

Tijn Touber

HET GEHEIM VAN GENIALITEIT

Ontdek het genie in jezelf



Proloog: Het Geheim van Genialiteit

Op een ochtend in de herfst van 1965 wordt het Geheim van Genialiteit bij toeval ontdekt in het Britse stadje Weybridge, ten zuidoosten van Londen. De jongeman die het geheim ontdekt, is die ochtend in zijn victoriaanse landhuis al vijf lange uren bezig om een nieuw lied te schrijven. Maar hoezeer hij ook zijn best doet, de geniale song die hij voor ogen heeft komt er maar niet.

Boos, moe en gefrustreerd gooit hij zijn gitaar in de hoek, gaat op bed liggen en staart mistroostig naar het plafond. Na een paar minuten gebeurt er iets wonderlijks. Hij hoort muziek! Hij hoort zelfs een compleet lied: couplet, refrein, tekst. In de woorden van John Winston Lennon: *The whole damn thing!*

De song die Lennon die ochtend krijgt aangereikt, is *Nowhere Man*. Het is niet alleen geniaal en compleet, maar bevat ook een boodschap voor John: het Geheim van Genialiteit. In de tekst wordt een man beschreven die – net als John – hopeloos verstrikt zit in zijn denkwereld. Hij is voortdurend bezig met plannen maken waar niemand wat aan heeft. Hij neemt geen standpunt in, is stuurloos en heeft geen idee van zijn bestemming:

*'He's a real Nowhere Man/ Sitting in his Nowhere Land/
Making all his nowhere plans for nobody. Doesn't have a point of
view/ Knows not where he's going to/ Isn't he a bit like you and
me?'*

In het refrein wordt aan John verteld hoe zonde het is om op die manier te leven. Hij mist zoveel! Als hij zou stoppen met ploeteren, stressen en plannen maken, dan zou hij stil worden, kunnen luisteren en

ontvankelijk worden voor inspiratie. Dan zou alles veranderen. De wereld zou aan zijn voeten liggen.

*'Nowhere Man please listen/ You don't know what you're missing.
Nowhere Man, the world is at your command.'*

John krijgt te horen hoe blind hij is geweest: hij heeft nooit verder gekeken dan zijn eigen ego. Hij ziet niet wat er *is*, maar wat hij *wil* zien. Hij ziet zichzelf, en daardoor ook anderen, niet:

*'He's as blind as he can be/ Just sees what he wants to see. Nowhere
Man can you see me at all?'*

Dan wordt de oplossing geboden: er bestaat een andere manier van leven en scheppen. Niet vanuit stress, frustratie en geploeter, maar vanuit flow, magie en moeiteloosheid. Het enige wat John hoeft te doen is stoppen met zich zorgen te maken en rond te rennen. Hij hoeft slechts te ontspannen, los te laten en ontvankelijk te zijn voor hulp:

*'Nowhere Man, don't worry/ Take your time, don't hurry. Leave it
all till somebody else lends you a hand.'*

Inleiding

‘Duizenden genieën leven en sterven zonder ooit te worden ontdekt, noch door anderen, noch door henzelf.’

MARK TWAIN (1835-1910) – Amerikaans schrijver en satiricus. Voorspelde in 1909 dat hij een jaar later zou sterven omdat de komeet Halley de aarde dan weer zou naderen, zoals het geval was bij zijn geboorte. De voorspelling kwam uit: een dag voordat Halley arriveerde, stierf Twain aan een hartaanval.

Genialiteit is van alle tijden, maar niet iedereen is geniaal. Hoe komt het dat maar een handjevol mensen in staat is om boven de middelmaat uit te stijgen en hun dromen te verwezenlijken? Wat weten zij dat wij niet weten of zijn vergeten? Hoe komen zij tot hun grootse werken, briljante inzichten en geniale oplossingen? En de belangrijkste vraag: kunnen wij onze eigen genialiteit ontdekken of weer ‘aan’ zetten?

Op zoek naar de kenmerken van genialiteit ontdekte ik dat de meeste genieën drie eigenschappen gemeen hebben. Ten eerste zijn ze in staat om zich los te maken van de tijdgeest waarin zij leven. Ze onthechten zich van de heersende visies, doorzien het systeem en de conditioneringen en zien daardoor dingen die anderen niet zien of opmerken.

