

Het inheemse rijk van de stilte

Wim Bonis

In ons moderne westerse bestaan is het zo snel mogelijk reizen van A naar B – in de auto, de trein of het vliegtuig – een belangrijke plaats gaan innemen. Wat er precies tussen A en B ligt, gaat dan meestal aan ons voorbij. Door veel vormen van drukte en afleiding in de hedendaagse samenleving dringt zelfs de diepere werkelijkheid van plek A of B vaak nog nauwelijks tot ons door. We hebben daardoor veelal het contact met het inheemse rijk van de stilte verloren – een proces van vervreemding van de plek waar we leven, die ingrijpende gevolgen heeft gehad.

Inheemse stiltebeleving

De Nederlandse antropoloog Jan van Baal was het opgevallen bij zijn verblijf in ‘primitieve’ inheemse gemeenschappen – in Indonesië en Nieuw Guinea in de 40er en 50er jaren van de vorige eeuw –, dat het leven daar gekenmerkt werd door een intense, alomtegenwoordige stilte die wij in de moderne wereld niet meer kennen: ‘Het leven in de natuur is een leven in stilte, een stilte van een omvang die totaal onbekend is bij de moderne mens.’ Ondanks dat deze aanhoudende stilte af en toe werd onderbroken door wat natuurgeluiden, was ze bijna tastbaar aanwezig en sprak ze tot deze inheemse mensen via een stem in hun hart. Van Baal gaf aan dat die stilte-ervaring psychologisch behoorlijk confronterend voor hen was – en dat praten, zingen of drummen een manier was om die op afstand te houden. Daarom hielden ze er ook niet van om alleen te zijn en brachten ze graag hun tijd door in aanwezigheid van anderen, ook tijdens de jacht.

Interessant is dat door de stilte in het landschap bij deze inheemse mensen een geestesgesteldheid werd geactiveerd ‘die net boven een lichte slaap ligt, een toestand waarin het subject zijn controle laat verslappen en het onderbewuste een betere kans heeft om dichtbij de drempel van het bewustzijn te komen.’ Hierin kunnen we de zogeheten ‘hypnagogische

toestand' herkennen – de tijdelijke vorm van bewustzijn op de rand van waken en slapen, waar we 's ochtends en 's avonds allemaal doorheen gaan. Bij deze inheemse mensen was dit overdag dus blijkbaar een vrij permanente geestesgesteldheid. Niet alleen konden dan allerlei herinneringen en beelden vanuit het onderbewuste in hun bewustzijn terecht komen, maar vanuit die diepte kon ook de stem van de stilte tot hen doordringen.

Inheemse rust en moderne onrust

Opmerkelijk was dat deze stilte, ondanks de nogal confronterende aard ervan, er ook voor zorgde dat deze inheemse mensen konden relaxen 'door niets in het bijzonders te doen, door gewoon te zitten, met hun hand rustend op hun schoot, rustig luisterend naar het geruis van een beek vlakbij, of het koeren van een duif zonder aan iets bijzonders te denken.' Door te kunnen genieten zonder enige vorm van activiteit, bezaten zij volgens Van Baal een capaciteit die wij moderne mensen grotendeels zijn kwijtgeraakt. Niet alleen is ons leven vaak gevuld met drukte en diverse mechanische geluiden, maar ook hebben wij vanaf onze vroege kindertijd al aangeleerd gekregen om vooral voortdurend bezig te zijn en dingen te doen.

Zijn observaties doen mij denken aan de 17^e eeuwse Franse filosoof Blaise Pascal, die ooit heeft gesteld dat alle ellende van de mensheid voortkomt uit het feit dat de mens niet rustig in een kamer kan blijven zitten. Pascal lijkt zich er destijds niet bewust van te zijn geweest, dat zijn inzicht beperkt was tot het binnendeurse leven in de westerse samenleving. De mensen in de inheemse gemeenschappen die Van Baal heeft bezocht, bleken – terwijl zij waarschijnlijk buiten bij elkaar zaten onder de blote hemel – nog geen last te hebben van deze moderne onrust.

