

EDEL MAEX

DE BEREIDHEID
OM TE KIJKEN

INHOUD

Woord vooraf	7
Drie vragen aan religie	9
Een onrealistisch mensbeeld	17
Wat is transmissie?	23
Wat is geweld?	27
Je hart cultiveren	33
Alternatief feit: $2+2=5$, punt.	39
De bereidheid om te kijken	45
Zelf	51
Wat is genoeg?	57
Kijken en luisteren	61
Ontwaken is geen luxe	67
Zonder hoop	75
De angst om te kijken	79
Zelfbeeld	85
De strijd tussen goed en kwaad	91
Blijf bij mij	97
Lukken en mislukken	103
Zen is politiek	109
Opium voor het volk	115
De basale ommekeer	119

WOORD VOORAF

Iedere woensdagavond toveren we de turnzaal van een school om tot een zendo. Dat is een ruimte waar we met onze zengroep samenkomen om iets heel onwaarschijnlijk te doen: we zitten stil.

Iedere eerste woensdag van de maand geef ik er een toespraak. Vaak getriggerd door actuele gebeurtenissen, staan we stil bij wat onze zenpraktijk betekent, niet alleen voor onszelf, maar ook voor de woelige wereld waarin we leven.

Het is een niet-aflatend zoeken naar woorden, waarbij thema's opduiken en draden gesponnen worden. Rode draden door deze bundel heen zijn 'de bereidheid om te kijken' en 'basale ommekeer'.

Een van deze toespraken is gegeven door Reginald Verhofstede. Zijn verhaal sluit naadloos aan bij de thema's van dit boek.

DRIE VRAGEN AAN RELIGIE

Na de zoveelste terreuraanslag opgeëist door IS, tweette de atheïstische filosoof Maarten Boudry: *'My dear liberal Muslims (I know you're out there), why would you still want to associate with this hateful religion? Why not just leave?'*

Op exact dezelfde dag vertelde een psycholoog die in dezelfde stad werkt als Boudry, mij dat een aantal gevallen van ernstig huiselijk geweld spontaan opgelost waren tijdens de ramadan. Man en vrouw waren opnieuw samen gaan bidden, aten weer samen, de man was gestopt met drinken...

Wat is het nu? Zet de islam, en meer algemeen religie, aan tot haat? Of is het een bron van vrede en harmonie?

RELIGIE

Het probleem is dat religie, en dus ook de islam, alleen bestaat als een abstractie. Zeker, rationeel denken kan niet zonder abstracties, maar dat betekent dat we er des te meer over moeten waken om niet te 'overgeneraliseren'.

De Katholieke Kerk bestaat als een organisatie, maar 'het christendom' verwijst naar een zeer heterogeen fenomeen. Hetzelfde geldt voor 'de islam' of 'het boeddhisme' en zeker voor termen als 'religie' en 'atheïsme'. Toch denken de meeste mensen over reli-

gie en religies als entiteiten waaraan je algemene eigenschappen als wreed of vredelievend kunt toeschrijven.

Vele discussies nemen niet eens de moeite om 'religie' te definiëren, alsof iedereen weet wat er met het woord bedoeld wordt. Pogingen tot definitie pikken er meestal een of enkele kenmerken uit. Filosofen hebben de neiging religies te definiëren als overtuigingen, psychologen hebben het over persoonlijke ervaringen, sociologen over het gedrag van groepen, dichters daarentegen... Let wel: er is niets mis mee als je het object van je onderzoek definiëert, zolang je er maar niet van uitgaat dat je definitie daarmee ook algemeen geldig is.

Religie wordt vaak gezien als iets van alle tijden en alle culturen. Maar toen de term 'religie' voor het eerst in het Chinees vertaald werd, moest er een neologisme voor gecreëerd worden. Brent Nongbri, een classicus en godsdienstwetenschapper, was verrast toen hij ontdekte dat de taal van zijn vader, die van Indiase afkomst was, geen woord voor 'religie' had. Het woord dat er het dichtst bij kwam, betekende zoiets als 'gebruiken'. Toen hij onderzoek deed naar religie in de oudheid, moest hij vaststellen dat de oudheid geen religie kende, in elk geval niet in de betekenis zoals wij het woord nu hanteren.

