

Ken Wilber als mysticus

Contouren van een Wilberiaanse spiritualiteit

– Frank Visser

Onlangs verscheen een nieuw boek van Ken Wilber: *The Simple Feeling of Being: Embracing Your True Nature*, een bundeling van de meer mystieke en inspirerende passages uit zijn werk door een aantal van zijn studenten.¹ Dat Ken Wilber, die bekend staat als een uiterst rationalistisch en academisch denker ook als mysticus kan worden gezien, zal misschien velen verbazen. Toch kent de mystiek ook typisch intellectuele varianten, zoals bijvoorbeeld de jnana yoga. In dit artikel verkennen we deze “Wilberiaanse spiritualiteit”.



In *Ken Wilber: Denken als passie*² onderscheidde ik zeven gezichten van de auteur Ken Wilber:

- theoreticus
- syntheticus
- criticus
- polemicus
- pandit
- gids
- mysticus.

De eerste vier gezichten zijn overwegend intellectueel, de laatste drie krijgen steeds meer een spirituele lading. Wilber ziet zich graag als een Westerse *pandit*, d.w.z. een intellectueel die een bepaalde spirituele traditie vertegenwoordigt en verdedigt. Hij benadert het terrein van de spiritualiteit dus duidelijk niet op een neutrale, wetenschappelijke manier. Eigenlijk probeert hij met al zijn werken de spiritualiteit in de Westerse cultuur te legitimeren. Dat heeft hij gedaan door aansluiting te zoeken bij Westerse academische auteurs die zich met spiritualiteit hebben beziggehouden, door met hen in debat te gaan en waar nodig suggesties te doen die ons begrip van spiritualiteit kunnen verhelderen.

Frank Visser studeerde godsdienstpsychologie in Nijmegen en was van 1989-1998 uitgever van de TVN. Hij werkt sinds 1999 in de internet branche en onderhoudt een website over Ken Wilber genaamd www.integralworld.net.

Toch zijn de boeken van Ken Wilber niet uitsluitend gevuld met academische beschouwingen en voetnoten, al lijkt dat op het eerste gezicht misschien wel het geval. Al in *Zonder Grenzen*³ liet hij zich kennen als een begenadigd auteur, die zijn lezer niet alleen op een abstracte en theoretische, maar ook op een praktische en persoonlijke manier kon toespreken. Later, in bijvoorbeeld *Een beknopte geschiedenis van alles*⁴ voert hij de lezer mee naar mystieke hoogten van meditatief bewustzijn, op een manier die ik uit geen enkel ander boek over psychologie en spiritualiteit ken. Wat te denken bijvoorbeeld van het volgende:

“Voor je geestesoog trekken de wolken voorbij, trekken je gedachten voorbij, trekken je lichamelijke gewaarwordingen voorbij en jij bent geen van alle. Je bent de reusachtige uitgestrekte vrijheid waardoorheen al deze objecten komen en gaan. Je bent een opening, een open plek, een Leegte, een enorme ruimte, waarin al die objecten komen en gaan. Wolken komen en gaan, gewaarwordingen komen en gaan, gedachten komen en gaan – en je bent geen van alle; je bent dat reusachtige gevoel van vrijheid, die reusachtige Leegte, die reusachtige opening, waardoorheen al het gemanifesteerde verschijnt, even verblijft en weer verdwijnt.”⁵

Hierin zie ik Wilber als gids of meditatieleraar optreden, op een persoonlijke, haast intieme wijze de lezer meevoerend naar hoger bewustzijn. Het zijn geen wereldschokkende mededelingen die hij daarover doet, geen hoogst originele gedachten, maar door de frisse manier waarop hij het brengt ongemeen boeiend. Er zitten ook veel herhalingen in, die in een theoretische beschouwing hinderlijk zouden worden, maar in deze context juist krachtig werken.