Ten tweede zijn ze ontvankelijk voor inspiratie. Grote ontdekkingen, inzichten en doorbraken ontstonden vaak in plotselinge flitsen van helderheid: eureka! Ze werden als het ware ‘aangereikt’.

Ten derde zijn genieën in staat om de inspiratie die ze ontvangen een praktische vorm te geven. Ze hebben niet alleen goede ideeën, maar weten deze ook te onthullen en over te brengen aan de buitenwereld.

De drie belangrijkste eigenschappen van genieën zijn dus: Onthechten, Ontvangen, Onthullen. Kort samengevat is dat het Geheim van Genialiteit. De vraag is nu: hoe brengen we dat in ons eigen leven?

‘Alle muziek is er al. Die moet alleen nog worden opgeschreven.’

WOLFGANG AMADEUS MOZART (1756-1791) – Schreef zijn eerste symfonie toen hij acht was. Toen hij werd uitgenodigd om voor de Oostenrijkse vorstin Maria Teresa te spelen, maakte hij geen buiging zoals toen gebruikelijk was, maar gaf haar een zoen en kroop bij haar op schoot.

Veel geniale componisten zijn niet zozeer componisten, maar notulisten: ze schrijven op wat ze horen. Ze stellen zich open om de ‘muziek der sferen’ te ontvangen en hebben het vermogen die vast te leggen. De Duitse componist Ludwig van Beethoven verwoordde het zo: ‘Tonen klinken, razen en stormen om me heen, totdat ik ze heb opgeschreven als noten.’ De muziek is er al, die moet alleen nog even worden opgeschreven.

Voor genialiteit hoef je niet intelligent of gestudeerd te zijn. Je hoeft er zelfs niets voor te doen of te leren. *Juist niet.* Het is wanneer je stopt met te *proberen* iets te doen (een geniale song schrijven, bijvoorbeeld) dat bevlogen melodieën zich zullen aandienen. Genialiteit heeft niet zozeer te maken met iets *doen*, maar met ruimte maken zodat iets kan *gebeuren*.

De Amerikaanse schrijfster Gertrude Stein was goed bevriend met beroemde en door velen als geniaal beschouwde kunstenaars als Pablo Picasso, Henry Matisse en Ernest Hemingway. Zij bestudeerde hen van dichtbij en concludeert: ‘Het kost een hoop tijd om een genie te zijn. Je moet zoveel tijd besteden aan helemaal niets doen. Echt niets doen.’

Stil worden en afstemmen is effectiever dan nadenken en zwoegen. De wereld komt niet aan je voeten te liggen door hem te willen bezitten of beheersen, maar door hem los te laten en – daardoor – toe te laten.

‘Wanneer ik loslaat wat ik ben, word ik wat ik kan zijn. De wereld wordt gewonnen door hen die haar loslaten.’

LAOZI (604-507 v. Chr.) – Filosoof die door zijn tijdgenoten niet werd begrepen en zijn vaderland China de rug toekeerde. Het verhaal gaat dat hij aan de grens door een poortwachter werd gevraagd om zijn wijsheden op te schrijven, zodat ze niet verloren zouden gaan. Zo ontstond de Tao Te Ching (‘Het Boek van de Weg en de Deugd’), na de Bijbel het meest vertaalde boek ter wereld.

Genialiteit is niet aan te leren, maar je kunt jezelf wel in een toestand brengen waarin genialiteit zich makkelijker kan manifesteren. Je kunt bevattelijk worden voor inspiratie, aha-momenten, eureka-ervaringen

en flitsen van het sublieme. Je kunt leren om inspiratie vorm te geven en succesvol te zijn in alles wat je doet. Wat daarvoor nodig is, is dat je de drie eigenschappen van genieën in jezelf gaat ontdekken en gaat toepassen in je leven.

