

'De kerngedachte van advaita is dat dingen nooit anders kunnen zijn dan ze zijn'

**O**nlangs werd uit de auto van Paul Smit een airbag gestolen. Waar een ander wellicht in woede ontstoken zou zijn, bleef de 37-jarige cabaretier en trainer er stoicijns onder. Een buitenstaander had zijn houding alleszins opmerkelijk gevonden. Intimi kennen hem inmiddels niet anders. Want sinds zijn kennismaking met het gedachtegoed van advaita, is Paul veranderd. Oppervlakkig beschouwd is er weliswaar weinig verschil met vroeger, maar innerlijk gezien des te meer. De omslag kwam een kleine tien jaar terug. Paul: "Ik ging naar de stad voor een spijkerbroek, maar eindigde in een boekhandel. Het eerste boekje dat ik er opensloeg, was van ene Ram Tzu: *Wie zoekt zal niet vinden*. Ik las een paar zinnen en was verkocht. Thuis heb ik het in bad in één adem uitgelezen. De tranen stroomden over mijn wangen. Ik had geen idee wat er gebeurde, maar voelde herkenning." Na zijn eigen *Eureka* moment,

beginnen er zaken in Pauls leven te veranderen. De kerngedachte van advaita, de leer die aan de basis van Ram Tzu's overpeinzingen staat, is dat dingen nooit anders kunnen zijn dan ze zijn. Je er druk over maken heeft dan ook geen enkele zin. Paul: "Daar waar ik vroeger helemaal van slag kon zijn na tegenspoed of kritiek, lukte het me aan de hand van de wijsheid uit het boek steeds makkelijker en sneller te relativiseren. Dat had ook te maken met die andere belangrijke poot van advaita: de stelling dat wij op energetisch niveau met elkaar verbonden zijn en afgescheidenheid een illusie is. Wanneer wij deze wetenschap tot ons door laten dringen, en beseffen dat onze ik-jes of ego's geen grond in de realiteit hebben, dan vervalt de noodzaak ze te verdedigen tegen zogenaamde aanvallen van buitenaf. Dat ontspant geweldig, want het in stand houden van ons zelfbeeld is voor velen van ons, en dat was het ook

# Jij bestaat niet

Geloof jij ook dat wij onze werkelijkheid creëren, eigen lessen kiezen en middels de kracht van intentie kunnen aantrekken wat we willen? Je bent niet de enige! In spirituele kringen zijn dergelijke aannames gemeengoed. Maar volgens de Indiase leer van advaita houden we ons hiermee geweldig voor de gek. Zijn wij enkel pakketjes energie zonder vrije wil. Een beangstigend idee? Niet voor advaita-kenner Paul Smit: "De gedachte dat jij als verschijningsvorm vanzelf 'gebeurt', net zoals de wind waait, de regen valt, de boom groeit en de planeet draait, zorgt voor een heerlijke ontkramping. We hoeven het leven niet te sturen, het leven stuurt ons!"

TEKST: NIELS BRUMMELMAN ▶





### Wie is Paul Smit?

Paul Smit wordt geboren op 26 maart 1976. Hij gaat naar de havo en speelt ondertussen gitaar in een bandje. Hij meldt zich, na het behalen van zijn diploma, aan voor de Luchtmobiele Brigade. Na twee jaar beroepsmilitair te zijn geweest, gaat Paul studeren en in 2000 verschijnt zijn scriptie over de evolutie van het menselijk bewustzijn. Volgens eigen zeggen wordt er tijdens lezingen die hij over dit onderwerp geeft, heel wat gelachen. Een gegeven dat hem, na opheffing van zijn IT-bedrijfje, in 2002 doet besluiten het toneel op te gaan. Hij trekt volle zalen, maar langzamerhand verschuift het cabaret steeds meer richting het bedrijfsleven, waarvoor hij inmiddels een veelgevraagd spreker is. Ondertussen is het concept van non-dualiteit, ofwel advaita, op zijn pad gekomen en begint hij met het schrijven van boeken over verlichting. Zijn in 2012 verschenen *Verlichting voor luie mensen* wordt een bestseller. Paul daarover: "Blijkbaar zijn er veel luie mensen." Begin dit jaar rondt hij samen met regisseur Robert van den Broek en cameraman Ismaël Lotz de film *Alles over niets af*. De film gaat over advaita en verschijnt samen met een boek dat dezelfde titel draagt.