Maar Wilber de mysticus komt naar voren als hij, ter afsluiting van zijn abstracte beschouwingen, even helemaal het roer omgooit om de lezer de beperkingen van gedachten en theorieën te laten ervaren. Een mooi voorbeeld staat aan het eind van

het voorwoord dat Wilber voor mijn boek over hem schreef:

“Met andere woorden: al mijn boeken zijn leugens. Het zijn gewoon kaarten van een gebied, schaduwen van een werkelijkheid, grauwe symbolen die zich voortstlepen over de dode pagina, verstikte tekens, vol van vage geluiden en vergane glorie, die absoluut helemaal niets betekenen. En het is alleen het Niets, het Mysterie, de Leegte, die gerealiseerd moet worden: niet gekend maar gevoeld, niet gedacht maar geademd, niet een object maar een sfeer, niet een les maar een leven. Hier volgt dan een boek met landkaarten; hopelijk completere kaarten, maar toch kaarten. Gebruik ze alsjeblieft alleen maar als een geheugensteun om te gaan dansen, dat Zelf van jou te gaan onderzoeken, dat Zelf dat deze pagina en de gehele Kosmos tegelijk in beschouwing neemt. En breng die glorie dan tot uitdrukking in integrale kaarten, en zing vol passie over de vergezichten die je hebt gezien, de geluiden die het tedere Hart je heeft toegefluiserd in de late uren van de stille nacht, en voeg je dan bij ons om te vertellen wat je hebt gezien, tijdens je eigen reis, in de levende Stilte die jij alleen toebehoort, en het stralende Hart dat wij alleen samen kunnen ontdekken.”⁶

Deze lyrisch-mystieke passages zijn nu gebundeld, zodat we Wilber kunnen leren kennen als een spiritueel bevlogen en ervaren mens. Weinig regionen van de spirituele Kosmos zijn hem onbekend gebleven, zo zou je bijna kunnen concluderen.

Spirituele Ontwikkeling

Een boek als *The Simple Feeling of Being* laat zich niet van begin tot eind lezen als een aaneengesloten verhandeling. Ook al hebben de samenstellers geprobeerd enige structuur aan te brengen in de grote hoeveelheid materiaal, zij zijn daarin maar ten dele geslaagd. Wat de lezer op den duur zal verwarren is het feit dat Wilber een geheel eigen spirituele terminologie heeft ontwikkeld. Hij gebruikt veelvuldig de termen “psychisch”, “subtiel”, “causaal” en “nonduaal” ter aanduiding van wat hij ziet als opeenvolgende stadia van spirituele ontwikkeling, en ook heeft hij het vaak

over “Eén Smaak” – een boeddhistische uitdrukking van de ervaring van Eenheid.

Het volgende kan de lezer misschien wat meer wegwijs maken. In de visie van Wilber begint mystieke of spirituele ontwikkeling met een stadium dat hij “*psychisch*” noemt, maar wat hij meestal met natuurmystiek vereenzelvt. Deze term heeft vele betekenissen en verwijst in het Engels vaak naar paranormale of helderziende toestanden van bewustzijn – een betekenis die Wilber vroeger wel, maar tegenwoordig niet meer van belang acht voor dit stadium. Je zou er ook ervaringen van schoonheid toe kunnen rekenen. Het gaat daarbij om het zien of voelen van een diepere dimensie in de zichtbare wereld om ons heen. Iedereen kent wel die momenten. We zijn misschien mystieker dan we denken!

Een dieper stadium van spirituele ontwikkeling noemt Wilber het “*subtiële*” stadium, een aan de Indiase filosofie ontleende term die ook weer heel veel verschillende dingen kan betekenen. Hierbij moet je denken aan de meer klassiek mystieke ervaringen die in de literatuur beschreven staan, zoals ervaringen van licht en geluid, waarbij het bewustzijn van de zichtbare wereld wat naar de achtergrond verdwijnt en een innerlijke wereld van bewustzijn op de voorgrond treedt. Archetypische ervaringen van heelheid en ordening, opgeroepen door meditatie en dergelijke technieken, komen hier voor. De mystiek van dit stadium noemt Wilber “*theïstisch*”, omdat het altijd op een persoon of voorwerp is gericht. Dat kan God zijn, maar ook een godheid binnen een polytheïstische religie, die voor meditatie is uitgekozen. Door je op die godheid te concentreren en erin op te gaan, neemt je bewustzijn kwaliteiten van die godheid over. Uiteindelijk worden die goddelijke kwaliteiten in jezelf gewekt en realiseer je je die godheid zelf te zijn.

