

Arnold Croiset van Uchelen (Allen & Overy); 'Ontdek je eigen bewustzijn'

18/11/2014

Wat betekent transcendentie voor een topadvocaat?

Er hebben voor mij al de nodige advocaten hier een Meesterpreek gegeven en die heb ik natuurlijk bekeken, want zo zijn advocaten nu eenmaal.

Ik herkende de dilemma's en de lessen die je als advocaat in het leven tegenkomt. Ik heb daar niet zoveel aan toe te voegen dus ik wil het vandaag met u over iets anders hebben.

Als advocaat heb je te maken met wetten en regels en wetten en regels worden gemaakt door de politiek. We zijn steeds meer van de politiek gaan verwachten en zijn dus des te teleurgestelder als die verwachtingen niet worden waargemaakt. Boos vaak. Dat is een van de redenen van het onbehagen dat op dit moment in het maatschappelijk leven gevoeld wordt. Waar komen die hoge verwachtingen eigenlijk vandaan? Wij zijn een geseclariseerde samenleving. Er is geen samenbindende religie meer die ons de weg wijst naar hoe wij moeten leven, behalve in een aantal kleine enclaves. Ook de grote ideologieën die voor de religieën in de plaats waren gekomen, fascisme, communisme, existentialisme, hebben hun langste tijd gehad. Wat overblijft is een in deelbelangen uiteenvallende samenleving, waarbij er nog wel een besef is dat wij "er samen uit moeten komen" maar waarbij die belangen steeds meer botsen en waarbij van de politiek wordt gevraagd om daar maar allemaal een compromis tussen te treffen. En liefst dan ook nog de illusie te creëren dat er een mooi verhaal bij hoort, zodat wij toch met z'n allen het gevoel hebben dezelfde kant op te gaan: "kabinetsbeleid"? Tsja, het ons allemaal naar de zin proberen te maken. Dat lukt natuurlijk niet en het wordt voor de politiek steeds moeilijker om de ontevredenheid te managen. Ernst Hirsch Ballin zei het onlangs mooi: "Als je vijftien jaar geleden een verkiezing verloor dan zei je: we moeten het de kiezer nog beter uitleggen, tegenwoordig zeg je, we moeten nog beter naar de kiezer luisteren". Daar ligt inderdaad een wereld van verschil tussen. En geen verbetering.

Persoonlijkheid, politiek en cultuurverschillen

Wat is er in de plaats gekomen voor de grote waardesystemen? Individualisme. Ik geloof op zich in individualisme. Maar het kan ook ontaarden in een persoonlijkheidscultus, waarbij iedereen "interessant" moet zijn. En liefst ook nog beroemd. Daar wil ik het met u over hebben. Na een week hard werken sla ik op zaterdagmorgen bij mijn eerste kop koffie wel eens die glossy bij het Financieel Dagblad open, FD Weekend. Ik weet niet hoe het u vergaat, maar als ik al die mensen zie, die bij precies het goeie winkeltje het goeie jasje weten te kopen, net dat ene restaurantje weten te vinden

in dat onontdekte dorpje in Thailand, die kloeke stellen die het toch maar lukt om allebei een geweldige baan te hebben en toch nog te sporten, leuke dingen met hun kinderen te doen en allerlei ander bijzonders, dan denk ik in ieder geval niet: wat inspirerend allemaal, wat voel ik mij opgevrolijkt!

Eerder overvalt me een lichte depressie over de concurrentieslag die wij kennelijk ook op dit gebied met elkaar moeten leveren. De cultus van de Politiek en de cultus van de Persoonlijkheid. Zijn we er in zekere zin niet de gevangenen van? Iets anders. Er zijn in de wereld samenlevingen, die niet het individualisme voorop stellen en waarin er geen Westers type democratie is. We dachten dat de wereld als geheel aan het seculariseren was, maar de tekenen wijzen anders uit. Ik hoef u de voorbeelden niet te noemen. Het gaat mij er nu niet om wat het beste systeem is, maar dat wij die samenlevingen niet meer begrijpen en zij ons niet. Zij zien democratie als een bestuursvorm, en vrijheid van meningsuiting als nice-to-have en niet als een doel op zich. Het gaat er immers in het leven niet om dat iedereen zijn stem kan uitbrengen, in het stemhokje of daarbuiten, maar dat je leeft volgens wat juist en goed is en er bestaat een min of meer collectief geloof in die landen over wat dat inhoudt. Zij vinden daarom het primaat van zoiets formalistisch als de democratie onbegrijpelijk. Wij vinden hun passionele vasthouden aan één waardensysteem onbegrijpelijk.

Drie dingen waar we mee worstelen dus. De cultus van de politiek, de cultus van de persoonlijkheid en de moeilijk overbrugbare cultuurverschillen met religieuze gemeenschappen. Ik ga die in een Meesterpreek van 20 minuten natuurlijk niet oplossen. Maar ik wil vanuit mijn persoonlijke ervaring wel aangeven in welke richting, in elk geval voor mij, een oplossing zichtbaar is.