Denken met het hoofd of het hart

Het fundamentele verschil tussen het relaxe inheemse leven en het onrustige westerse bestaan werd ook al door anderen opgemerkt. Toen bijvoorbeeld de Zwitserse psycholoog Carl Jung in 1932 een bezoek bracht aan de Taos Pueblo in New Mexico, vertelde hun 'Chief', Mountain Lake, dat ze de 'blanken' – de nazaten van de Europese kolonisten dus – als gek

beschouwden, omdat ze altijd rusteloos naar iets op zoek waren. Dit kwam volgens hen omdat ze dachten met hun hoofd. Volgens Mountain Lake dachten de mensen in zijn gemeenschap met hun hart – waarmee hij impliceerde dat vanuit dit hartgecentreerde denken hun innerlijke rust werd gegenereerd.

De stilte van de omringende natuur moet er ook voor hebben gezorgd dat de Taos Pueblo deze rust in henzelf konden bewaren. Wat dit betreft zaten de hoofden van de ‘blanken’ nog helemaal gevangen in het drukke gedachtegekleets van de cultuur die hun voorouders ooit hadden meegebracht uit Europa. Hun geesten bleken niet ontvankelijk meer te zijn voor de rustgevende stem van de stilte.

Confrontatie met het mysterie

Van Baal heeft erop gewezen dat openstellen voor en luisteren naar de stilte van het omringende landschap een overweldigende ervaring kan zijn – met name, wanneer iemand zich er alleen in bevindt, op een maanloze nacht. Hij sprak wat dit betreft uit eigen ervaring: ‘Wie zich daarvoor openstelt en luistert, die kan het overkomen dat hij zich plotseling geconfronteerd weet aan een alles en allen omvattende macht, die ook hemzelf met haar geheimzinnige grootheid doordringt, hem in zich opneemt en overtuigt van de presentie van het mysterie. (...) Wie daar eenmaal iets van ervaren heeft, weet voor altijd van het bestaan van een mysterie waarvan de inhoud niet te peilen valt.’

Dit maakt duidelijk dat die alomtegenwoordige stilte een spirituele kracht in ons kan losmaken, waardoor we totaal anders naar onszelf en de wereld om ons heen gaan kijken. (Ik spreek in dit verband liever over ‘kracht’ dan over ‘macht’.) De diepe verbonden kant van onszelf, die door ons dominerende, egocentrische zelf steeds meer een verborgen bestaan was gaan leiden, wordt opeens weer wakker geschud. We voelen dat de oorspronkelijke balans tussen hart en hoofd in onszelf wordt hersteld. Door deze stiltebeleving kunnen we er bewust van worden dat – zoals de Franse priester Teilhard de Chardin lang geleden al mooi heeft verwoord – we geen

mensen zijn die een spirituele ervaring hebben, maar spirituele wezens die een menselijke ervaring hebben.

Overweldigende ervaringen

Er kan ook onverwachts een stiltebeleving in ons worden opgeroepen. Ondanks de drukte van ons moderne bestaan, kunnen we opeens overweldigd worden door ervaringen waar we even geen woorden voor kunnen vinden en innerlijk stil van worden. Dit kan bijvoorbeeld gebeuren als we plotseling in een adembenemend mooi landschap terecht komen. Maar ze kunnen ook worden gegenereerd worden als we het mysterieuze wonder van de natuur in het kleine om ons heen waarnemen – als we, in de bekende woorden van de Engelsen dichter en schilder William Blake, ‘een wereld zien in een zandkorrel, en een hemel in een wilde bloem’.

In het Engels wordt dit soort ervaringen heel toepasselijk aangeduid met ‘awe’. Ze maken ons even sprakeloos, waardoor niet veel meer kunnen uitbrengen dan ‘ooohhh...’ of ‘wow...’. Door deze ervaringen wordt een werkelijkheidsbeleving in ons tot leven gewekt die voor de meeste mensen in inheemse gemeenschappen een alledaagse aangelegenheid was, en vaak nog steeds is. Ondanks dat ze in ons moderne bestaan meestal van korte duur zijn, hebben ze vaak wel een diepgaand, transformerend effect op onze geest. Ze herinneren ons eraan dat we niet alleen deel uitmaken van een menselijke samenleving, maar ook altijd zijn ingebed in de grotere – in feite, onmetelijke – context van een bezielde, natuurlijke wereld.

