

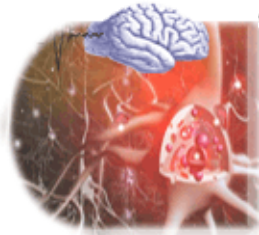


### Uittredingen binnenstebuiten

Al sinds mensenheugenis koppelt de mens onverklaarbare gevoelens en manifestaties aan een overkoepelende macht. Dat is verre van verkeerd en ik ben de laatste om te ontkennen dat er geen goddelijkheid is waar het individu uit kan putten. Het is echter ook belangrijk om te onderkennen dat we geestelijk nauwelijks afwijken van – pakweg - de beschaving 5.000 jaar geleden.

Waar vroeger bijvoorbeeld een regengod nodig was weten we nu beter. Wij zien zwevende groepen kleine waterdruppels in de lucht (wolken) die zwaarder worden door de dalende temperatuur. Er ontstaan sneeuwvlokken en ijskristallen die, door hun gewicht, naar beneden vallen. In een warmer deel van de wolk smelten de vlokken en vormen ze druppels. Die worden te zwaar om nog te kunnen zweven en we krijgen regen.

Het is een duidelijke, verifieerbare en logische verklaring, want we begrijpen het. Toch had het voor een sjamaan duizend jaar geleden waarschijnlijk weinig inhoudelijke waarde gehad. We hadden naar alle verwachting zelfs de toern van zijn regengod over ons heen geroepen.



Wijzigingen  
bijhouden   
Artikel doorsturen

### We zijn gewoon gebleven

[bespreek in het forum](#)

De mens heeft nog steeds goden of bovennatuurlijke krachten nodig die een verklaring geven aan de omgeving, of voor een individuele (spirituele) zingeving moeten zorgen. Bewijs daarvan zijn de dogmatische wereldreligies die ondanks het duidelijke grijze gebied een brede aanhang genieten. Het is logisch dat er dogmatische volgelingen zijn. Niet iedereen kan namelijk de kennis behappen die nodig is om hetzelfde existentieel gevoel te verkrijgen als dat men krijgt bij blinde geloofsaannames. Niet iedereen voelt de noodzaak om voorbij de dogma's en de eigen onwetendheid te kijken. Spiritualiteit is immers alleen weggelegd voor diegenen die er de behoefte toe hebben. Voor de anderen zijn er brood, seks en spelen die een ervaringsgerichte zingeving bieden. Aannemen en achterover leunen is doorgaans het makkelijkste en we weten dat de natuur de weg van de minste weerstand kiest. Misschien daarom dat we vaak horen beweren dat de grote massa er een is van opgehoopte domheid: de behoefte om te weten is niet aanwezig.

Vaak wordt er wild geïnterpreteerd en gespeculeerd om gevoelens verklaarbaar te maken. Het interpreteren en theoretiseren verschilt weinig met hoe wetenschappers te werk gaan. Zij hanteren echter liever de insteek dat alles te verifiëren en te simuleren moet zijn. Geleidelijk aan slopen ze dus de losbandigheid uit hun theorieën zodat een vaste onderbouwde kern over blijft.

In de helder verlichtte astrale werelden passeren engeltjes, elfen en zelfs kabouters de revue wanneer een niet-wetenschappelijke uittreder vertelt over de nieuwe wereld die is ontdekt. De vaste lijn in de beweringen zijn hoofdzakelijk de sensaties die ervaren worden. De beelden die hierbij horen variëren (ondanks de gelijke sensaties) zo breed dat vermoed wordt dat het illusies zijn. Door speculatief om te gaan met deze uittredingservaringen lijkt het alsof de gevoelens van het individu loodrecht op het grijze kennisgebied komen te staan. Dat is echter niet zo. We kunnen een mogelijke invulling geven aan sommige van deze verschijnselen door onze hersenen onder de loep te nemen. Daar komt geen esoterie of andere dimensie bij kijken. Tenzij men de niet-materiële droomrealiteit in de hersenen als aparte dimensie betiteld, misschien.

De mens is – kort gezegd - hetzelfde gebleven ondanks de verandering van speer en knuppel naar laptop en printer. Als evolutionaire Frans Bauers zochten we ten allen tijde naar een verklaring om de wereld om ons heen te begrijpen. We doen het nog steeds elk op onze manier met dezelfde rationele middelen.