En daarmee doe ik dan ook wat Ruben vraagt van de mensen die hij voor zijn Meesterpreken uitnodigt: stap uit je dagelijkse preoccupaties en neem een breder perspectief, en spreek daarbij vanuit een persoonlijke ervaring. Het is fantastisch, Ruben, dat je een plek hebt gecreëerd waar mensen dat kunnen doen.

Transcendentiaal bewustzijn

De persoonlijke ervaring van waaruit ik wil spreken, is eigenlijk een heel weinig spectaculaire. Waarmee ik niet wil zeggen dat ik nooit iets spectaculairs heb meegemaakt. Maar daar gaat het vandaag niet om. Ik moet een jaar of twaalf zijn geweest en, zoals dat met beginnende pubers gaat, ergens mee gezeten hebben. Ik weet niet meer wat. Ik liep ergens te piekeren en er was een probleem waar ik niet uit kwam. En opeens merkte ik, dát ik dacht. Ik stond er opeens op afstand naar te kijken.

Ik merkte dat ik niet mijn gedachten wàs, maar dat die gedachten zich als het ware aan mij, mijn bewustzijn voordeden: ik was iets anders dan die gedachten. Dat was voor mij, ik zal het geen religieuze ervaring noemen, maar wel een heel bevrijdende en beslissende ervaring. De wetenschap, dat ik niet samenviel met mijn emoties en gedachten maar dat dat fenomeen zijn die zich aan iets wezenlijkers presenteren, mijn bewustzijn, iets dat leeg en vrij is, ontvankelijkheid. Dit klinkt misschien wat abstract, maar U moet het niet zien als een theorie of een gedachte. Dat was het bij de filosoof Descartes, die de beroemde woorden uitsprak: "Ik denk dus ik ben". Dat bewijs klopt, maar het was een redenering. Veel interessanter is het om in jezelf te ervaren dat dat "binnen" uit "ik ben" van een andere en wezenlijker orde is dan "denken". Of "voelen". De Duitse filosoof Heidegger heeft hier diep over nagedacht, of dat is het foute woord dus: zijn eigen ervaring daarop diep onderzocht. Ook hij belandde op het punt waar een mens ervaart dat hij niet zijn geschiedenis, gedachten, gevoelens, persoonlijkheid is, maar een onbepaald, vrij en dus ook leeg bewustzijn dat zich in de wereld geworpen weet. Heidegger kwalificeert die 'bevrijding' van je persoonlijkheid en van je plaats in de wereld als iets negatiefs. Hij omschrijft dat als Angst. En dat woord is dankzij zijn werk zo beroemd geworden dat het zelfs in de Engelse taal een plaats heeft gevonden. Ik denk dat Heidegger die ervaring negatief beschreef omdat hij daar God niet vond. Heidegger was opgeleid op een priesterschool.

Maar er is ook een heel andere ervaring van datzelfde lege bewustzijn mogelijk. Die heb ik ervaren toen ik, vijftig jaar geleden, de techniek van de transcendentale meditatie heb geleerd. Voor degenen die dat niet kennen: schrikt u nu niet, het is geen vage Oosterse bedoening met oranje soepjurken aan, maar een heel praktische techniek om een toestand van zuiver, sommige noemen het transcendent, bewustzijn te bereiken door twee keer twintig minuten per dag de geest leeg te maken. Al heb ik natuurlijk niet de discipline om dat elke dag te doen, zeg ik er meteen maar bij.

Leeg bewustzijn is eigenlijk niet het juiste woord: want leeg klinkt saai, alsof je afstand moet doen van alle mooie en leuke dingen in het leven. En dat is precies de instinctieve afkeer die veel mensen hebben van meditatie, religies, en de hele spirituele santenkraam: het is negatief, gaat om onthouding, je moet maar steeds dingen afleggen, terwijl we juist het "volle leven" willen! Als in de FD Weekend! Mijn ervaring is echter dat als je, door meditatie of op een andere manier, ervaart dat je in de kern slechts een ontvankelijk bewustzijn bent, dat niet samenvalt met de gedachten en de gevoelens die zich aan dat bewustzijn voltrekken, dat dat je in staat stelt diezelfde gevoelens en gedachten, de ellende en de schoonheid van de wereld niet minder, maar juist intenser te beleven.