voor mij, een dagtaak. Langzaam maar zeker verwierven de inzichten van advaita zich een plek in mijn leven en werden de momenten waarop ik bij tegenslag alsnog in de kramp schoot, dat oude conditionering mijn beleving overnam, zeldzamer. En gebeurde dat nog wel, dan bleek de tijdspanne tussen de aanleiding of *trigger* en de ontspannende realisatie dat alles is zoals het is, nog korter geworden. Tegenwoordig is er geen tijdspanne meer en wordt er alleen dat gezien wat zich aandient. Of het nu om een gestolen airbag, een gemiste bus of een boze partner gaat. Niet dat ik daar zelf iets voor hoeft te doen trouwens, het gebeurt gewoon. Ontspanning door inspanning is sowieso een onmogelijkheid. Verlichting ontstaat door inzicht, niet door inzet."

### Toch begeleid je mensen bij hun pogingen de filosofie van advaita in hun leven te integreren. Hoe valt dat te rijmen met jouw laatste opmerking over verlichting?

"Het is wonderlijk hè? Die mensen hebben vaak een jarenlange zoektocht achter de rug en komen hier zitten met het idee dat ze van mij te horen krijgen wat ze moeten doen. Ik bied die mensen niets, helemaal niets. Geef ze geen enkel handvat. Benoem slechts dat wat is. En toch gebeurt er vaak iets. Hoe dat komt? Misschien omdat er energetisch gezien een uitwisseling plaatsvindt van persoon tot persoon en we elkaar op die manier beïnvloeden."

### MUPPETS

#### Alles is zoals het is. Dat klinkt goed. Maar ligt het gevaar van onverschilligheid niet op de loer als we vanuit een dergelijke houding ons leven leiden?

"Voor mij staat de vaststelling dat alles gaat zoals het gaat niet gelijk aan onverschilligheid. Ik zie dat wat zich aandient met compassie. Omarm als het ware de werkelijkheid. Daarmee vervalt het verzet tegen het verleden en verdwijnt de angst voor de toekomst. Benader jij me met een probleem, dan benoem ik dat wat er is: dat je een probleem ervaart, daar gevoelens over hebt, anderen misschien verwijten maakt. En dan zet ik een punt. Wat ik dus niet doe, is vertellen dat het anders zou kunnen of moeten zijn. Speld ik je wel dergelijke onwaarheden op de mouw, dan is de kans levensgroot dat ik jou lijden verzwaar. Dat je met extra aandacht begint te luisteren naar die eeuwige stemmetjes in je hoofd, die ik, naar de twee commentaarieke opaatjes uit *The Muppet Show*, ook wel de Muppets noem: 'Had ik maar dit', 'Nu moet ik dat' en 'Wat als...'. Met als gevolg meer zorgen, frustraties, schuldgevoelens en gepieker. En dat terwijl je, bij gebrek aan vrije wil, helemaal geen controle over de situatie hebt! Verzet tegen

de werkelijkheid is een vorm van krankzinnigheid. En het veroorzaakt dagelijks een bak ellende op de wereld."

#### Jouw moeder is op de snelweg doodgereden. De dader kreeg celstraf. Zat je niet vol wrok?

"Verdriet was er natuurlijk volop. Maar door dat verdriet heen was er eveneens het besef dat het zo moest zijn. Alles gaat immers zoals het gaat en in die zin bestaat schuld niet."

#### Indien het bestaan van schuld in twijfel getrokken wordt, is dat toch een ideale vrijbrief voor eenieder om maar te doen wat hem of haar goeddunkt? Met als gevolg chaos en anarchie?