Albert Einstein, wiens naam welhaast synoniem is met het woord ‘geniaal’, was een van de eerste westerse wetenschappers die de stappen van genialiteit wisten te formuleren. Ook Einstein kwam uit op de drie basisprincipes: Onthechten, Ontvangen, Onthullen. Zijn formule – die wat mij betreft net zo belangrijk is als $E = mc^2$ – is deze: ‘Eerst moet je het vertrouwen hebben dat er een eeuwige wereld is die onafhankelijk is van jou. Vervolgens moet je vertrouwen hebben in je vermogen om die waar te nemen. Uiteindelijk moet je deze zien te vangen in concepten.’

Einstein schetst in deze zinnen feitelijk de fasen waar John Lennon jaren later doorheen ging op weg naar de geniale song *Nowhere Man*. Eerst moest hij zich losmaken (Onthechten) van zijn tunnelvisie en beperkte blik op de realiteit. Vervolgens moest hij inzien dat er een andere werkelijkheid is – die losstaat van zijn beperkte denken – en die leren waarnemen (Ontvangen). En ten derde moest hij de inspiratie zien te vangen in een vorm (Onthullen).

Einstein noemt de wereld van inspiratie een ‘eeuwige wereld’, omdat die losstaat van de tijdelijkheid van gedachten, gevoelens en emoties die komen en gaan. Het is de wereld achter het denken, het eeuwige achter het vergankelijke. Het is de plek waarover John Lennon later zou zingen dat daar ‘geen problemen zijn, alleen maar oplossingen’. Hij staat hierin niet alleen.

‘Buiten ideeën van goed en fout ligt een veld. Daar zal ik je ontmoeten.’

MOHAMED JALAL AD-DIN RUMI (1207-1273) – Perzisch filosoof, dichter en universeel mysticus. Bij zijn dood streden joden, christenen en moslims om de eer hem naar zijn graf te mogen dragen.

Toen John Lennon zich had losgemaakt van zijn egopersoonlijkheid oversteeg hij zichzelf. Hij was niet langer een ‘Nowhere Man’ die doof, blind en op drift was. De drukte in zijn hoofd stopte en voor het eerst in tijden kon hij iets anders horen dan zijn eigen gekwetter. Hij werd langzaam maar zeker ontvankelijk voor de eeuwige wereld van inspiratie en oplossingen.

Naarmate hij het mechanisme om uit zijn gedachten te stappen beter leerde kennen en er steeds meer vertrouwen in kreeg, werd 'afstemmen en downloaden' (zoals de Nederlandse muzikant, schilder, dichter en cabaretier Bram Vermeulen dat ooit noemde) hetgeen waarvoor hij leefde. Voor John was het zelfs zijn 'enige vreugde', heeft hij weleens gezegd.

'Wanneer de ware muziek tot mij komt, de muziek van de sferen, muziek die het verstand te boven gaat, die niets met mij te maken heeft omdat ik slechts een kanaal ben... De enige vreugde voor mij is om dat aangereikt te krijgen en het op te schrijven zoals een medium. Dat zijn de momenten waarvoor ik leef.'

JOHN LENNON (1940-1980) – Oprichter van The Beatles. The London Times beschreef het uitkomen van de Beatles-plaat Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band destijds als 'een beslissend moment in de geschiedenis van de westerse beschaving'.

Wanneer je de drie principes van genialiteit (de drie o's: Onthechten, Ontvangen, Onthullen) gaat toepassen, zul je merken dat genialiteit en inspiratie aan de orde van de dag zijn. Er zal genialiteit in je werk, relaties, sport, kunst, koken, opvoeden, enzovoort komen, waardoor je bezieling, bevlogenheid, creativiteit, innovatie en excellentie brengt in alles wat je doet – op je werk, in de file, in bed, op school, in relaties en in de kroeg. Dat is de uitdaging van deze tijd. Ben je er klaar voor?



DEEL I

ONTHECHTEN

‘Je gaat het pas zien als je het doorhebt.’

JOHAN CRUIJFF (1947) – Voetballer, coach, verlosser. In 1999 verkozen tot Europees Voetballer van de Twintigste Eeuw. Tweede bij de verkiezing van Wereldvoetballer van de Twintigste Eeuw. Samen met coach Rinus Michels schepper van het mooiste voetbal ooit gespeeld: totaalvoetbal. Michels bouwde meerdere teams rondom Cruijff en stuurde zijn spelers het veld in met de opdracht: ‘Je moet gewoon lopen waar Johan niet is.’