Wat bedoelen we dan met 'religie'? Religie is een heterogeen amalgaam van verschillende menselijke activiteiten en ervaringen, wereldbeelden, ethiek, verenigingsleven, kunst, muziek, architectuur, ervaringen, zorg, heling, oorlogsvoering... Geen enkele van deze bouwblokken is specifiek voor religie. Er is ethiek binnen en buiten religie, net zoals er kunst is binnen en buiten religie, en mensen hebben allerlei wereldbeelden en ethische normen met of zonder religie.

De meeste – zo niet alle – van deze activiteiten en ervaringen zijn transcultureel, maar de verzameling die we bestempelen als ‘religie’, is dat niet. Dus, heeft China religie? Nee, maar de Chinezen hebben wel tempels en wereldbeelden en ethiek en rituelen. Alleen hebben ze dat niet gebundeld in ons concept van ‘religie’. Ze hebben hun samenleving georganiseerd volgens andere lijnen en concepten, die al even moeilijk te vertalen zijn in westerse talen.

De vorige paragraaf had eigenlijk in de verleden tijd gesteld moeten zijn. In de globalisering van de wereld hebben we ons concept van ‘religie’ geëxporteerd, inclusief onze problemen en conflicten daaromheen. We hebben nu ‘wereldreligies’. Zo wordt een etnisch conflict in Myanmar een conflict tussen ‘boeddhisten’ en ‘moslims’, en daarmee een motief om een boeddhistische tempel elders in de wereld in de as te leggen. Lokale conflicten worden zo wereldconflicten.

DRIE DOMEINEN, DRIE VRAGEN

Ik verraad mijn achtergrond als psychiater als ik al deze verschillende aspecten van religie probeer te organiseren in drie domeinen: denken, voelen, doen. In religie vinden we gedachten over hoe de wereld is en zou moeten zijn. Maar veel mensen zouden hun religie leeg en kil vinden als het alleen maar een kwestie van wereldbeeld en ethiek was. Religie is meer dan denken alleen. Zo schreef William James in *The Varieties of Religious Experience* uitgebreid over religieuze gevoelens. Daarnaast doen religieuze mensen ook dingen: ze komen samen, voeren rituelen uit, hebben hun gebruiken.

Deze drie domeinen – denken, voelen en doen – zijn nauw met elkaar verbonden, maar het ene kan niet tot het andere gereduceerd worden. Uiteraard kun je ook vasten zonder in een god te geloven. Maar hoe kun je jezelf motiveren om mee te doen aan de ramadan als je niet in God gelooft?

Kijkend naar het veld van religie, stel ik mijzelf drie vragen, een voor elk van deze domeinen. Het zijn geen neutrale vragen, maar gewetensvragen. Ze reflecteren mijn eigen waarden, die wellicht niet door iedereen gedeeld zullen worden. Mijn drie vragen zijn persoonlijk. Ze zijn niet bedoeld als een typologie van religies. Ze gaan over wat mensen ermee doen. Deze vragen zijn ook niet voorbehouden aan mensen die zichzelf als religieus definiëren. Ze zijn van toepassing op iedereen die denkt over hoe de wereld is en zou moeten zijn.

DENKEN

Wat het denken betreft, gaat mijn vraag niet zozeer over de inhoud ervan, maar wel over hoe we ons denken gebruiken. Verharden we ons denken tot waarheden of is denken een instrument voor open onderzoek?

De gevolgen zijn duidelijk: als wat ik denk harde waarheid is en jij zegt iets anders, dan heb jij ongelijk. Als ik bereid ben mijn geest open te houden, dan wordt het verschil tussen ons een uitnodiging tot nog meer open onderzoek.

Sommigen zullen een claim op ‘de waarheid’ als het wezenskenmerk van religie zien, maar dat hoeft niet altijd zo te zijn. Sommige boeddhistische teksten waarschuwen expliciet voor het vasthouden aan waarheden en nodigen uit tot open onderzoek. Maar ook in het boeddhisme vind je mensen met harde geloofs-

overtuigingen, soms zelfs gebaseerd op diezelfde teksten. Je zou kunnen denken dat wetenschap het hoogtepunt is van open onderzoek. Als je een wetenschapper bent, weet je hoe moeilijk dat ideaal te bereiken is. (Erger nog is het gesteld met sommige niet-wetenschappers die geloven dat de wetenschap hun de waarheden gaat geven die ze in religie niet konden vinden.)

