



Foto: Paul Smit

Het goede leven van Paul Smit

Portret

Paul Smit (36) is cabaretier, filosoof en spreker in het bedrijfsleven. Hij wordt gedreven door het non-dualisme, het oosterse idee dat alle materie en alle mensen één zijn. Daar hoort de overtuiging bij dat de mens geen vrije wil heeft. In maart verschijnt hierover de film *Alles over Niets*, waarvoor Smit het script schreef. Door **Jurgen Tiekstra**.

denken „Als tiener kon je mij heel vaak vinden in de bibliotheek in Rotterdam waar ik alle soorten boeken en literatuur erop heb nageslagen: van Egyptische wijsheden tot wijsheden uit India. Ik heb alles bij elkaar gepuzzeld wat voor mij goed aanvoelde, maar wat ook met de wetenschap strookte. Dat vond ik belangrijk.

Vanuit die interesse heb ik een afstudeerscriptie geschreven over de evolutie van het menselijk bewustzijn. Maar ik had altijd het idee dat ik nog iets miste. Op een dag wilde ik een spijkerbroek kopen, dus ik fietste naar de stad. Ik stopte bij een boekwinkel, wat ik helemaal niet van plan was. In die winkel pakte ik een boek uit de schappen waarop stond: *Wie zoekt zal niet vinden*. Dat was een heel dun boekje, met erin allerlei spreuken en gedichtjes over non-dualiteit. Daar had ik nog nooit van gehoord, maar het raakte mij heel diep. Ik ben naar huis gefietst en heb echt huilend in bad dat boek gelezen.

De filosofie heet non-dualiteit. In India noemen ze dat *a-dvaita*, wat betekent: geen-twee. Het betekent dat we allemaal één zijn. Ook Einstein zei: alles is één energie. Het verschil tussen jou en mij is slechts een idee in ons hoofd. Want we zijn één en hetzelfde spul. Het was dat diepe besef dat we allemaal verbonden zijn met elkaar wat mij heel erg geraakt heeft. Het lijkt alsof je een individu bent, maar dat is alleen maar een idee in je hoofd.

Het verschil tussen jou en mij is slechts een idee in ons hoofd

Van jongsaf worden we geconditioneerd om te geloven dat we een 'ikje' zijn. En als we heel hard daarin geloven, krijgen we een samenleving zoals nu, waarin het ego hoogtij viert, maar waarin we ons toch wel alleen voelen. Met de consumptiemaatschappij proberen we die leegte op te vullen. Het besef daarentegen dat we één zijn, zorgt ervoor dat er meer compassie ontstaat. Met alles. Ook met de medemens.

Die energie die wij zijn, neemt allerlei verschijningsvormen aan. Het is voor mij een groot mysterie en een wonder dat er miljarden unieke vormen zijn, allemaal met unieke eigenschappen en een uniek levenspad. Dat is prachtig. Die hele schepping is een wonder.”

denken „Ik was altijd heel erg met mijn 'ikje' bezig: dat ik, Paul Smit, een carrière van de grond moest krijgen, dat ik goed gevonden moest worden en alles onder controle moest houden. Die last, die echt groot was, viel weg. Daarom vind ik het woord 'verlichting' mooi, want ik ging van een verkramping naar verlichting. Dat betekent niet je dat in een LSD-trip loopt, maar dat er in je leven een flow ontstaat in plaats van dat je hoofd volzit met tienduizenden gedachten, vol kramp en angst.

Twee dingen zijn er wezenlijk veranderd in mijn systeem. Ten eerste heb ik nu het idee dat je altijd goed genoeg bent. Want dat wordt je nooit verteld. Je hoort alleen maar dat er iets mis met je is. Maar je bent altijd oké zoals je bent. Het tweede is dat mijn levensverhaal nooit anders kan lopen dan het nu doet. Dat maakt dat al mijn frustraties over het verleden verdwenen zijn, maar ook al mijn angsten voor de toekomst. Dat geeft diepe ontspanning.

In het christendom is het Gods wil: *Thou will be done*. Uw wil geschiede. In de islam is het: *insh'Allah*, zoals Allah het wil. In het Hindoeïsme is het: zoals Brahman het stuurt. Dus in iedere religie is terug te vinden dat er uiteindelijk één energie is - of noem het God, dat maakt mij niet uit - die alles is en alles doet. Het idee dat jij een afgescheiden stukje energie bent dat zijn eigen leven bestuurt, is echt alleen maar een idee. Ook de neurowetenschappen, die erg in opkomst zijn, kunnen die vrije wil nergens in mijn hoofd traceren. Dus wat alle religies al eeuwen zeggen, wordt nu wetenschappelijk vastgesteld.

