



Meer van hetzelfde, alstublieft

Pianiste Maria João Pires maakt elke dag dezelfde wandeling. Daardoor kan ze 'dieper' kijken en de kleine veranderingen in de natuur zien. Zo benadert ze ook muziek: 'Door telkens dezelfde stukken te spelen, kun je eindeloos blijven leren.' Het is een levenshouding die haaks staat op de dictatuur van het nieuwe waarin we leven. Alles moet anders, elke dag weer: nieuwe gezichten, nieuwe trends, nieuwe meningen. Want de consumens is altijd *bored*: verveling wordt hem aangeleerd om de productieketen te doen draaien.

Nieuw is die emotie niet: ze zit ons in de genen. Filosoof en wiskundige Blaise Pascal wist het al in de 17de eeuw: 'Al het ongeluk van mensen komt voort uit één ding: ze kunnen niet rustig stil blijven zitten in een kamer.' Zodra de mens niets omhanden heeft, realiseert hij zich de zinloosheid van zijn bestaan en wordt hij onrustig. Zozeer zelfs dat mensen pijn verkiezen boven verveling. Dus maakt hij dat hij iets te doen heeft – in het geval van Pascal het uitvinden van de integraalleer, de waarschijnlijkheidsleer, de wet van Pascal en het openbaar vervoer. Of, met Nietzsche: werken. Meer dan nodig. En spelen: bezig zijn met geen ander doel dan bezig zijn.

Maar wie zichzelf alle verveling ontzegt, doet zichzelf tekort. Want de essentie van de mens, zijn creativiteit, bloeit net op uit verveling: 'Voor alle denkers en gevoelige geesten is het rusteloze van verveling de kalme wind

die aan een welvarende reis voorafgaat', schreef Nietzsche.

Pires kreeg haar levensles mee van haar boeddhistische opa, bij wie ze opgroeide. Niet toevallig, want de boeddhisten kijken heel anders naar verveling: als iets saai lijkt, moeten we er net méér aandacht aan besteden, tot we er iets in ontdekken dat ons boeit en wat saai was, interessant wordt. Kortom: niet je bezigheid veranderen, maar wel het gevoel dat je erbij hebt. Voor wie dat zweverig vindt klinken: uit studies blijkt dat studenten die afgeleid zijn, bijvoorbeeld door achtergrondmuziek, dingen vaker als saai ervaren dan studenten die gefocust zijn.

Helaas doen wij veelal het omgekeerde en proberen we de wereld continu te ont-saaïen door steeds meer prikkels toe te voegen. Je vervelen is dezer dagen bijna onmogelijk: elk dood moment moet opgevuld. En ons prikkelverslaafde brein heeft niet langer genoeg aan één stimulans: zelfs terwijl we iets doen, doen we iets anders. Berichten sturen tijdens de film, surfen, scrollen en mailen in de wachtrij aan de kassa.

Of het nu het onderwijs is, waar alles in spelvorm moet, of de kunst, waar films steeds sneller moeten vertellen – de mens moet zich niet inspannen, we passen het product wel aan

Wie denkt zo meer gedaan te krijgen, vergist zich: dat voortdurende multitasken belast het brein onnodig en leert het af het relevante van het onbeduidende te onderscheiden. Eigenlijk zijn we de hele tijd afgeleid, en wat meer is: we raken verslaafd aan dat gevoel. Daardoor slagen we er ook niet meer in te focussen op momenten dat het moet, bijvoorbeeld tijdens het werk. Diepe aandacht vraagt dat het brein leegte kent, ook tussen het werk door. Maar afleidingsverslaving kun je niet

zomaar afzetten. Wie doorlopend zeven dingen tegelijk doet, kan niet opeens de concentratie opbrengen om een roman te schrijven, net zoals een topsporter die ongezond leeft geen topprestaties kan neerzetten.

En omdat focussen steeds moeilijker lukt, ervaren we dingen die focus vragen steeds meer als saai. 'Opleuken!', roept ons versuikerde brein. Of het nu het onderwijs betreft, waar alles in spelvorm moet en nooit meer moeilijk mag zijn, of de kunst, waar films steeds sneller moeten vertellen en opera met pop gemixt moet om een breder publiek te prikkelen – de mens moet zich niet inspannen, we passen het product wel aan. Met als gevolg dat alles, hoe tegenstrijdig dat ook lijkt, ons steeds sneller gaat vervelen.

