

## De werkelijkheid waarin alles onderling verbonden is

Wanneer we om ons heen kijken vindt er informatie-uitwisseling plaats tussen het oog en de hersenen. Dat zal niemand verbazen. De informatie die het oog waarneemt wordt naar de hersenen gestuurd en daar weer omgezet in het beeld wat het oog waarneemt. Zo denken we en zo is het ons op school ook geleerd. Maar zo is het niet hoe het gaat.

Recent wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat maar tien procent van de informatie van het oog naar de hersenen gaat en negentig procent van de hersenen naar het oog. In zekere zin zie je het plaatje wat al in het brein ligt opgeslagen. Dat zien we als de werkelijkheid en het oog registreert alleen maar verandering, die kleine aanpassing, die tien procent. Heel bijzonder, heel verrassend en misschien toch ook weer niet zo verrassend.

We nemen de werkelijkheid eigenlijk allemaal verschillend waar. En misschien zie we werkelijk allemaal net iets verschillends. De ene kijkt naar de wereld op een andere manier dan de andere, afhankelijk van het plaatje wat over jaren is opgebouwd in de hersenen en wat nog altijd bij elke ontmoeting lichtelijk wordt aangepast.

Er zit iets ongelooflijks moois in dit alles. Wat we zien, de ontmoetingen die we hebben met mensen, met de wereld, is niet alleen maar een geheugending, een geschiedenis, maar het bepaald wat we zien. Het bepaald mede steeds weer opnieuw welke werkelijkheid we zien. En dat geeft ieder van ons in zekere zin een hele mooie verantwoordelijkheid. In elke ontmoeting zijn wij mede bepalend voor de werkelijkheid die de ander daarna ziet. Elke mooie ontmoeting, fijne ontmoeting, goed gesprek, fijne ervaring wordt niet alleen in geheugen opgeslagen maar het maakt dat de persoon de werkelijkheid wat anders gaat zien en visa versa. Een nare ontmoeting, een naar woord dat ik spreek, een afwijzing, zal bij de ander aan wie ik het zeg ook weer een effect hebben. Hij/zij zal na onze ontmoeting letterlijk, maar dan ook letterlijk anders zien. En natuurlijk maar een heel klein beetje, maar hoe we de werkelijkheid zien wordt de hele dag aangepast.

Over verbondenheid gesproken, al tweeduizend jaar geleden ontstond het beeld van Indra's net. De verbondenheid tussen alle knopen en wij zijn allemaal een knoop. Of maak het nog mooier: elke knoop is een klein spiegeltje dat in alle andere spiegeltjes weerspiegeld wordt en visa versa. Tezamen creëren we voor een ieder van ons letterlijk de werkelijkheid. De werkelijkheid waarin we leven, functioneren, andere ontmoeten, met de wereld omgaan. Het is dan ook geen wonder dat de Boeddha zoveel nadruk legde op mededogen, liefdevolle vriendelijkheid, de acceptatie van onszelf en de ander. We kunnen onszelf en de ander helpen door dit in het achterhoofd te houden. Deze wonderbaarlijke wetenschappelijke ontdekking hoe dit hele proces van zien van de werkelijkheid functioneert.

\* \* \* \* \*