Tussen de individuele ervaring en de wetenschap zit doorgaans (helaas) een strikte scheiding. Wetenschappers kijken met denigrerende blik naar de new-age gemeenschap en omgekeerd is dat niet minder. Gezien de hedendaagse kennis aan esoterische en wetenschappelijke filosofieën is het onmogelijk om beiden nog veel langer gescheiden te houden.

Dat was absoluut nooit de initiële bedoeling geweest, want kennis en gevoel vullen elkaar aan als Yin en Yang, weten en voelen, kennen en ervaren. Alleen een streven naar harmonie van beide aspecten kan leiden tot een bewust en vol gevoel van de individuele existentie tijdens dit leven. Kennis van (en gevoel bij) de sacrale geometrie, zo geloof en ervaar ik, kan enorm bijdragen om een brug tussen weten en voelen te slaan. Misschien is er zelfs niets meer nodig dan dat. Het is alleszins bruikbare materie voor mensen die meer geneigd zijn te denken dan te ervaren.

De natuurwetenschappen zijn het summum van onze verzamelde kennis, de verwaarloosde rijkdom van de moderne rationele mens. We kunnen natuurlijk nog niet alles rationeel verklaren, maar toch genoeg om er iets mee te kunnen. Misschien voldoende om het geloofwaardig te koppelen aan sommige paranormale ervaringen bij een uittreding?

### 21 gram luchtkastelen?

[bespreek in het forum](#)

Om een verklaring te vinden moeten we de sensaties bij een uittreding eerst begrijpen. Daarvoor gebruik ik graag de bekende Nederlandse uittreedster **Sten Oomen** als voorbeeld.

Sten is een interessante vrouw die spreekt vanuit eigen ervaring. Gemiddeld treedt ze om de negen dagen uit. Ik ontmoette haar een jaar of twee geleden in het [spiritueel Centrum Vliegende Vis](#) na een lezing. Naar aanleiding van dit artikel hadden we ook een aangename mailwisseling.

Sten doet haar best om de Nederlandse gemeenschap duidelijk te maken wat uittredingen zijn en wat je ermee kunt doen zodat het bewustzijn een stukje harmonischer en voller wordt. Ze draagt uit wat ze 's nachts op het gebied van uittredingen ervaart. Van Stens astrale erotiek krijg ik geen harder lid, maar ze zorgt er wel voor dat mensen lekkerder in hun vel gaan zitten. Een streven dat ik alleen maar kan aanmoedigen.

Haar voorbeeld was zielsgenoot [Robert Monroe](#), die er tot in zijn dood in 1995 een levenswerk van heeft gemaakt. Hij heeft drie onderzoeksboeken geschreven die aan te raden zijn voor iedereen die een fascinatie heeft voor uittredingen. Je vindt de Engelstalige versie van de boeken [hier](#). De Nederlandse vertalingen zijn verkrijgbaar bij [Ankh-Hermes](#) onder de titel 'Uittredingen', 'Astrale reizen' en 'De ultieme reis'.



Op de website van Sten Oomen [www.doorhetraam.nl](http://www.doorhetraam.nl) vallen [definities](#) te lezen zodat er geen onbegrip kan ontstaan hoe zij haar gevoel ervaart. Een uittreding wordt door haar als volgt beschreven:

Het totaal uittreden uit je stoffelijke lichaam en je vervolgens als geest bewust voortbewegen met je astraallichaam (je 'geestlichaam'. Je bent tijdens een uittreding een menselijke geest 'met een lichaam op de aarde'.

Het verschil met de astrale reis en de lucide droom is dat tijdens de uit-treding uit het stoffelijke lichaam en dus ook de in-treding daarna, de *uittredingsverschijnselen* zelf centraal staan in de beleving. Je ervaart een breed spectrum aan begeleidende 'uittreedverschijnselen'.

Ons stoffelijk lichaam is, dat moge duidelijk zijn, een langzaam ontbindende zak vlees. We kunnen ermee ademen, we kunnen het voeden en we kunnen zelfs voortplanten om een nageslacht vol van ontbindende gehaktballen te creëren. Dat er méér is dan alleen maar het vlees weten we door meerdere redenen die de logica niet hoeven te ontstijgen om begrepen te worden. Balletjes in tomatensoep hebben geen eigen wil, dus waarom wij wel? Organische materie leeft toch niet zomaar? Er moet iets zijn wat ons lichaam bestuurt, een diepere ik, de geest, de bezieling of ziel. Het is een bepaalde energie die misschien het best omschreven kan worden als drijfveer of levenskracht.