Zo on-ongelukkig mogelijk

Precies om aan die vicieuze cirkel te ontsnappen, wandelt Pires altijd hetzelfde rondje. En ze is niet de enige kunstenaar die meer vindt in minder. 'Mocht de hemel mij tien extra jaren geven! Dan was ik een echte schilder geworden', zei de Japanse schilder Hokusai op zijn sterfbed. Hij tekende al sinds zijn zesde, vond niks wat hij voor zijn zeventigste gemaakt had waardevol, hoopte op zijn honderdste tot de essentie van de dingen door te dringen, maar pas met 110 zou elke lijn tot leven komen. Meer toewijding en geduld is nauwelijks denkbaar.

Hoewel. Wat met de eindeloze herhaling van het schijnbaar betekenisloze? Robert Ryman schilderde alleen maar witte schilderijen. Zijn hele leven dramde hij door op één gedachte: onderzoeken wat mogelijk was met die ene kleur. Als journalisten vroegen of dat niet beperkend was, lachte hij: 'Net niet.' Net door die keuze was hij volkomen vrij: 'De vraag is nooit wat te schilderen, alleen hoe te schilderen.' Alle andere beslommeringen had hij geschrapt. Geëlimineerd door te kiezen voor wit. Op vierkant. Op wit. Door de inhoud te elimineren, maakte hij de handeling zichtbaar: wat is schilderen? Wanneer worden schijnbaar arbitraire penseelstreken een schilderij? Het schilderen. *The process of the process*. Daar was het hem om te doen. Zoals Pires blijft leren uit het telkens opnieuw spe-



Bezoekers bij een titelloos werk van Robert Ryman uit 1973. Hiroko Masuika/nyf

len van dezelfde muziek, leerde Ryman uit elke witte penseelstreek.

Ook Robert Rauschenberg maakte witte schilderijen, die toch de tegenpool zijn van Ryman's witte doeken: spiegels die reflecteren welk weer het buiten is, hoe laat het is, hoeveel publiek er in de ruimte is. Soms zelfs geschilderd door zijn assistent: 'Schilder ze zodat ze eruit zien alsof ze niet geschilderd zijn. Geen hand, leg er gewoon een laag verf op.' Een radicale poging van een kunstenaar om zichzelf te herleiden tot een randvoorwaarde: het elimineren van het maken legt het kijken bloot.

De provocatie inspireerde zijn klasgenoot John Cage tot zijn '4'33"' – een aan het toeval overgelaten, niet-gecomponeerde 'stilte', die aantoonde dat er geen stilte is: wie goed luistert, hoort altijd iets. En altijd iets anders. Het elimineren van het artificiële onthult wat er is.

Het wegfilteren van stoorzenders toont ons een wereld die we anders niet zien. Toch lopen veel mensen de doeken van beide Roberts met rollende ogen voorbij: 'Boring.' Vaak kijken ze niet

eens, en dus 'zien' ze niets, of hooguit het wit. 'Verveling is niets meer dan een ander woord voor een bepaald soort frustratie', schreef Susan Sontag in 1965 over die reactie op hedendaagse kunst: eigenlijk betekent het vooral dat de werken een taal spreken die het publiek niet begrijpt. Ook hier is het leren van de taal, en niet het inwisselen van het bekeken, de duurzamere oplossing. Zelfs, of zeker, als dat moeite kost.

Het zou ons ook gelukkiger maken. Want we halen niet alleen meer voldoening uit dingen die moeilijker te verzeuenlijken of te begrijpen zijn, het is ook niet realistisch te denken dat het leven een aaneenschakeling van successen is. Daarom zijn niet onze succeservaringen bepalend voor ons geluksgevoel (blij worden van succes kan iedereen), maar net de manier waarop we aanpakken wat niet lukt: zo ongelukkig mogelijk worden van teleurstellingen en constructief omgaan met falen. De consumenten, gewend zijn verwachtingen altijd en onmiddellijk ingevuld te zien, wordt woedend als dat niet

gebeurt. Zodra de werkelijkheid afwijkt van zijn verslavingspatroon, laat hij zich als een kwade kleuter op de vloer vallen en trommelt met zijn vuistjes. Getuige het politieke landschap: het is op die woede dat de populistische partijen floreren. Want ons groeiende gebrek aan frustratietolerantie houdt ons emotioneel onvolwassen: het kweekt gefrustreerde mensen die de schuld voor wat misloopt bij anderen leggen.

Misschien moeten we ons de kop niet langer zot laten maken door onze obsessie met nieuw, jong en anders. Maar net op zoek gaan naar hetzelfde, en meer van dat. Opnieuw leren focussen. 'Op een zalige middag met een hond op een heuvel zitten is terug in het paradijs zijn, waar nietsdoen niet saai was – maar rust', schrijft Milan Kundera. Dus ga heen en verveel u. Wie weet wat daar voor moois uit komt.

Gaea Schoeters is auteur, scenarist en librettist. Elke maand stelt ze in deze column iets in vraag, omdat vraagtekens interessanter zijn dan uitroepetekens.