VOELEN

Wat het voelen betreft, is mijn vraag: word je gedreven door angst of door vertrouwen? We lopen hier een beetje vast in de woordenschat. Het Engels kent het verschil tussen *'fear'* en *'anxiety'*. Er is angst voor iets (*fear*) en angst die niet specifiek op iets gericht is (*anxiety*). Deze laatste angst kan een toestand of een trek zijn en daarbij allerlei angsten (*fear*) oproepen, en vele andere emoties, maar op zich is deze angst (*anxiety*) objectloos en anoniem. Het Nederlands gebruikt 'angst' in beide betekenissen. De letterlijke vertaling van *'fear'* is 'vrees', maar dat klinkt verouderd.

Hetzelfde probleem hebben we met vertrouwen. Er is vertrouwen in iets en er is ook een objectloos vertrouwen dat net als angst een toestand of een trek kan zijn. We hebben geen woord dat zich tot 'vertrouwen in' verhoudt zoals 'angst' tot 'vrees voor'.

Toen Geert Grote de 14de-eeuwse mysticus Jan van Ruusbroec opzocht, was hij geschokt toen hij merkte dat Ruusbroec niet bang was voor de hel. Als God hem naar de hel zou sturen, vertrouwde Ruusbroec, dan zou het daar oké zijn. Grote leefde vanuit een grote angst, Ruusbroec vanuit een diep vertrouwen. Het interessante is dat deze discussie zich afspeelt binnen hetzelfde conceptuele kader, binnen eenzelfde geloof. Angst en vertrou-

wen reflecteren dus niet automatisch een bepaalde levensbeschouwing of geloof.

Sommige religies leggen een grote nadruk op vertrouwen, maar dat kan ons op het verkeerde been zetten. Vertrouwen eisen is geen teken van vertrouwen, maar van de afwezigheid ervan. Hoe meer een priester of leraar aandringt op vertrouwen, hoe meer hij zijn eigen angst toont.

Je zou kunnen argumenteren dat mensen een duidelijke waarheid nodig hebben als houvast om de angst te verdrijven en vertrouwen te vinden. Dat is niet mijn ervaring. Ik heb mensen met sterke religieuze overtuigingen weten sterven in grote angst en ik heb mensen die in niets of niemand geloofden, een vredevolle dood weten sterven.

De relatie is eerder omgekeerd: vanuit angst proberen mensen zich vast te klampen aan waarheden. Helaas is ons denken niet opgewassen tegen ons gevoel. Als je ooit verliefd geweest bent, is het je wellicht opgevallen dat je een gevoel niet zomaar kunt wegredeneren. Op dezelfde manier verdrijft geloof de angst niet.

DOEN

Voor geloven of niet geloven in onze moderne wereld een optie werd, was er altijd al de optie om te doen of niet te doen wat algemeen als goed werd beschouwd. Ik zal nooit beweren dat gedachten en gevoelens niet belangrijk zijn, maar uiteindelijk komt het neer op wat we doen. Er is op zich niets mis met pedofiel zijn, als je maar geen kinderen lastigvalt. Net zoals het geen probleem is om een heteroseksuele man te zijn, zolang je maar geen vrouwen lastigvalt.

De bioloog Humberto Maturana, een van de grondleggers van de biologie van de cognitie, maakt het onderscheid tussen een machine en een sociaal systeem. Kort samengevat wordt een machine gedefinieerd door haar product. Elk onderdeel van de machine is vervangbaar, zolang het product maar tot stand komt. Een sociaal systeem wordt gedefinieerd door zijn leden en heeft het gedijen van zijn leden als uitkomst. In een sociaal systeem kun je dus niet zomaar een lid vervangen. Sociale systemen worden bijeengehouden door liefde, wat hij definieert als *'the acceptance of the legitimacy of the other in coexistence with you'*, het erkennen van het bestaansrecht van de ander samen met jou.