De Amerikaanse psycholoog Dacher Keltner heeft veel onderzoek gedaan naar deze ‘awe’ ervaringen. Hij heeft laten zien dat ze niet alleen ons bewustzijn verruimen in relatie tot de omringende natuurlijke wereld, maar op het intermenselijke terrein ook onze empathische en altruïstische kant wakker schudden. Met andere woorden: we worden er ook betere mensen van – mensen die niet alleen egocentrisch gefocust zijn op het strijden tegen anderen, maar een grotere bereidheid hebben om naar anderen te luisteren en met anderen samen te werken.

Toebehoren aan het land

Ik vermeldde eerder dat inheemse mensen – vanwege de intense, confronterende aanwezigheid van de stilte – graag de tijd met elkaar doorbrengen. De Nieuw-Zeelandse antropoloog Peter Wilson heeft bevestigd dat mensen in inheemse gemeenschappen, zoals jager-verzamelaar samenlevingen, inderdaad een groot deel van hun tijd samen zijn, dichtbij in elkaars aanwezigheid. Hierdoor ontwikkelen ze volgens hem niet alleen een interpersoonlijke gevoeligheid, waardoor de relaties tussen elkaar open en intiem zijn, maar krijgen ze ook een sterke band met het landschap om hen heen: ‘De associatie met het grondgebied, met het landschap en haar objecten, identificeert een inheemse persoon, een bewoner van de plek, iemand wiens leven begint en zich concentreert op deze plek.’

Belangrijk is dat hij eraan heeft toegevoegd dat zij het land nog niet ervaren in termen van exclusieve, particuliere eigendom, maar in termen van een collectief gevoel van ertoe behoren. Met andere woorden, in deze ervaring is het omringende land(schap) primair, en de aanwezigheid van de mensen daarin secundair. Beide zijn dan levende entiteiten die in een wederkerige relatie tot elkaar staan. Het is in deze werkelijkheidsbeleving dat de stem van de stilte vanuit het omringende land tot de mensen spreekt – en ook wordt gehoord. Het land, met alle dieren en planten die daarin leven, is dan het grotere lichaam, waar wij mensen met ons kleine lichaam een onlosmakelijk onderdeel van uitmaken. Net als voor ons eigen lichaam, vinden we het dan vanzelfsprekend om zorg te dragen voor het land.

Luisteren naar het land

Wij westerlingen hebben altijd de neiging gehad om voor contact met inheemse culturen af te reizen naar verre oorden. Dit was ook lang de opvatting geweest van de Ierse journalist en onderzoeker Manchán Magan. Maar na jaren in verschillende inheemse gemeenschappen verspreid over de wereld te hebben geleefd, was hij zich opeens gaan realiseren dat in zijn eigen land, met name aan de Ierse westkust, nog resten van een vergelijkbare inheemse cultuur aanwezig waren. Hij keerde terug naar Ierland, om zich daar intensief te gaan wijden aan het bestuderen van die

oude cultuur – via de ‘gaelic language’, folklore, mythologie en oude archeologische sporen van die cultuur in het landschap.

Magan heeft een heel mooi verslag ervan vastgelegd in zijn – helaas nog niet vertaalde – boek *Listen to the Land Speak* uit 2022. Daarin heeft hij laten zien dat de wederkerige relatie tussen de mensen en het omringende land ook centraal heeft gestaan in de Ierse inheemse cultuur. In zijn visie is het herverbinden met deze cultuur onderdeel van een mondiaal bewustwordingsproces: in elk land is die met heel vergelijkbare patronen nog onder de oppervlakte aanwezig. Volgens hem kan dit helpen om door de kunstmatige afscheidingen tussen nationale identiteiten heen te prikken. Mensen zouden zich daardoor niet alleen meer verbonden gaan voelen met de levende aanwezigheid van het omringende land, maar ook onderling met elkaar, over de nationale grenzen heen.

Hoewel in de verstedelijkte streken van onze Lage Landen eeuwenlang de focus heeft gelegen op de geschiedenis en de culturele verworvenheden die we daarmee hebben verbonden, moeten we niet vergeten dat ook hier ooit zo’n inheemse cultuur heeft bestaan. Door deze focus is het bestaan van dit oude erfgoed, en het belang daarvan, alleen behoorlijk uit het zicht geraakt. De diepe behoefte om ons opnieuw ermee te verbinden, die door steeds meer mensen in onze tijd wordt gevoeld, maakt deel uit van het mondiale bewustwordingsproces.

