

De ontmoeting

‘Wie roeit raakt vermoeid’

Paul Smit (31), stand-up comedian en bewustzijntrainer

‘Ik was elf toen ik me voor het eerst met grote levensvragen bezighield. Ik vond het gek dat ik niet wist waarom ik leefde. Dus nam ik een rood schriftje en gaf dat als titel: de zin van het leven. Dat was het begin van mijn belangstelling voor spiritualiteit. In mijn tienerjaren schreef ik in mijn vrije tijd een werkstuk over het menselijk bewustzijn; met datzelfde onderwerp studeerde ik ook af aan de opleiding Culturele en Maatschappelijke Vorming. De filosofiedocent heeft een lans voor me moeten breken om dat onderwerp goedgekeurd te krijgen!

In 2004 maakte ik mijn eerste cabaret-programma: *Rubberbotisme*. Die voorstelling ging over de kunst om je met de stroom mee te laten voeren in plaats van er tegenin te zwemmen. Dat vertaalde ik naar het credo ‘wie roeit raakt vermoeid.’ Die filosofie noemde ik het rubberbotisme, ‘een voortvloeiende uit een aqua-boedhistische stroming’. Het tweede programma, Grootheidswaaninverpletering, ging over de behoefte van mensen aan waardering en aanzien en dat iedereen zich laat leiden door zijn ego. Tijdens de tournee van dat programma merkte ik dat er een grens zat aan de diepgang die het cabaretpubliek accepteerde. Dat zette me aan het denken.

In 2005 won ik de cabaret-award voor ‘grootst aanstormend talent’, maar toch besloot ik in 2006 te stoppen met het maken van avondvullende cabaretprogramma’s. Sindsdien geef ik bewustzijntrainingen. Qua inhoud zijn ze een mix van beide cabaretprogramma’s. Eigenlijk doe ik daarin precies het omgekeerde van mijn theatershows: het zwaartepunt ligt nu bij de inhoud, de grappen hebben een kleiner aandeel gekregen. Veel trainingen spelen in op de behoefte van mensen om zichzelf te veranderen. Mensen denken dat ze alleen op die manier hun doelen bereiken. Maar het paradoxale is dat je al perfect bént. Hoe meer je beseft dat je niet hoeft te veranderen, hoe meer je verandert. Het gaat erom dat je niet moet willen roeien. Neem bijvoorbeeld stress. Stress bestaat niet, het is een reactie van de mens op een situatie, zoals file of een ontevreden klant. Als je een lijst maakt van alle stressveroorzakende situaties op één dag, dan zie je dat pakweg negentig procent van die situaties niet door jou te beïnvloeden zijn. Dus waarom zou je je daarover opwinden? Maar vaak besteden we juist aan die situaties de meeste energie!’

<<< www.paul-smit.nl >>>