Maturana spreekt hier als bioloog, niet als dichter, maar zijn praktische definitie brengt ons bij onze derde vraag, over 'doen': erken je het bestaansrecht van de ander? Met andere woorden: ben je bereid deze wereld te delen met anderen of ga je hen uitsluiten? Gooi je homoseksuelen van het dak of zie je ze als leden van je gemeenschap? Geef je mannen en vrouwen gelijke rechten? Hoe ga je om met mensen van een ander ras, met andere gebruiken, met een andere religie?

Het delen van voedsel vinden we terug in de rituelen van vele religies en culturen. Het is een belichaming van het erkennen van het bestaansrecht van de ander en de bereidheid om te delen. Maar wanneer hertrouwde mensen de communie geweigerd wordt, verwordt een sacrament van communie tot een ritueel van exclusie.

Het is een vrij algemeen biologisch gegeven dat leden van een sociaal systeem anders met elkaar omgaan dan met buitenstaanders, maar in deze geglobaliseerde wereld kunnen we de anderen niet langer zien als buitenstaanders. We hebben een gemeenschappelijk project: het delen van deze planeet.

KEUZES

Onze beginvraag was: is religie een bron van geweld of van vrede en harmonie? Er zijn keuzes te maken. In de werkelijkheid waarin we nu leven, zijn religies niet langer wat de stichters er ooit mee bedoeld hebben, noch wat er in oude teksten staat. Religies zijn wat mensen er nu mee doen.

Harde waarheid en angst kunnen een explosief mengsel vormen. Hoe groter de angst, hoe groter de behoefte aan harde waarheden. Maar die zullen nooit in staat zijn de angst te verdrijven, wat de angst alleen maar doet toenemen. Dan kan de minste oproep tot open onderzoek je doodvonnis betekenen. Daarnaast zijn er open geesten, zonder angst, bereid om te luisteren, ook naar iemand met andere opvattingen en gebruiken.

Of we het nu religie noemen of niet: hoe kiezen we te leven? Leidt ons denken ons tot harde waarheden of tot open onderzoek? Worden we gedreven door angst of door vertrouwen? En zijn we bereid de wereld te delen met anderen of gaan we hen uitsluiten? De eersten aan wie we deze vragen moeten stellen, zijn we onontkoombaar zelf, tenminste zolang we nog een beetje ruimte hebben voor open onderzoek.

EEN ONREALISTISCH MENSBEELD

John Stuart Mill definieerde in 1836 de mens als een wezen dat onvermijdelijk datgene doet wat hem met de minste moeite het meeste opbrengt. Twee eeuwen eerder al definieerde Thomas Hobbes de natuurlijke toestand van de mens als een ononderbroken oorlog van allen tegen allen.

Homo homini lupus, oftewel: de mens is een wolf voor zijn medemens. Het is een mensbeeld met een lange geschiedenis. Een historicus zal geen moeite hebben om de lijst aan te vullen. Het zit nog altijd diep in onze cultuur verankerd. Van nature zijn we egoïstisch en zonder ethisch besef.

Een econoom leerde me het begrip '*homo economicus*' kennen: de mens is alleen maar gemotiveerd door winstbejag. 'Rationeel' handelen in dit model is doen wat voor jou het beste is. Het is de basis van de vrije markt. Als je maar consequent je eigenbelang nastreeft, zal een 'onzichtbare hand' zorgen voor collectieve welvaart.

Het frustrerende voor economen die deze theorie aanhangen, is dat zo weinig mensen 'rationeel' blijken te handelen. Bij een onderzoek werden proefpersonen in situaties gebracht waarin ze veel meer geld overhielden als ze enkel hun eigenbelang nastreefden en minder als ze de opbrengst deelden. Slechts 7% van de onderzochte proefpersonen handelde consistent 'rationeel'. De overgrote meerderheid van de deelnemers was bereid

www.lannoo.com
www.levenindemaalstroom.be

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Vormgeving Studio Lannoo

Omslagfoto Katrijn Van Giel

Auteursfoto Jimmy Kets

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2018 en Edel Maex
D/2018/45/647 – NUR 718/726 – ISBN 978 94 014 5574 9

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.