

H3 Bubbels in ons brein

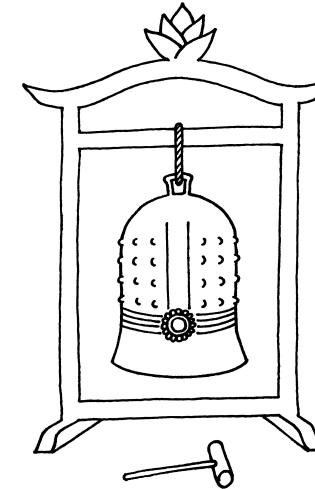
Versprekingen, vergissingen of dingen die we vergeten zijn meestal niet toevallig.

De grotendeels Japanse etiquette-regels zijn voor ons niet zo veel beteknend, ware het niet dat juist in het ritueel mooi zichtbaar wordt (voor leraar én student) waar we zijn met onze gedachten.

Er met ons hoofd bij blijven, blijkt met name voor, tijdens en/of na spannende omstandigheden moeilijk te zijn. Dat wil zeggen dat juist rond belangrijke momenten, zoals bij het nemen van ingrijpende besluiten het denken verward is.

‘De nabeelden van gedachten doen afbreuk aan de juistheid van de nieuwe waarneming’. Dit betekend in het proces van keuzesmaken dat ‘de nabeelden’ (lees ‘bubbels’) van het ene moment, vaak onbewust onze nieuwe keuzes beïnvloeden.

Door regelmatig mediteren worden onbewust beïnvloedende factoren in ons leven omgezet in bewust beïnvloedende factoren, wat ze voor de ratio doorzichtig en voor de wil hanteerbaar maakt. Onze keuzes worden zo evenwichtiger en minder tegenstrijdig.



H3 Bubbels in ons brein

Versprekingen, vergissingen of dingen die we vergeten zijn meestal nie toevallig.

De grotendeels Japanse etiquette-regels zijn voor ons niet zo veel beteken ware het niet dat juist in het ritueel mooi zichtbaar wordt (voor leraar ér student) waar we zijn met onze gedachten.

Er met ons hoofd bij blijven, blijkt met name voor, tijdens en/of na spanne omstandigheden moeilijk te zijn. Dat wil zeggen dat juist rond belangrijk momenten, zoals bij het nemen van ingrijpende besluiten het denken verv is.

‘De nabeelden van gedachten doen afbreuk aan de juistheid van de nieu waarneming’. Dit betekend in het proces van keuzesmaken dat ‘de nabeel (lees ‘bubbels’) van het ene moment, vaak onbewust onze nieuwe keuzi beïnvloeden.

Door regelmatig mediteren worden onbewust beïnvloedende factoren in c leven omgezet in bewust beïnvloedende factoren, wat ze voor de ratio doorzichtig en voor de wil hanteerbaar maakt. Onze keuzes worden zc evenwichtiger en minder tegenstrijdig.