Verwilderden

Om invulling te geven aan onze behoefte aan stilte en inheemse verbondenheid, is wereldwijd een belangrijke beweging opgekomen die in het Engels wordt aangeduid met ‘rewilding’, en in het Nederlands met ‘verwilderden’. Het begin daarvan kan al gevonden worden in het Amerika van de 18/19^e eeuw. Maar – zoals de Belgische filosoof Linde De Vroey in haar boek *Verwilderden* heeft laten zien – in die periode werd de beweging nog veelal aangestuurd door mannen, die de ‘wildernis’ heroïsch onder controle wilden brengen, zodat die getransformeerd kon worden tot ‘beschaving’. In hun visie stond de wildernis helemaal ten dienste van de

menselijke samenleving. Het is bekend dat in hun ‘beschaving’ geen plaats was ingeruimd voor de inheemse cultuur en hun vertegenwoordigers.

De Vroey heeft laten zien dat we in onze tijd heel anders tegen verwilderen zijn gaan aankijken. Geïnspireerd door een aantal hedendaagse onderzoekers en denkers, is bij haar zelf een meer vrouwelijke benadering van verwilderen op de voorgrond komen te staan. Deze is erop gericht om ons werkelijk thuis te laten voelen in een ‘vollere vorm van bestaan’, waarin we ons weer ten dienste stellen van de natuur. In haar visie is ‘elk landschap de uitkomst van een eigenzinnige natuur, maar ook van de verhalen die voortspruiten uit het unieke samenspel tussen natuur en cultuur.’

Deze landschappen trof De Vroey ook in Vlaanderen aan, zelfs dicht bij haar huis. En volgens haar bevindt het wilde leven zich niet alleen buiten ons, maar ook in onszelf. Het verwilderen biedt een gelegenheid om ‘de wilde genen’ in onszelf terug te vinden. Dit zijn natuurlijk de genen van onze verre, inheemse voorouders, die in ons voortleven. Wellicht helpen die mee om ons weer iets meer toegang te geven tot hun rustgevende beleving van de stilte.

Minder doen, meer zijn

Om opnieuw in contact te komen met de verloren inheemse cultuur en het rijk van de stilte, doen we er goed aan om onze focus wat meer te verschuiven van doen naar zijn. Als we de drukte van het gedachtegekleet in ons hoofd los kunnen laten, krijgen we – vanuit de daardoor onstane innerlijke stilte – weer meer ruimte voor de beleving vanuit de gevoelswereld van ons hart. En als het gaat lukken om minder te denken in termen van grondbezit, dan ontstaat er vanzelf weer ruimte in onszelf voor een inheemse gevoel van toebehoren aan het levende land.

Uiteraard moeten we realistisch blijven. We zullen zo af en toe nog steeds snel van A naar B willen reizen. Maar wat hebben we aan nieuwe inzichten die we hebben opgedaan in verre oorden, als we die niet kunnen betrekken op de plek waar ons dagelijks leven zich afspeelt? Gelukkig hoeven we niet meer, zoals Van Baal, af te reizen naar de andere kant van de wereld om in

contact te komen met het inheemse rijk van de stilte. Onderzoekers zoals Magan en De Vroey hebben laten zien, dat de wortels van onze inheemse cultuur en van het wilde leven ook in onze eigen streek, en in onszelf, terug zijn te vinden. Zij sporen ons aan om onze aandacht wat vaker te vestigen op de streek waar we wonen – kortom, op plek A. Want weten we eigenlijk wel waar we wonen? Door er meer over te lezen en vaak doorheen te wandelen, leren we die wellicht wat beter kennen.

Het inheemse rijk van de stilte is overal potentieel aanwezig. Daarin ligt een ongekende schat aan immateriële en spirituele rijkdom geduldig te wachten – op ons allemaal.

Leiden, januari 2026

Geselecteerde bronnen

J. van Baal, *Man's quest for partnership*, Van Gorcum, 1981;

J. van Baal, *Boodschap uit de stilte*, Ten Have, 1985.

Dacher Keltner, *Awe*, Penguin Press, 2023.

Manchán Magan, *Listen to the Land Speak*, Gill Books, 2022. Magan is helaas begin oktober 2025 op 55 jarige leeftijd overleden.

Linde De Vroey, *Verwilderden*, Ertsberg, 2025.

Peter J Wilson, *The Domestication of the Human Species*, Yale University Press, 1988.