"Er zijn inderdaad mensen die deze zienswijze als excuus gebruiken. 'Ik kan er niets aan doen dat ik vreemdga.' Een dergelijke redenering komt van het ego, dat, zoals alles, door bewustzijn ofwel energie aangestuurd wordt. Uitgezoomd is alles energie in beweging. En die beweging bepaalt de manier waarop de poppetjes reageren en handelen. Maar dat gebeurt simpelweg. Daar is niemand verantwoordelijk voor. Ingezoomd lijkt het echter alsof er wel degelijk verschil is tussen jou en mij en de bloem hier op tafel. Alsof de één schuld heeft en de ander niet. Dat is het spel van de dualiteit. Zo is het hier op aarde. En dat is helemaal oké."

### BREINFOPPERIJ

Advaita wordt wel gelijkgesteld met non-dualiteit. De suggestie die daarmee gewekt wordt, dat het de tegenpool van dualiteit betreft, is echter een ongelukkige en in feite op en top dualistisch. Daarom gaat de voorkeur uit naar de letterlijke vertaling: 'niet-twee'. Waar naar verwezen wordt, is dat alles één is. Een gedachte die al in de *Upanishads*, een verzameling hindoeïstische geschriften van honderden jaren voor Christus, verwoord wordt en die meer recent door de wetenschap bevestigd is. Want ontleden we materie, dan blijkt er uiteindelijk 'niets' te zijn. Alleen het samenbindende grondveld, waaruit alles verschijnt en waarin alles weer verdwijnt, is een constante. Dat wij voorwerpen, personen, wolken en planeten zien, heeft te maken met verschillen in dichtheid van dit veld. De verschijningsvormen zelf zijn net zo goed onderdeel van het allesomvattende veld – ook wel Tao, Brahman, God of het nulpuntsveld genoemd – als het schijnbare niets ertussenin. Dat het brein ons de illusie voorschotelt van afgescheiden 'ietsen' is op zich niet verkeerd en zelfs functioneel. Het is zoals spiritueel therapeut Pamela Kribbe uit de mond van het lichtwezen Jeshua optekent: 'De



### 'Het voelde als thuiskomen'

Jan-Willem Pleijsier omschrijft zichzelf als onderdeelje van de allesomvattende energie, zijn spelletje spelend binnen dit universum. We laten hem zelf aan het woord: "In het verhaal ben ik in 1974 in Heenvliet geboren en werk ik sinds twee jaar als zelfstandige bij *Pleijsier training + coaching*. In het najaar van 2010 las ik een interview met Paul Smit. Er was sprake van een diepe herkenning. Natuurlijk, Paul wordt ook maar aangestuurd. Maar hij heeft het onderwerp advaita voor meer mensen toegankelijk gemaakt. Zelf gebruik ik da-

gelijks tijdens mijn bijeenkomsten en trainingen voorbeelden uit de advaita-leer. Advaita betekent voor mij ontspanning en bevrijding. Het wegvallen van de schuldvraag door het niet bestaan van de vrije wil, inzien wat ik werkelijk ben en zien dat het leven zoals het nu is nooit anders had kunnen zijn, voelt als thuiskomen. Het leven wordt voller, omdat ik beschikbaar kan zijn voor alles wat er op dit moment te ervaren valt. Het zogenaamde 'ontwaken' verliep voor mij in verschillende fasen die niet altijd even leuk waren. Uiteindelijk integreert de zienswijze en dat is heerlijk. Ik ben er wel achter dat je niet zomaar iets moet aannemen, maar dat je gedegen zelfonderzoek moet doen. Dit is confronterend en niet iedereen heeft daar zin in, wat ook helemaal oké is. Advaita is geen geloofsovertuiging, maar haalt vele overtuigingen onderuit. We hoeven anderen niet actief van de waarheid ervan te doordringen. Uiteindelijk maakt het niet uit of een 'golffe' wel of niet ontdekt dat hij altijd al water was. Je bent de essentie en die kun je nooit verlaten."