Ten tweede weegt een mens volgens velen eenentwintig gram lichter op het moment na overlijden. Dat duidt erop dat de drijfveer letterlijk het lichaam verlaat, de levenskracht is er dan uit. Of deze 21 gram letterlijk mag worden opgevat valt te betwisten. Het is een gegeven dat al bijna honderd jaar meegaat. De bron valt te herleiden tot dokter Duncan MacDougall uit Massachusetts. In 1907, het jaar dat Einstein zijn  $E=mc^2$  aan de buitenwereld toevertrouwde, publiceerde MacDougall zijn bevindingen in het blad *American Medicine*. Later plaatste de *New York Times* een samenvatting van het onderzoek, vergezeld van een röntgenfoto waarop de ziel te zien zou zijn. Het kon niet voor overtuiging zorgen, want daarvoor was de theorie volgens kenners teveel gebaseerd op empirische methodes.

De 21 gram-conclusie had MacDougall getrokken op basis van zes proefpersonen en vijftien honden, niet bijster veel. Zijn theorie wordt daarom door veel gevestigde artsen met argwaan bekeken. Zij geloven dat het verlies van gewicht afkomstig is van lysosomen die enzymen vrijgeven om het lichaam af te breken. Dat maakt de kleine gewichtsafname een onderdeel van het rottingsproces. In grote hoeveelheden kunnen lysosomen zelfs zorgen voor explosies, te merken bij het blootleggen van een massagraf. Andere dokters geloven heilig in het meetbare bestaan van de ziel, maar staven met feiten is moeilijk.

Duncan MacDougall schreef het volgende:

The soul's weight is removed from the body virtually at the instant of the last breath, though in persons of sluggish temperament, it may remain in the body for a full minute." He declared later in the paper: "Here we have experimental demonstration that a substance capable of being weighed does leave the body at death

Wat is feitelijk van de 21-gram theorie? Geen idee. Het bestaan van een ziel valt met logica te begrijpen, maar de afbraak van cellen óók. Geen enkel onderzoek heeft in de afgelopen honderd jaar uitsluitel kunnen bieden. Wat rest is twijfel, waarbij iedereen mag geloven wat voor hem of haar het lekkerst aanvoelt.

## Galactische fiets

 [bespreek in het forum](#)

In new-age kringen (maar ook bij oude culturen) vergelijkt men het lichaam met een voertuig waar wij tijdelijk gebruik van mogen maken. Het stuur van dit voertuig zijn onze hersenen die bepalen hoe we ons voelen en gedragen. Dat het besturen van onze organische auto een wisselwerking is wordt duidelijk door te onderkennen dat onze gevoelens op hun beurt de hersenen weer voorzien van nieuwe impulsen, een kettingreactie als het ware. Pessimisten die denken dat het glas altijd half leeg is bevinden zich dus al gauw in een neerwaartse vicieuze cirkel waarbij het water in het glas steeds een lager peil aanneemt.

De geest verlaat niet helemaal het lichaam. Voor zover ik kan volgen zou je in zo'n geval van een sterfgeval spreken. Ik neem dus aan dat er bedoeld wordt dat slechts een deel van de ziel uittreedt en dat deel verbonden blijft met het restje dat in ons zit.

In onderzoekswerken over buitenlichamelijke ervaring wordt met regelmaat vermeld dat er een energetische navelstreng (of koord) bestaat die het astrale lichaam verbindt met het stoffelijke equivalent. De locatie van die navelstreng verschilt. Sommigen spreken over de navel, anderen over de borst of zelfs het hoofd. Robert Monroe schreef zelf:

... [ik besloot] te onderzoeken of er inderdaad een 'koord' was tussen het stoffelijke en het tweede

lichaam. [...] Toen ik bij de achterkant van mijn hoofd kwam, raakte mijn hand iets aan, en ik reikte achter mij met beide handen. Wat het ook was, het stak uit mijn rug tussen de schouderbladen, voorzover ik dat kon bepalen, en niet uit het hoofd zoals ik verwachtte.

Het grootste deel van ons bewustzijn zou zich tijdens het uittreden dan bevinden in het astrale lichaam. Sylvian J. Muldoon heeft dit uitgediept in het werk 'The Projection of the Astral Body'. Een belangrijk figuur als Helena Petrovna Blavatsky was deze mening ook toegedaan. Zij wordt gezien als een van de grondlegsters van de moderne esoterie. Je leest meer over Blavatsky op [deze website](#).