Ik ben iemand die heel veel passies heeft. Dus ik wil het schip ergens naar toe sturen, maar ik weet niet waar ik uitkom. Ik heb niet in mijn handen welk stuk ik ga varen. Nu ben ik bezig met een film over non-dualiteit. Dat is dan iets wat in mijn leven verschijnt. En ik ga nu een weeshuis beginnen in India. Zo iets komt op, en dan gaat het beestje handelen. Maar ik heb geen doel. Bij mij volgt het een uit het andere. Hoe jouw leven verloopt, hangt namelijk van miljoenen factoren af. Het is een illusie te denken dat jij de touwtjes in handen hebt.”

geloven „Ik vind het hele leuke van non-dualiteit dat het niet de waarheid is. De breinen die we hebben zijn te beperkt en onbewust om de waarheid te kennen. We kunnen alleen maar wijzen naar iets wat waar zou kunnen zijn. In de *a-dvaita* heet dat een 'vingerwijzing naar de maan'. We weten niet hoe de waarheid er uitziet, maar wel ongeveer waar hij is. Daar komt nog bij dat alles wat ik zeg, niet waar is. Ten eerste kan ik de waarheid niet kennen. Ten tweede is alles wat ik zeg 'woorden'. En tussen wat ik zeg en jij 'ontvangt' zit een gitaris. De waarheid kennen we dus helemaal niet. Daarom wordt in de *a-dvaita* ook niet gesproken over 'één', maar over 'geen-twee'. Daar is heel slim over nagedacht. We weten niet of het 'één' is, maar het is in ieder geval 'geen twee'.

Er is alleen maar goddelijkheid. Al noem ik het liever energie of bewustzijn. Want die termen hebben een minder grote lading. Ik zeg: er is Eén. Of dat één God of één energie is, dat maakt mij niet uit. Dat Ene creëert alles en is alles. Wat het ook doet, is het universum creëren.

Daar komt nog bij dat alles wat ik zeg, niet waar is

Als je dood gaat, vraag ik me af: wie gaat er eigenlijk dood? Want er zit geen 'ikje' in mij. Het stuk energie dat ik ben, kan helemaal niet dood. Zoals Einstein ook gezegd heeft: energie kan nooit verminderen of verminderen, energie kan alleen van vorm veranderen. Wat wij dood noemen, is dus net als een golfje in de oceaan. Dat golfje zakt weer in de oceaan. Dat noem ik het spel van God. God heeft legosteentjes en bouwt iedere keer weer iets opnieuw en breekt het daarna weer af. Dat vind ik fascinerend. Alleen: als Hij zo'n legopoppetje heeft gemaakt, en hij gooit daar een ik-gedachte in, dan denkt dat legopoppetje: 'Kijk eens, dit ben ik! Als andere mensen mij maar wel goed genoeg vinden!'”

overnemen „Ik coach ook een paar miljonaars. Ik zie hoe zij worstelen met al hun spulletjes en dingetjes, en dat ze dan nog steeds naar een fles alcohol grijpen om zich goed te kunnen voelen. Ze zoeken een uitweg uit het lijden. Ik probeer ze te laten inzien wat er gebeurt: je gelooft dat je een 'ikje' bent. Daarom denk je: alles moet goed genoeg zijn, je moet alles onder controle houden. Nou, dat lukt niet. Dus wat ga je doen? Je raakt aan de drank, je jaagt status na, je wil alleen maar opvullen en opvullen. Op een gegeven moment word je heel erg moe van die *rat race*, het wielje gaat alleen maar sneller draaien. Uiteindelijk heb je al je spulletjes en al je aandacht, maar voel je je nog steeds lamdendig. Dan komt het punt waarop het ego denkt: ik zie wat over het hoofd.

Ik laat hen alleen maar zien dat het lijden zit in dat basisidee dat je een 'ikje' bent dat goed genoeg moet zijn. Als je nou eens inziet dat ieder moment is zoals het is, en dat het oké is zoals het is. Kijk naar de consumptiemaatschappij die we hebben. We hebben drie planeten nodig om ons te voorzien van al die zoi. Maar om nou te zeggen dat ik een heel gelukkige, vrolijke en ontspannen samenleving om mij heen zie. Totaal niet. Blijkbaar zit het hem daar niet in.

Mijn leven verloopt nu veel moeitelozer en meer ontspannen dan vroeger. Dat zeker. Dat betekent niet dat ik geen emoties heb. Als mijn zoon er een gekkenhuis van maakt, dan word ik evengoed boos. Of zoals afgelopen week, als ik een gigaopdracht met een deadline heb, dan voel ik spanning. Dat kan opkomen, maar het is ook zo weer weg. Vroeger kon ik daar dagen in blijven hangen. Nu kan het opkomen, maar is het daarna verdwenen. Je kunt dat vergelijken met het kijken naar een film. Tijdens het kijken kunnen er allerlei emoties dwars door je heen gaan, maar je verzet je niet tegen die emoties. Tijdens het kijken voel je ze, maar daarna zijn ze weg. Zo kan je dat in je leven ook ervaren.”