Bescheidenheid en bewust ervaren

Ik denk dat in zekere zin dezelfde ervaring ten grondslag ligt aan de leer van de grote religieuze leiders, zoals Jezus van Nazareth en Siddharta Gautama, ook wel bekend als de Boeddha. De leer van Jezus is dat je je spullen en je ijdelheden moet afleggen en voor anderen moet leven en juist daarin rijkdom zult vinden. De mens die je slaat de andere wang toekeren. Wat betekent dat toekeren van die andere wang anders (behalve ook een manier om escalatie van geweld te voorkomen) dan niet te proberen je 'persoonlijkheid' overeind te houden. Te beseffen dat je dat niet bent. Maar opnieuw: is dat niet een masochistische gelofte van armoede, nederigheid en onthouding? Is "ego-death" de dood in de pot? Ik geloof van niet. Een van de meest fascinerende figuren uit de kerkgeschiedenis is Augustinus. Voordat hij zich bekeerde tot het christendom, leidde hij een leven dat, *avant la lettre*, alle clichés belichaamde van de Zuidas-man: rijkdom, feesten, drank en vrouwen. Augustinus bekeerde zich en een van de mooiste stukken uit zijn beroemde boek *Belijdenissen*, *Confessiones*, is waarin hij beschrijft dat hij zich dat allemaal heeft ontzegd maar zijn leven eerst nu als vol en rijk ervaart. Hij zegt niet: ik kies ervoor om bescheiden en volgens Gods geboden te leven en dat geeft me rust en dat is beter dan het rijke volle leven. Hij bezingt de rijkdom en volheid van zijn leven, die hij eerst nu ervaart. Hij had zichzelf teruggebracht tot ontvankelijkheid, zich opengesteld (al was het dan, zeg ik als atheïst, voor God) en merkte dat alle ervaringen die hij vanaf dat moment had, tien keer zoveel voller en rijker waren dan daarvoor. Het tegendeel van onthouding, *ascese* dus. Het verhaal van Boeddha is in wezen hetzelfde: ook hij was een rijke prins, die beschermd was opgevoed, de wereld introk, alle ellende zag en daarmee in het reine wilde komen. Hij deed dat eerst door alles af te leggen en ascetisch te leven. Maar zelfs die *ascese* was als het ware nog een project van zijn persoonlijkheid, een dwangmatig project zelfs. Het moment van verlichting kreeg hij toen hij, uitgehongerd en wel, een bord met rijstpudding kreeg aangereikt van een klein meisje en begreep dat hij dat moest aannemen. Hij had zich leeggemaakt, bijna letterlijk, maar besepte dat die innerlijke leegte de weg was naar het zich echt kunnen openstellen naar de wereld en naar de ander.

Transcendent bewustzijn. Openheid. Ze betekenen niet, juist niet, dat we niet handelend in de wereld zouden moeten leven, geen carrière zou mogen maken en al die zaken. Een van de bekendste beoefenaars van transcendente meditatie is de filmmaker David Lynch, bekend van *Twin Peaks*, *Blue Velvet*, *Mulholland Drive* en andere prachtige films. Hij heeft ook een boekje geschreven, "*Catching the big fish*" waarin hij beschrijft dat juist de afstand die hij ten opzichte van zijn gevoelens en gedachten weet te creëren door transcendente meditatie, hem openstelt voor het eerst echt ervaren van die gevoelens en creatieve ideeën. En, zoals iedereen weet die David Lynch' films gezien heeft,

dat zijn echt niet alleen maar brave, lieve, verlichte verhaaltjes. Het EO-gehalte van David Lynch is tamelijk laag. Het is ook niet zo dat we geen politiek moeten bedrijven. Maar we kunnen ervaren dat er een andere wereld is die we in onszelf kunnen aanboren, waardoor we de politiek niet het existentiële primaat geven dat het nu soms lijkt te hebben. En natuurlijk hebben we allemaal een persoonlijkheid, en de een misschien wel een beetje meer dan de ander. Maar we worden gelukkiger en effectiever als we ons realiseren dat we die persoonlijkheid niet zijn, maar dat het een schil is die zich gevormd heeft om iets wat in wezen zuivere ontvankelijkheid is. Door die ontvankelijkheid op te zoeken en bewust te ervaren kunnen we leren onze persoonlijkheid meer te zien als een middel waarmee we in de wereld werkzaam zijn, in plaats van als een fetisj, een totempaal, die we met steeds mooiere jasjes moeten aankleden. Ik geloof dat de ervaring van het je overgeven aan de ontvankelijkheid van het zuivere bewustzijn ook een ervaring is die, misschien anders benoemd, een belangrijke grondslag is van de wereldreligies. Daarom besprak ik de ervaringen van Jezus en Boeddha. Misschien springen we daarmee dus ook over de kloof tussen onze geseclariseerde Westerse samenlevingen en de religieuze samenlevingen.

Islam betekent onderwerping (en dus afstand doen van je ijdelheid), maar het woord zit dicht aan tegen ontvankelijkheid, een zich openstellen. Niet voor niets zochten Jezus en Mohammed de leegte, de openheid van de woestijn op. Dat zich openstellen is niet een heel andere ervaring dan de ontvankelijkheid die besloten ligt in het ontvankelijke zuiver bewustzijn, zoals zich dat in transcendentie meditatie openbaart. Wat ik zeg is geen wetenschappelijke theorie. Het is een ervaring. We kunnen ervaren dat we onze gevoelens en gedachten en de woorden die we spreken, niet "zijn" maar dat we iets zijn wat daarachter ligt. Heidegger, die opgroeide in donkere Duitse wouden, gebruikt het mooie beeld van de "Lichtung", een open plek in het bos, waar het licht naar binnenvalt. Een lege plek zonder bomen. Van daaruit kun je bomen, het bos eigenlijk pas zien. Een plek, zeg maar, zonder gedachten, gevoelens en woorden. Dat lijkt me een goed moment om af te ronden en te luisteren naar muziek, die u waarschijnlijk dichterbij de ervaring brengt waar ik het over heb, dan mijn woorden.