wereld van vormen heeft wel degelijk een functie. Via de vorm van je lichaam kun je met een ander communiceren, elkaar liefhebben, je armen om iemand heenslaan. Vormen hoeven je niet per se af te scheiden van elkaar. Het spel van de vormen kan ook liefdevol gespeeld worden...'. Lijden ontstaat op het moment dat het laatste deel van deze boodschap in de vergetelheid raakt. Nog zo'n aspect van advaita dat door moderne wetenschap ondersteund wordt, is het ontbreken van een vrije wil. Paul: "Neurologen hebben ontdekt dat wanneer wij denken een beslissing te nemen, deze kort daarvoor al in een bepaald deel van onze hersenen detecteerbaar is. Vlak daarna verzint een ander deel van onze hersenen daarover een verhaaltje, in het fabriceren van verzinsels is ons brein héél erg goed, zodat het lijkt alsof wij wel degelijk aan het roer staan. Niets is echter minder waar. Wij produceren geen gedachten, deze ontstaan gewoon. Niet dat we van die breinfopperij af moeten overigens. Want dan belanden we in een gekkenhuis. Maar blijkbaar zijn wij mensen in staat deze trucjes te doorzien." Het mag duidelijk zijn dat stromingen als *The Secret*, waarin het idee dat je door beïnvloeding van je gedachten je eigen werkelijkheid creëert, volgens de advaita-leer in feite op drijfzand gebaseerd zijn. "Natuurlijk is het zo dat de gedachten die we ontvangen invloed op onze hersenen hebben en daarmee onze perceptie kleuren. Maar het idee dat we onze gedachten voor het kiezen hebben, klopt niet", aldus Paul.

'Verzet tegen de werkelijkheid is een vorm van krankzinnigheid'



'Of je nou  
verkramp  
of verlicht  
bent, het is  
zoals het is'

*Je hebt het wel over de Muppets in onze hoofden, maar de mens zelf lijkt zo gereduceerd tot een Puppet on a string, een marionettenpop. Tot slaaf van de energie...*

“Wanneer het besef ontbreekt dat wij veel méér zijn dan ons ego, die beperkte ik-identiteit, kan dat inderdaad zo gevoeld worden”, zo luidt kort en krachtig de respons van Paul. Mij schieten de woorden te binnen van de Britse theosoof George Mead (1863-1933): ‘De mens vreest dat het niet voor hem kan zijn. Hij beseft niet dat de “kleine mens” die een schittering in het verschiert waarneemt, de belofte van een glorieus visioen, niet iets buiten zich ziet, maar in zichzelf. Het is potentieel aanwezig, het volle zoonschap van de vader. Het is daar en hier en overal, want het is de aard van onze diepste essentie.’ En toch blijft de vraag hangen wat de potentiële gevaren zijn als die ‘kleine mens’, die daar misschien nog helemaal niet aan toe is, zich verbindt met de vergezichten die door advaita opgeroepen worden. Kunnen de hier besproken inzichten niet een gevaarlijk verlies van identiteit met zich meebrengen? De één heeft nu eenmaal meer houvast in het leven nodig dan de ander... Paul: “Wat we zien is dat wanneer mensen nog een beschadiging op het ego hebben, de boodschap van advaita niet of nauwelijks beklijft. Laat staan integreert. De beschadiging eist namelijk continu aandacht op. Wat ook wel gebeurt,

is dat men advaita gebruikt om van pijn af te komen. Het fungeert dan als de nieuwe reep chocola of het meest hippe antidepressivum. Ik durf de stelling wel aan dat de meeste mensen die zich in advaita gaan verdiepen, dat in eerste instantie doen omdat ze zich beter willen voelen. Maar dat is niet de focus van advaita, dat juist de ik-illusie op de korrel neemt. Het paradoxale is echter dat zodra die ik-illusie wordt doorzien, het ik-je zich over het algemeen tóch beter voelt. Als ik voor een groep sta als trainer of cabaretier, is dat, hoe je het wendt of keert, een egotrip. De stofjes die mijn hersenen aanmaken, geven me op zulke momenten een lekker gevoel. Het egoverhaal, het ik-besef, blijft. Ook bij mij. Daarvoor ben ik mens. Maar het wordt doorzien. Het geloof erin valt weg. En dat maakt het milder.”