Liefde

‘Als liefde het antwoord is, wil je de vraag dan nog eens herhalen?’

KEES VAN KOOTEN (1941) en WIM DE BIE (1939) – Komieken, maatschappij-critici, televisiemakers en bedenkers van geniale typetjes, zoals de vieze man, de vrije jongens Jacobse en Van Es, wethouder Hekking, burgermannetje Cor van der Laak en ingenieur Walter de Rochebrune.

Tala Murana is misschien wel de wijste man die ik ken. De eerste keer dat ik hem ontmoette, was in New Delhi. Toen ik op een avond na een lange reis bij hem op de stoep stond, was mijn vermoeidheid gelijk verdwenen. De jeugdige twinkeling in zijn ogen bracht me tot leven en ik wilde niets liever dan me laven aan deze bron van kennis en inspiratie. Maar zo ver was het nog niet, want hij stuurde me gelijk naar bed: ‘Eerst slapen, morgen praten we verder.’

Toen ik de volgende ochtend wakker werd, zag ik hem in meditatie verzonken op een schommelstoel in de tuin zitten. Ik liep zachtjes naar hem toe en ging naast hem zitten. Ik sloot mijn ogen en probeerde te voelen wat hij voelde: de rust, de stilte, de sereniteit. Na een paar minuten werd mijn drukke geest een beetje rustiger en ervoer ik – voor het eerst in lange tijd – weer wat innerlijke rust.

Buiten de muur van de tuin was het inmiddels een drukte van belang geworden: gillende kinderen renden achter zelfgemaakte ballen en hoepels aan, straatventers prijsden hun waar aan (*‘Chai, chai, garam chai!’* galmden het door de straten – thee, thee, hete thee!), swami’s declameerden heilige teksten door blèrende speakers en natuurlijk het eeuwige getoeter van auto’s, scooters en riksja’s. Het eerste wat een Indiër doet als hij in zijn auto stapt, is toeteren, lijkt het wel.

De man in de schommelstoel leek er geen last van te hebben. Tala Murana leefde in zijn eigen wereld, ver verwijderd van de drukke omstandigheden waarin hij zich bevond. Hij kende de ‘eeuwige wereld’ van Einstein en verkoos die boven de vluchtige en vergankelijke wereld

waarin de meeste mensen leven – een wereld die hij *maya* noemde: illusie.

Het vermogen om me te kunnen onthechten van omstandigheden was wat ik van hem wilde leren. Ik was mijzelf de afgelopen tien jaar behoorlijk kwijtgeraakt. Samen met mijn vriendin Monique Klemann had ik in 1984 Loïs Lane opgericht en sindsdien was mijn leven een aaneenschakeling geweest van optredens, repetities, componeren, schrijven, feestjes, interviews, plaatopnamen, nog meer feestjes en nog meer optredens. Het was allemaal hartstikke leuk, maar ik was mijn geluk steeds meer buiten mezelf gaan zoeken, ik kon dat steeds minder in mezelf vinden. Dat moest veranderen.

‘De enige reis is de reis naar binnen.’

RAINER MARIA RILKE (1875-1926) – Tjechisch dichter, schrijver en filosoof. Had veel verwantschap met de grote filosofen van zijn tijd: Arthur Schopenhauer en Friedrich Nietzsche. Zij wilden afrekenen met de vanzelfsprekendheden van het christendom en de mechanische natuurwetenschappelijke verklaringspogingen van de werkelijkheid.

Na een paar minuten samen in stilte te hebben gezeten opende Tala Murana (zijn naam betekent ‘Degene die de tijd buigt’) zijn ogen en nam een slok thee. Hij keek me strak aan en zei: ‘Tijn, ik ga je een geheim onthullen.’ Ik pakte mijn aantekenboek erbij en ging rechtop zitten. Kom maar op met dat geheim, dacht ik!

‘Het geheim is een paradox,’ zei hij. ‘Als je de schijnbare tegenstelling die erin verborgen ligt kunt doorgronden, dan weet je hoe je moet leven en zal de wereld aan je voeten komen te liggen. De paradox is: onthechting is liefde.’

