeft waar dat andere iets aan heeft. Dat is iets anders, snap je dat?

- Maarten: Ja, dat snap ik. Maar het gaat om het gevoelig worden voor dat andere, en daarbij kan de wil niet helpen. De wil kan in alle gevallen waar iets gebeuren moet, waarvan jij de eindtoestand kent, gebruikt worden. Maar niet bij iets waar je de eindtoestand niet van kent.

- B.: Ik zie het als voorwerk, voor dat gevoeliger worden, wat ook nodig is, heb ik een wilsbesluit nodig. Daarom vond ik wat C. zei verhelderend. Die drang die er kan zijn, maar daar kan je ja of nee tegen zeggen...

- Maarten: Maar dat veronderstelt dat jij je bewust bent wat die drang inhoudt.

- B.: Ja, maar niet in de zin dat je daar een uiteindelijk plaatje van hebt.

- Maarten: Nee, maar dat je je bewust bent dat het iets anders is. Als je je daarvan bewust bent en dan met je vingers eraf blijven. Dus dat beseffen dat het van de andere kant komt – dat zeg ik nu maar voor het gemak – de enige kracht is die iets kan doen. Ik kan het anders zeggen: je kan wel van daar hier naartoe werken en dan het ik gebruiken, maar het kan niet van hier daar naartoe werken. Ja?

[slotopmerking van Maarten]

Ik wilde nog even als aanvulling terugkomen op die kwestie van de wil.

Ik denk dat het zo is dat op een bepaald moment in je leven een verlangen ontstaat om dieper door te dringen. En als je op dat moment niet in slaap bent, zal dat verlangen je altijd meenemen. Daar heb je helemaal geen wil bij nodig.

Wat ik ervaren heb in mijn leven, is dat ik eindeloos vele keren – daarom heb ik ook het recht om hier te zitten – iets gewild heb. En ik heb gemerkt dat dat verlangen van mij op een bepaald moment werd afgekapt. Als ik het goed tel, dan ben ik zeventien keren de verkeerde kant uitgewandeld. Want het werd afgekapt. En wat overbleef was dat verlangen. Maar ik heb natuurlijk ook een heel groot gedeelte van mijn leven gemaft, dat is duidelijk.

Maar daarom ben ik zo heel precies op die kwestie van de wil. Al de keren dat ik gewild heb, is het misgegaan. En ik heb echt hele edele dingen gewild, hoor. Niet alleen maar een bankrekening en zo. Maar ik heb gemerkt: het werkt niet.

¹ Maarten vertelde dat toen hij in het jappenkamp halfdood geslagen werd*, hij geen enkel haatgevoel kende, maar slechts het absurde van de situatie kon zien

(* zie: *De andere oever: Een jeugd op Java*, pag. 203).

² David Bohm: *Heelheid en de impliciete orde*, Lemniscaat, 1985