*Het gaat dus om het doorzien in plaats van het overstijgen van dualiteit?*

“Precies! Het overstijgen van de dualiteit is een onmogelijkheid. De compassie daarmee, de omarming daarvan, geeft rust. Niet het vechten ertegen of het wegvluchten ervan. Ik onttrek me dan ook niet aan identificatie en dualiteit. Er wordt alleen begrepen dat wat ik in werkelijkheid ben, datgene is waarin dergelijke fenomenen zich manifesteren. Het is die grondeloze eenheid, dat alles en niets, waarnaar advaita verwijst. Deze eenheid heeft geen verhaaltjes nodig. Die is simpelweg. We groeien als mens ook niet naar die eenheid of Bron toe en keren daarin ook niet terug. Want er is niets anders dan dat. Wij zijn dat.”

*Tijdens jouw studie naar de evolutie van het menselijk bewustzijn kwam je in aanraking met het concept reïncarnatie, waar je volledig in geloofde. Hoe kijk je nu tegen het idee van wedergeboorte aan?*

“Wat we weten van energie, is dat het nooit vermeerderd of vermindert. Het verandert alleen van vorm. De energie die nu Paul Smit verbeeldt, zal dus een andere vorm aannemen. Dat mag je reïncarnatie noemen, maar het gaat niet om de wedergeboorte van een ‘ik’. Want er is geen ‘ik’. Ik besta niet. Jij ook niet. En de tijd waarin een eventuele wedergeboorte plaats dient te vinden evenmin. Maar mij hoef je niet te geloven, hoor. Ook advaita is immers ‘een verhaaltje.’”

*Je laat de lezer ogenschijnlijk met weinig achter. Heb je, afsluitend, nog een advies?*

“Maak je niet druk. Of je nou verkramp of verlicht bent, het maakt geen verschil. Het is zoals het is.” ■



#### **‘Advaita leerde mij mijn ziekte te accepteren’**

Joke Peters (56) had naar eigen zeggen bijna meteen een ‘klik’ met Paul Smit. Ze zag hem niet als leraar, maar kreeg het gevoel op gelijkwaardig niveau met Paul te kunnen praten over aspecten van advaita. In de tijd dat ze hem leerde kennen zat ze dicht tegen een burn-out aan vanwege de jarenlange veronachtzaming van haar hooggevoeligheid. Maar er speelde meer: “Waarom overleed mijn moeder toen ik zeven was? Waarom was mijn zoon zo’n moeilijke puber? Waarom wist ik van mijn relatie al jaren niets leuks

meer te maken? Waarom liep het op het werk niet lekker?” Door de inzichten van advaita ontstaat bij Joke het besef dat ze haar gevecht op deze fronten mag staken. Dat alles wordt aangestuurd door het ‘Ene’ en dat haar daarin geen keuze wordt gelaten. ‘Had ik maar...’ en ‘Wat als...’ zijn formuleringen die steeds minder vaak in haar hoofd opduiken. Daarvoor in de plaats komt rust. En dat kan ze gebruiken, want ook in deze nieuwe fase gaat het Joke niet bepaald voor de wind: “Na een huwelijk van meer dan dertig jaar ging ik scheiden. Nog geen twee jaar na de breuk, mijn ex had alweer een nieuwe vriendin en was inmiddels gesetteld, kreeg ik bijna een doodvonnis te verwerken: darmkanker. Maar door mijn inzicht dat alles komt zoals het komt, was er bij mij totaal geen verzet tegen de ziekte. Natuurlijk waren er moeilijke momenten. Momenten van pijn en verdriet. Het inzicht van advaita zorgde er echter voor dat ik geen energie meer verspilde aan de eeuwige vraag naar het waarom. Daardoor kon ik optimaal genieten van de goede momenten en de fijne contacten.”