Sceptici hebben onderzoek nodig, ze willen feiten zien. Wanneer een deel van onze zielsessentie het lichaam verlaat valt dat misschien te verifiëren door een onderzoek. Als het verschil tussen leven en dood meetbaar is met een goede weegschaal, dan moet dat bij een uittreding toch ook zo zijn? Misschien een tip voor Sten Oomen om dit eens te onderzoeken?



Een uittreding is dus geen absoluut begrip, want slechts een deel treedt uit om zo het leven te kunnen behouden. Is dit altijd een buitenlichamelijk iets? Nee, vast niet in alle gevallen. Onze grootste handicap, maar ook onze grootste hulp komt om de hoek kijken: het brein en zijn grijze speeltuin.

## Het brein achter de hersenen

 [bespreek in het forum](#)

Iedereen kan beamen dat uittredingen herinnerd kunnen worden, wat betekent dat onze hersenen de ervaring hebben geregistreerd en er hun 'ding' mee hebben gedaan. Ik vermoed mede daardoor dat de hersenen een groot deel van de ervaringen voor hun rekening nemen. Vooraleer dit vermoeden uit de doeken wordt gedaan is een korte schets van ons cerebrum noodzakelijk.

Cerebrum, voor de goede orde, is de Latijnse benaming voor onze hersenen. Alle delen van de hersenen hebben ofwel een Griekse ofwel een Latijnse benaming. Ik probeer de exotische namen zoveel mogelijk te omzeilen om de moeilijkheidsgraad van dit artikel te verminderen, maar je zult er niet helemaal aan kunnen ontsnappen.

Onze hersenen zien eruit als grote sappige walnoten en bestaan – zoals andere organen – uit ontzettend veel cellen. We mogen trots zijn op onszelf want de mens heeft de grootste hersenen van alle bekende diersoorten. We zijn inderdaad het ras dat het meeste piekert. Waterhoofden zijn we ook al, want 70% van de hersenen bestaat uit deze vloeistof. Dit is heel interessant want in Japan werd onderzoek gedaan naar de invloed van gedachtekracht op de moleculaire structuur van water. Die invloed is inmiddels bewezen door middel van microfotografie door de onderzoeker Masaru Emoto. Hij toonde aan dat water een geheugen heeft dat zich laat beïnvloeden door gedachten uit de omgeving. Wat dat voor onze hersenen kan betekenen is me nog onbekend. Het bevestigt misschien de vicieuze cirkel die pessimisten bewandelen of de euforische sferen waar een geboren optimist in vertoeft. Enkele foto's van Emoto vindt u op [deze pagina](#).

Zo'n 20% van alle zuurstof wordt gebruikt om de hersenen te laten werken, we zijn dan ook zwaar afhankelijk van de walnoot in ons hoofd. Het grootste fysieke onderscheid wordt gemaakt door de twee (bijna symmetrische) hersenhelften, die we hemisferen (=halfronden) noemen. De linkerhemisfeer stuurt onze rechterkant aan, de rechterhersenhelft stuurt de linkerkant van het lichaam aan. Het enige dat de beide helften verbindt is de hersenbalk, die men het corpus callosum noemt.

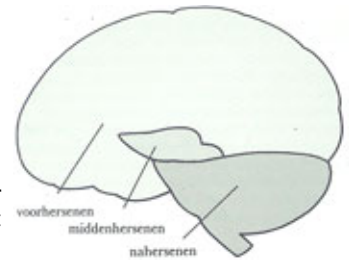
Ieder gebied in de hersenen staat garant voor andere functionaliteit. Zo is het limbisch systeem, dat vlakbij de hersenbalk ligt, een gebied dat onder andere onze emoties en het humeur regelt. Maar het zou te kort door de bocht zijn om te zeggen dat alleen het limbisch systeem daarvoor verantwoordelijk is, natuurlijk. Wat wel belangrijk is om te weten is dat onze emoties niets meer zijn dan holografische afdrukken die ontstaan zijn uit chemische stoffen op basis van verbindingen in de hersenen. Deze stoffen worden door middel van eiwitverbindingen (peptiden) door ons lichaam geslingerd. Er zijn aparte stoffen in ons brein voor liefde, boosheid, lust en verdriet. Kortom, alle emoties die mogelijk zijn hebben een chemische oorsprong. Deze stoffen worden vanuit de hersenen getransporteerd via de bloedbanen en het ruggenmerg om daarna bij hun doel aan te komen: een cel. Die kan zo'n duizend kleine ontvangerjes bevatten waar de uitgezonden peptiden terecht komen. De ontvangers in de cellen noemen we dendrietten, een cel kan er duizend en meer bevatten. Dit proces wordt in de film '[What the bleep do we know](#)' prachtig visueel weergegeven. Verderop in dit artikel lees je meer over de dendrietten.



