

## SPINOZA EN ADVAITA (8.5.1) aandacht-uitzuiveren

Opnieuw komt het punt aandacht aan de orde en niet alleen omdat het de kern is van het kennen van jezelf, maar ook de essentie is van waarnemen. Niet alleen treft men dit bij Boeddha en het Boeddhisme bijzonder aan, maar ook bij Spinoza en Galilei. Het proces van uitzuiveren is niets anders dan op een uiterst objectieve wijze waarnemen, gadeslaan wat er in jezelf plaats vindt. De Boeddhistische psychologie is een schoolvoorbeeld van een minutieus en in extremis grote gedetailleerdheid beschrijven van de processen in het denken. Deze nauwgezetheid is eveneens kenmerkend voor het werk van Spinoza.

Een citaat uit een bespreking van een vertaling van Galileo Galilei's werk "Dialogo over de twee voornaamste wereldsystemen": "Deze dialoog demonstreert namelijk hoe men op basis van nauwgezette observatie, zorgvuldige replicatie, geduldige kritiek en logisch redeneren kan komen tot betrouwbare kennis over de wereld en onszelf en die een eerlijk intellectueel dwingt van mening te veranderen."

Een dergelijke houding heeft niets te maken met het bereiken van zuiverheid in de religieuze betekenis van het woord, het is gewoon een buitengewoon – zo niet een gewoon – rationeel proces tegenover zichzelf, waarbij de conditio sine qua non eerlijkheid is.

Eerder is gesteld dat het denken door ervaringen en omgeving gevormd en vervormd is. Het proces van uitzuiveren is niets anders dan op consequente wijze zichzelf tegen het licht houden en vast stellen hoe ongelooflijk onbetrouwbaar en onjuist het denken, ervaren en ondergaan van gevoelens wel is. Ja ook de gevoelens, die namelijk veranderen met de bekomen inzichten en zijn niets anders dan graadmeters van dit denken.

Het uitzuiveren vraagt in een doorlopende aandachtigheid zichzelf waarnemen, omdat een onregelmatige toepassing daarvan niet tot juiste rationele conclusies kan leiden; de confrontatie met zichzelf vindt doorlopend plaats en niet alleen op de met een grotere interval zich voordoende "hoogtepunten". De confrontatie schuilt in alle gebeurtenissen in het dagdagelijkse leven, in nauwgezette observatie ook van die stille gedachtegangen met hun bijbehorende zachte gevoelens. Het is een langdurig proces, dat veel geduld vraagt, eerlijkheid en dus bij tijd en wijle ook een moedig zijn bij het onder ogen zien van zichzelf. In Suzannes bijdragen staan enige van dergelijke openhartigheden, echter zo menselijk, zo universeel dat hieromtrent geen enkel gevoel van enige gêne op zijn plaats is.

In dit proces van uitzuiveren klinkt als een echo en hymne van mededogen het grafschrift van de soefi dichter Roemi :

“Kom, kom wie je ook bent,  
schaamte is hier onbekend.  
Al zwoer je duizend eden  
die je keer op keer weer brak,  
kom, blijf komen, kom.”