Wanneer de meditatie nog dieper wordt en je aandacht zich gaat richten op datgene in jezelf wat al deze voorwerpen, personages of godheden waarneemt, maar – en dat is belangrijk – zelf nooit kan worden waargenomen, belanden we in de sferen van de

non-theïstische mystiek, zoals die van de Vedanta en van het zenboeddhisme. Hier wordt over de Leegte gesproken die aan alles ten grondslag ligt, maar vooral ook in jezelf gevonden kan worden. Het gaat hier dus niet (meer) om spectaculaire ervaringen van extase en vervoering, maar om het stille besef dat, wat je ook ervaart, er altijd een Getuige in je leeft die die ervaring gadeslaat.

Als deze drie stadia van spirituele ontwikkeling doorlopen zijn kan er soms een “omslagpunt” optreden, waarin de tot nu toe klimmende beweging naar steeds hogere toestanden van bewustzijn omkeert naar een weer dalende beweging naar de wereld der verschijnselen toe. Ook dat is een bekend gegeven in de mystieke literatuur. Dat is het terrein van de “nonduale” mystiek, waarin hoog en laag, heilig en profaan, geest en stof en dergelijke niet meer als losstaand van elkaar worden gezien, maar als een grote Eenheid. Paradoxaal genoeg kan deze nonduale toestand ook al worden ervaren in ons alledaagse bewustzijn.

Het is hier dat Wilber zijn grote meesterschap bewijst in het keer op keer ontrafelen van die grote paradox van de spiritualiteit: wij zoeken naar iets wat we ten diepste nu reeds zijn. Dit is in ieder geval mijn favoriete citaat, dat verwijst naar de onontkoombaarheid van het spirituele Zelf:

Je kunt niet naar deze Geest zoeken, want het is de Geest die zoekt,

Je kunt deze Geest niet zien, want het is de Geest die ziet,

Je kunt deze Geest niet vinden, want het is de Geest die vindt.

Als je dit begrijpt, dan is het de Geest die begrijpt,

Als je het niet begrijpt, dan doet de Geest dat ook.

Of je het nu begrijpt of niet – dat is de Geest.⁷

Als je dat tot je door laat dringen – of je het nu begrijpt of niet, want dat doet er ei-

genlijk helemaal niet meer toe, wat blijft er dan nog anders over dan het eenvoudige gevoel van Zijn?

Let wel, het gaat hier niet om een bepaalde gevoel, zoals bijvoorbeeld een lichamelijke sensatie, of een gedachte, maar om het basale besef dat, wat we ook ervaren en ooit nog zullen ervaren, dit altijd gedragen zal worden door een Geest die ervaart, een Geest of Leegte waarin we ons te allen tijde, ook op ditzelfde moment, kunnen laten rusten:

“Er is nooit een tijd geweest waarin je geen toegang hebt gehad tot dit Getuige-zijnde bewustzijn. Op ieder moment is er een spontaan bewustzijn van wat er ook maar aanwezig is in het heden – en dat eenvoudige, spontane, moeiteloze bewustzijn is de altijd aanwezige Geest zelf. Zelfs als je denkt dat je het niet ziet, dan is het ook dat besef. En daarom geldt dat de uiteindelijke toestand van bewustzijn – intrinsieke Geest zelf – niet moeilijk te bereiken is, maar onmogelijk te vermijden.

En precies dat is het grote en goed bewaarde geheim van de nondualistische scholen.”⁸

En tot slot het citaat waar de titel van dit boek aan is ontleend:

Het is niet geheel juist om “Eén Smaak” te beschrijven als een bewustzijn” of een “besef”, omdat dat veel te intellectueel, veel te cognitief klinkt. Het is meer als een eenvoudig Gevoel van Zijn. Je voelt dit eenvoudige Gevoel van Zijn nu al: het is het simpele, nu aanwezige gevoel te bestaan.

