

## Je haar verven met een naaimachine.

### Fer de Deken



Of... je band plakken met een soldeerbout, of .....een knoop aanzetten met een autokrik. Elk gereedschap heeft zijn eigen toepassingen. Dat doen we altijd, behalve bij onze geest.

We gebruiken altijd ons denken, met taal en cognitie om alle informatie te verwerken. Terwijl het andere deel van onze geest, dat véél sneller werkt en véél complexere informatie kan verwerken niet bewust gebruikt wordt.

Waarom vertrouwen we heel onze ziel en zaligheid toe aan het denken. Natuurlijk, ons denken heeft ons ver gebracht, zonder denken geen boodschappenlijstje, een auto maken of een man op de maan. Het schept de illusie van volledige controle. Die is er zeker bij technische zaken maar is in relaties onmogelijk. Want heb je wel eens geprobeerd om je levenspartner uit te kiezen middels het denken? Lijstje positief, lijstje negatief en dan plussen en minnen. Daar kom je in jaren niet uit, dan kan je beter je haar verven met een naaimachine. Of beter het andere gereedschap gebruiken wat ons ter beschikking staat; je intuïtie. Als je een partner of vriend “kiest” dan wil je een klik hebben. Een klik vindt in een oogwenk plaats, waarin je ontzettend veel informatie verwerkt. Van gevoelens, eerdere ervaringen, verlangens, herinneringen, verwachtingen enzovoorts en dit alles in flits. Dit blijkt ook uit onderzoek, in de eerste paar seconden vormen we een mening over iemand die zich pas op de lange duur laat veranderen.

Dit wilt niet zeggen dat intuïtie onfeilbaar is. Vooral als angst en onzekerheid een rol spelen kan de uitslag desastreus zijn. Denk maar aan paniek op de beurzen of bij een ramp. Iedereen holt dan achter de ander aan zonder een rationele weging te maken. Dus is intuïtie niet betrouwbaar? Nee, door goed te kijken hoe intuïtie werkt kan je het trainen in betrouwbaarheid.

De werking kan je vergelijken met het maken van soep. Je hebt eerst de losse ingrediënten als erwten, knolselderie bouillon, wortelen, etc. Die zijn te ordenen in groepen als groenten, peulvruchten en smaakmakers. Zo ook bij het denken, dit zijn ook losse elementen die je kan ordenen in abstracties.



Bij intuïtie worden al die losse elementen bij elkaar gevoegd. Je doet het in een pan met water en maakt er soep van waarbij elk element niet meer afzonderlijk blijft bestaan maar voortdurend informatie uitwisselt met de andere elementen die daardoor veranderen en waardoor het ook zelf verandert. Dus de wortel geeft zijn smaak af aan de erwten en krijgt

ook weer smaak van de bouillon. Er vindt dus voortdurend uitwisseling van smaak plaats waardoor je soep krijgt. Zelfs zo, dat als je de wortel eruit haalt nadat de soep getrokken is, de wortel niet meer hetzelfde is als voor die de soep inging. Door de voortdurende (smaak)uitwisseling met de andere groenten is hij veranderd.

Dan kan wel bij soep maken zo zijn maar hoe werkt het bij een huis kopen? Daar moet je eerst rationeel de zaken op orde hebben zoals: wat kan ik betalen, is het dichtbij een school of/en mijn werk, etc. Dan kom je bij een reeks van huizen terecht waarbij meer belevingselementen komen kijken. Wat spreekt me aan en wat niet. Die weging moet je intuïtief maken. Waarbij de training van je intuïtie komt kijken in dat je je niet laat meeslepen of beïnvloeden door bijvoorbeeld de opdringerigheid van de makelaar die je het huis liet zien. Je laat je gevoel van irritatie over de makelaar voorbij gaan en de smaak die je hebt bij dit huis er niet door laten bederven.

De training van de intuïtie bestaat dus uit het kunnen waarnemen van de afzonderlijke ingrediënten zonder dat die jezelf ermee op de loop laten gaan. De angst of irritatie worden wel gezien, maar je kunt ze als het ware voorbij laten gaan zonder dat ze de overhand krijgen op je meningsvorming.

Als we zitten te mediteren voltrekt zich een soortgelijk proces. Je gedachten, gevoelens, beelden en herinneringen komen voorbij. Je neemt ze waar maar je laat je er niet door meeslepen. Toch blijft er iets wat zuiver is en van jou. Dat is ook bij een huis kopen, alle info komt voorbij maar door goed te luisteren naar die stilte in jezelf, naar je intuïtie, maak je de juiste keus.

\* \* \* \* \*