‘Onthechting is liefde,’ schreef ik op. Ik tuurde naar de woorden en bedacht dat dit geheel in ging tegen wat ik had geleerd over liefde. Onthechting en liefde waren in mijn beleving haast tegenovergesteld. De oude man zag mijn verwarring en probeerde het me te verduidelijken: ‘Pas wanneer je onthecht bent van de uiterlijke wereld, kom je in contact met de innerlijke wereld. Het is de wereld achter je denken waar je volledig intact bent, helemaal heel. Daar is geen angst, geen twijfel, geen onzekerheid. Het is een wereld van liefde. Liefde is heilheid. Je kunt die liefde alleen volledig ervaren als je onthecht bent van de omstandigheden.’

‘Liefde, liefde, liefde. Dat is de ziel van genialiteit.’

WOLFGANG AMADEUS MOZART (1756-1791) – Toen Leopold Mozart op een avond thuiskwam en zag dat zijn vijfjarige zoon had zitten kliederen met zijn kroontjespen wilde hij boos worden. Tot hij zag dat Wolfgang een compleet concerto had geschreven.

‘Om de liefde te ervaren,’ vervolgde Tala Murana, ‘moet je je niet alleen onthechten van omstandigheden, maar vooral ook van je gedachten over die omstandigheden. In feite zijn er geen omstandigheden buiten jouw denken. Jouw gedachten *zijn* de omstandigheden. Het speelt zich allemaal vanbinnen af, in jouw denkwereld. Wanneer je je gedachten doorziet, doorzie je de werkelijkheid.

Hij gaf me als huiswerk mee om mijn eigen gedachten te leren observeren – alsof ze niet van mij zijn, maar van iemand anders: objectief, klinisch, onthecht. Ik begon te experimenteren en kwam er al snel achter dat de meeste gedachten inderdaad niet van mij waren. Ze kwamen voort uit mijn opvoeding, scholing, conditionering. Het was een openbaring.

‘Scholing is iets bewonderenswaardigs, maar het is goed om je van tijd tot tijd te herinneren dat niets wat het werkelijk waard is om te weten kan worden onderwezen.’

OSCAR WILDE (1854-1900) – Iers schrijver, dichter en bon vivant. Werd in zijn studententijd in Oxford bekend door zijn rol in de esthetische en decadente beweging. Liet zijn haar groeien, toonde publiekelijk minachting voor mannelijke sporten en versierde zijn kamer met pauwenveren, lelies, zonnebloemen en Chinees porselein.

TOESCHOUWEN

Kun je als een toeschouwer kijken naar je eigen denkwereld zonder je ermee te identificeren? Kun je jezelf relativeren? Kun je je losmaken van je overtuigingen, vooroordelen, heilige koeien, absolute waarheden en ingesleten vanzelfsprekendheden? Kun je vanuit een onthecht standpunt naar je gedachten kijken en glimlachen naar alles wat voorbijkomt?

De eerste stap op weg naar genialiteit gaat dus over het loskomen (ont-hechten) van je tijdelijke persoonlijkheid (degene die je bent *geworden*) en contact te maken met het bewustzijn daarachter (degene die je *bent*). Welke naam je aan dit bewustzijn geeft – ziel, spirit, intuïtie, hogere zelf – is eigenlijk niet zo belangrijk. Het gaat om de ervaring.

Genieën door de eeuwen heen wisten dat ze alleen toegang hadden tot de bron van inspiratie als zij bereid waren hun tijdelijke persoonlijkheid te overstijgen. De persoonlijkheid (met alle onhandige programmeringen die daarbij horen) zit geniale creatie vaak alleen maar in de weg. Om die reden had Albert Einstein een hekel aan de persoons-verheerlijking die hem ten deel viel.

Toen toneelschrijver George Bernard Shaw eens een tafelspeech hield waarin hij Einstein de hemel in prees, bedankte deze hem nederig voor de hommage aan zijn ‘mythische naamgenoot’. Voor hem was ‘Albert Einstein’ slechts een mythe, een illusie waar hij liever onthecht van bleef, en dat sprak hij ook uit.

