

Onbevangen waarnemen, kan dat?

Waarnemen.

Tijdens een zintuiglijke waarneming, treedt een complex geestelijk proces in verwerking. De waarneming vindt zijn weg door diverse lagen van bewustzijn en wordt verwerkt. Meestal vindt er een toetsing plaats aan opgeslagen ervaringen en contexten binnen het persoonlijke geheugenarchief. Een dergelijk toetsing vindt meestal plaats volgens een bepaald en vaak onbewust patroon. Als een waarneming na zo'n toetsing als aannemelijk wordt beschouwd, wordt deze als een reële werkelijkheid geaccepteerd. Het gebeuren wordt voor waar aangenomen en kan weer opnieuw met aanvullende details en contexten worden opgeslagen. Het geheugen wordt daardoor een opslag van complexe werkelijkheid - en ervaringsverbanden. De verwerking van allerlei ervaringsverbanden lijkt vooral cognitief en rationeel te gebeuren. Maar het rationele denken kan verbandloze ervaringen moeilijk als reëel accepteren. Toch worden ook emotionele irrationele ervaringen toegevoegd als werkelijkheid - ervaringen. Waarnemen en ervaringen worden pas als werkelijk aangenomen, als zij een aannemelijk verband hebben met vroegere ervaringen. Het hele proces van waarnemen en verwerken is individueel en uniek. Waarden, normen, emoties, driften en lusten, maar ook spirituele ontvankelijkheid hebben invloed op dit proces. Het waarnemen is een continu proces van geestelijke beweging. Waarnemen op zich zelf is een puur proces. Het ervaringsarchief is een ploibaar gegeven en niet per definitie statisch.

Illusie?

De werkelijkheid dient zich aan, zonder dat het in wezen van het object iets van zichzelf prijs geeft. De berg, het boek, de dialoog, de bloem, de muziek, veranderen niet tijdens het waarnemen en verwerkingsproces. Sterker gezegd; de berg wordt voor de waarnemer pas 'berg' in het complexe proces van waarnemen, associatie en ervaren. De 'berg' wordt daardoor een onderdeel van het bewustzijn. Hij neemt deel aan de (her)ordering van ervaringen. Daardoor hij kan worden 'herinnerd'. Het object wordt 'herinnerbaar', in een bepaald perspectief. Naar gelang de indruk en omvang is een waarneming onmerkbaar klein of overrompend groot. Het waarnemingsproces laat een vingerafdruk na. Een verwerkte waarneming creëert als het ware een persoonlijk geheugenplaatje. Zo'n geheugenplaatje dient zich snel aan, als een nieuwe waarneming op een eerdere ervaring lijkt. De vraag is: wat wordt ervaren: een nieuwe waarnemingservaring of een herinneringsplaatje? De aandacht voor de herinnering verblindt de nieuwe ervaring. Er is geen onbevangenheid meer en de werkelijkheid wordt slechts ervaren als een herbeleving van herinneringen. Daardoor is een waarachtige onbevangen waarneming niet meer mogelijk. De werkelijkheid is dan slechts *echt* een illusie.

Herinneren.

Wat is dan waarachtig en werkelijk? Het 'herinneringsplaatje' wordt al gauw belangrijker dan de werkelijkheid zelf. De berg, het boek, de dialoog, de bloem of de muziek is niet meer uniek, maar een projectie van eigen ervaring. De mogelijkheid om de dingen in een nieuwe glans te ervaren is verdwenen. Daardoor wordt ook het vermogen nieuwe verbanden te zien sterk verminderd. Er kan slechts rondgewaard worden in de beperkte ruimte van de opgeslagen individuele eigen herinnering. Het creatieve vermogen wordt daardoor ernstig belemmerd.

Onbevangen.

Waarnemen met een onbevangen geest vraagt training. Het pad naar onbevangen waarnemen begint met oprecht afvragen.

- Heb ik mijn ervaringsarchief wel nodig?
- Durf ik onbevangen waar te nemen?
- Durf ik de werkelijkheid te aanvaarden zoals zij zich op het unieke moment aandient? Koester ik mijn persoonlijke ervaringen niet te veel als eigendom en houvast?
- Kan ik ook zonder het vanzelfsprekende vergelijk met oude ervaringen waarnemen?
- Moet ik een nieuwe waarneming meteen begrijpen, vatten?

Word op de eerste plaats bewust van je toegeëigende patroon van waarnemen en verwerken. Zoals zo vaak vergt een bewustwordingsproces moed. In staat durven zijn om aan bekende patronen voorbij te gaan. De moed om bekende houvasten los te laten.

Durf je weer te openen. Geef je over aan wat zich werkelijk voordoet. Heb vertrouwen in die werkelijkheid, want Wie dient zich daarin aan. Maak geen onderscheid, ben voorzichtig met opvattingen en voorkeuren. Word kind! Word eenvoudig van geest. Er is immers gezegd dat zij het 'Koninkrijk' zullen zien. Zie dat Koninkrijk om je heen elke dag, het is er al, hier en nu! God heeft zich al aan gediend en is onvoorwaardelijk aanwezig. Klief het stuk hout dat voor je ogen staat en je zult Hem vinden! Durf het Koninkrijk ook te zien in het miserabele. Verblind jezelf niet door de hunkering Gods wereld te ervaren in schoonheid.

Een opsomming van op de eerste plaats verwante uitdrukkingen, maar met een essentieel verschil.
Zien of kijken.
Voelen of aanraken.
Luisteren of horen.
Verwondering of vergelijken.
Onbevangenheid of bevatten.

Uiting

Het uiting geven kan als het omgekeerd proces van het waarnemen gezien worden. Wij zijn immers in staat tot het scheppen van nieuwe associaties. Daarbij maken wij gebruik van het materiaal dat wij waargenomen hebben of zo je wilt; ervaren of geleerd hebben. Emotionele bevoegenheid is ons gereedschap en drift, maar ook lust is de energiebron. De intensiteit van het eerste moment van het uitingsproces, de ingeving komt vaak uit de diepe lagen van het onderbewustzijn. Dat maakt zo'n complex proces vaak zo ondoordringelijk.

Scheppen

Scheppen is het proces dat volgt op de uitingsdrang. Het is het proces waarin de maker zijn standpunt waarneembaar maakt. Het kan een strikt proces zijn van vooraf vastgestelde stappen. Het kan evengoed een proces zijn van voortdurende reflectie op genomen stappen, waarnemen en herschikken van vervolgbewegingen. Het kan het volgen van gebaande paden zijn, of het avontuur van de pionier op onbekend terrein. Beiden hebben gemeen dat de richting-geving al dan niet bewust door het kompas van de ingeving bepaald is.

Leo van Vegchel 080605