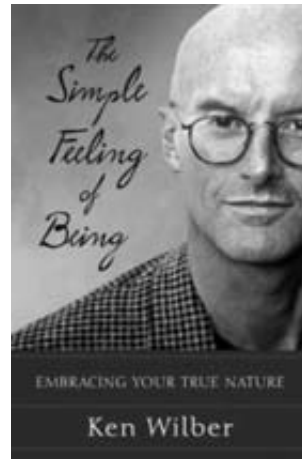
Maar het verschilt sterk van alle andere gevoelens of ervaringen, omdat dit eenvoudige Gevoel van Zijn niet komt of gaat. Het bestaat helemaal niet in de tijd, hoewel de tijd erdoorheen stroomt, als één van zijn eigenschappen. Het simpele Gevoel van Zijn is niet een ervaring – het is een reusachtige Openheid waarin alle ervaringen komen en gaan, een oneindige Ruimtelijkheid waarin alle waarnemingen zich bewegen, een grote Geest waarin de vormen van zijn eigen spel oprijzen, een tijdje blijven, en weer voorbijgaan. Het is je eigen Ik, als je kleine ik zich ontrolt in de reusachtige uitgestrektheid van Alle Ruimte. Het eenvoudige Gevoel van

Zijn, dat het eenvoudige gevoel te bestaan is, is het eenvoudige gevoel van Eén Smaak.

Is dat niet duidelijk? Ben je je er niet altijd al van bewust dat je bestaat? Voel je niet altijd al het eenvoudige Gevoel van Zijn? Bezit je niet altijd al deze directe toegang tot de ultieme Geest, die niets anders is dan het eenvoudige gevoel van Zijn? Je hebt dit eenvoudige Gevoel nu toch ook al? En je hebt het ook nu weer, toch? En nu?

En besef je niet altijd al dat dat Gevoel gelijk is aan de Geest? Aan de Godheid Zelf? Aan de Leegte? De Geest duikt niet op in het bestaan: het is het enige dat voortdurend in je ervaring aanwezig is – en dat is het eenvoudige Gevoel van Zijn, een subtiel, voortdurend besef op de achtergrond dat je, als je er heel nauwkeurig, heel zorgvuldig naar kijkt, al had sinds de oerknal, en zelfs daarvoor – niet omdat jij toen al bestond, maar omdat je waarlijk vooraf gaat aan de tijd, in dit tijdloze moment, waarvan het gevoel het eenvoudige Gevoel van Zijn is: nu, en nu, voor altijd en eeuwig nu.

Voel je het eenvoudige Gevoel van Zijn? Wie is er niet nu al Verlicht?⁹



Noten

1. Ken Wilber, *The Simple Feeling of Being: Embracing Your True Nature*, Shambhala, 2004, 272 blz., (samengesteld door Mark Palmer, Sean Hargens, Vipassana Esbjörn en Adam Leonard).

2. Frank Visser, *Ken Wilber: Denken als passie*, Lemniscaat 2001, p. 58-51.
3. Ken Wilber, *Zonder grenzen*: Karnak, 1883.
4. Ken Wilber, *Een beknopte geschiedenis van alles*, Lemniscaat, 1997.
5. *Een beknopte geschiedenis van alles*, p. 265.
6. Frank Visser, *Ken Wilber: Thought as Passion*, State University of New York, 2003, p. xv.

7. *The Simple Feeling of Being*, p. 5.
8. *Denken als passie*, p. 258.
9. *Denken als passie*, p. 64-65.

Illustratie:

Omslag boek The Simple Feeling of Being

De Werkelijkheid maakt zich in gradaties kenbaar,
maar zonder op te houden het Ene te zijn,
waarbij de lagere graden van deze "kenbaarmaking"
door een metafysische integratie of synthese,
in de hogere vormen wordt opgenomen...
Het exoterische gezichtspunt heeft geen begrip
van de transcendentie van de hoogste
Goddelijke Onpersoonlijkheid,
waarvan God een persoonlijke Kenbaarmaking is;
dergelijke waarheden zijn van een te hoog niveau
en daardoor te subtiel en te ingewikkeld
vanuit het gezichtspunt van het eenvoudige
rationele begripsvermogen, om toegankelijk te zijn
voor de meerderheid van de gelovigen,
of op een dogmatische manier
geformuleerd te kunnen worden.

Frithjof Schuon