

# DE BITTERE NOODZAAK OM VRAGEN TE STELLEN ALS WE IETS NIET BEGRIJPEN!

Nadenken over “de grote vragen” in het leven is een prachtige manier om quality time te hebben met je eigen geest.

Het stellen van vragen heeft ook een hele grote praktische waarde.

Het is de poort naar verandering.

Het zijn grote vragen omdat ze ons toegang verschaffen tot een grotere werkelijkheid, een weidser perspectief en grootse opties.

## Zien en waarnemen!

Ieder individu, zonder enige uitzondering, denkt dat datgene wat ze waarnemen ook daadwerkelijk de werkelijkheid is. Dit klopt ook wel maar er moet wel iets aan worden toegevoegd. Het is de werkelijkheid binnen zijn eigen referentiekader. Dus tot zover zijn bewustzijn kan reiken. Het bewustzijn schets dus iedere keer weer een individuele werkelijkheid.

Via onze *vijfzintuigen* ontvangen onze hersenen 400 miljard bits aan informatie per seconde.

Volgens onderzoekers dringen ongeveer 2000 bits echt door tot ons bewustzijn..

Er wordt dus een geweldige hoeveelheid aan informatie gefilterd die voor ons niet werkelijk van belang zijn. Alles wat voor ons bekend is wordt gefilterd en daarnaast filteren we ook datgene wat voor ons niet bekend is uit.

Onze emoties bepalen voor ons wat de moeite waard is om aandacht aan te schenken. De beslissing over wat een echte gedachte wordt die tot het bewustzijn doordringt en wat een niet verder uitgewerkt gedachten patroon blijft op een dieper niveau in het lichaam, wordt mogelijk gemaakt door de receptoren.

Emoties zijn dus eigenlijk bedoeld om chemisch iets in onze lange termijn geheugen te versterken. We kunnen hieruit concluderen, en dat is wetenschappelijk vastgesteld, dat wij een werkelijkheid construeren vanuit onze reeds bestaande opslag van herinneringen, emoties en associaties. Maar hoe is het dan mogelijk dat we ooit iets nieuws kunnen waarnemen?

## De sleutel hiertoe is nieuwe kennis!

Door ons paradigma, ons model van wat werkelijk en wat mogelijk is, uit te breiden, voegen we nieuwe opties toe aan de lijst die in onze hersenen zit. Bedenk wel: die lijst is alleen maar een functionele omschrijving van de werkelijkheid, gebaseerd op persoonlijke ervaring, het is niet de werkelijkheid zelf.

Nieuwe kennis maakt onze geest ontvankelijk voor nieuwe soorten, en andere niveau's van waarneming en ervaring. Als je iemand wilt laten weten hoe het is om een perzik te eten, kun je hem er informatie over geven - ‘Hij is sappig, en zoet, en zacht...’ - maar niemand zal het nooit echt weten tot hij erin bijt.

Om ons paradigma uit te breiden en ons open te stellen voor een ‘voller’ leven, hebben we dus ook nieuwe ervaringen nodig.

Het zijn weer de oude vragen: Als je alleen maar waarneemt wat je kent, hoe kun je dan ooit iets nieuws waarnemen? Als je jezelf creëert, hoe kun je dan ooit een nieuw zelf creëren? Zodra we beseffen dat we het leven alleen maar kunnen ervaren binnen de grenzen van wat we al kennen, wordt duidelijk dat als we een voller en rijker leven willen hebben, en meer kansen op groei, succes en geluk, we onszelf flink moeten opporren om in beweging te komen door grote vragen te stellen, nieuwe emoties te ervaren en onze neuronale netwerken van meer gegevens te voorzien. Dus hierdoor feitelijk een stap dichterbij de echte werkelijkheid kan komen.

Schiedam, februari 2009