‘Ik ben een eenzame reiziger. Ik heb nooit aan mijn land, mijn huis, mijn vrienden of zelfs mijn bloedverwanten met heel mijn hart toebehoord. Ik ben nooit dat obstinate gevoel van onthechting verloren – een gevoel dat met de jaren alleen maar is toegenomen.’

ALBERT EINSTEIN (1879-1955) – Duits natuurkundige en uitvinder die tijdens plechtige gelegenheden soms geen sokken droeg om zichzelf eraan te herinneren dat hij zich niet hoefde te conformeren aan de groep.

Na mijn bezoek aan Tala Murana begon ik dagelijks te experimenteren met de kunst van onthechting. In plaats van mijn aandacht naar buiten te richten (op mensen en situaties), probeerde ik nu vooral naar binnen te kijken. Ik keek niet zozeer naar de omstandigheden, maar naar mijn reactie op die omstandigheden. Ik probeerde de omstandigheden niet te veranderen, maar trachtte een toeschouwer te blijven.

Vreemd genoeg (o paradox!) ging alles in de buitenwereld daardoor makkelijker en beter. Door mijn aandacht gericht te houden op de eeuwige wereld van Einstein werd alles gekleurd door liefde en inspiratie. Mijn innerlijke weerstand viel weg, de levenskracht begon weer te stromen en ik kwam in een flow terecht die ik maar zelden had ervaren. Het was een geweldige ervaring.

‘Om de natuur der dingen te veranderen – binnen jezelf en in anderen – moet je de omstandigheden niet veranderen, maar de gedachten die die omstandigheden voortbrengen.’

LEV NIKOLAJEVITSJ TOLSTOJ (1828-1910) – Russisch schrijver die wordt gezien als een van de grootste auteurs ooit. Oorlog en Vrede, Anna Karenina en De dood van Ivan Iljitsj zijn meesterwerken. Tolstoj was van adel maar sympathiseerde met de arbeidersklasse en inspireerde onder meer Mahatma Gandhi, Nelson Mandela en Martin Luther King jr. in hun geweldloze strijd tegen onderdrukkende regimes.

Door me minder bezig te houden met omstandigheden kregen die steeds minder vat op me. Ik *werd* niet meer geleefd, maar begon te leven. Ik voelde me geen slachtoffer meer, maar bepaalde in toenemende mate mijn eigen werkelijkheid.

Na twee maanden oefenen was ik in staat om vrijwel voortdurend een onthecht toeschouwer te blijven. Of ik nu op straat liep of onder de douche stond, ik zag mijn gedachten en mijn ego (aangeleerde persoonlijkheid) maar identificeerde mij er niet mee. Ik bleef onaangedaan. En als ik toch een keer werd meegesleept door een gedachte of emotie, dan hoefde ik alleen maar aan de woorden van Tala Murana te denken: ‘Je *hebt* gedachten, je *bent* ze niet.’ Er gaat, na al die jaren, nog steeds geen dag voorbij zonder dat ik aan deze woorden denk.

INTACT

Kijk naar je eigen gedachten alsof je naar een film kijkt. Gedachten en emoties, stemmen en stemmingen, beelden en flarden komen en gaan. Ze tonen zich op het scherm van je geest. Grijp niet in.

Verleg je aandacht nu naar de toeschouwer. Identificeer je met deze tijdloze waarnemer die dezelfde is als toen je drie, twaalf of twintig was. Iets in jou is altijd heel en onveranderd gebleven. Iets in jou is volledig intact.

Je bent je gedachten en emoties niet, je bent de waarnemer. Je *hebt* gedachten, maar je *bent* ze niet. Ervaar jezelf als het pure, onaangestaste bewustzijn achter je denken. Zo kom je weer thuis bij jezelf.

OOG

Het woord meditatie bestaat uit de Latijnse woorden *medio* (midden) en *sto* (staan) en betekent letterlijk: in het midden (van je gedachten) staan. Stel je voor hoe jij gelijkmoedig en onbewogen in het midden van je gedachten staat, in het oog van de orkaan. Buiten dit innerlijke stiltepunt buitelen de gedachten en emoties over elkaar. Maar jij bent stabiel en staat precies in het midden, als de bewuste waarnemer.