Het midden van de hersenen noemen we de thalamus. Dat centrale deel is onder andere verantwoordelijk voor onze motoriek, net zoals de hypothalamus die onder de thalamus ligt. We weten dat de hypothalamus óók verantwoordelijk is voor emoties, net zoals het limbisch systeem. Het houdt daar echter niet op, want de hypothalamus zorgt tevens voor ons bioritme, het bepaalt dus hoe we met geluid en licht omgaan. Onze hersenen en alléén onze hersenen bepalen de emoties en de slaap- en eetcyclus. Hoe hongerig een lichaam met knagende maag dus ook kan zijn, wanneer de hersenen deze prikkel niet ontvangen (of weigeren te ontvangen) dan zal er geen honger geleden worden.

Aan de hand van fossielen en vele onderzoeken op diverse creaturen weten we dat de hersenen bestaan uit verschillende delen. Het meest oppervlakkig kunnen we zeggen dat dit de voorhersenen, middenhersenen (=mesencephalon) en kleine hersenen (cerebellum) zijn. De voorhersenen bestaan uit de hersenbalk, hersenschors en vier hersenkwabben per hersenhelft. Iedere kwab heeft een eigen instructieset en staat garant voor andere eigenschappen. Hoewel er overlappings zijn in functionaliteit want ook de kleine hersenen zijn verantwoordelijk voor emoties, zo wees recent onderzoek uit. Dat is bijna vanzelfsprekend, want met strikt gescheiden functionaliteit binnenin de hersenen zouden we waarschijnlijk als bureaucratische robots hebben gehandeld. Waren de hersenen zo transparant en

rechtlijnig geweest dan hadden we al lang volledig begrip van de grijswitte massa en dat is niet zo. Meer dan 90% van wat we van de hersenen weten is de laatste 15 jaar aan het licht gekomen. En die 90% dekt lang niet de lading. We weten bijvoorbeeld pas sinds 2005 dat orgasmen bevorderlijk zijn voor de aanmaak van hersencellen. Voorheen dacht men dat er geen nieuwe cellen meer werden gemaakt na een leeftijd rond de achttien jaar. Significant detail: dit onderzoek gebeurde door masturberende mensen in een PET-scanner te plaatsen. De proefpersonen bewezen niet alleen zichzelf een dienst maar ook de wetenschap. We weten dankzij het experiment dat de hersenen een herstellend vermogen hebben. Dat geeft aan dat er weinig zekerheden zijn rondom de menselijke hersenen zolang we geen volledige inzage hebben.



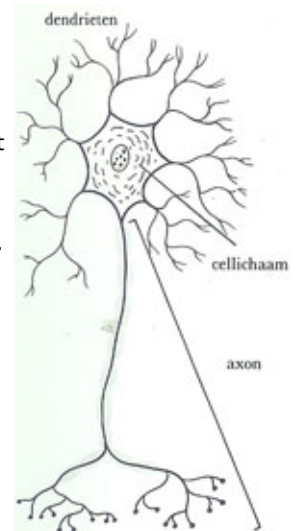
De hersenen zijn geen instant product van de natuur, want doorheen de evolutie zijn ze uitgebreider geworden. Van transparante eenvoudige elektrische schakelingen bij primitieve diersoorten werden het ontoegankelijke supercomputers die ons mensenras nu plagen met allerlei fantasieën en fictieve – maar gevoelsmatig reële – schakelingen.



Dat de werking van primitieve hersenen noodzakelijk is om onze eigen versies te begrijpen wordt duidelijk dankzij de aplysia. De aplysia is een weekdier dat vaak wordt ingezet bij hersenonderzoek omdat de neuronen zo groot zijn dat ze nèt niet waarneembaar zijn met het blote oog. Dankzij het veelvuldig stimuleren van de neuronen kon bepaald worden hoe het diertje omgaat met gewenning en sensitivering. Of eenvoudiger gezegd: dankzij de slakkensoort kregen we inzage in ons complexer neurologisch leerproces. We leerden hoe het geheugen werkt.

De voorhersenen zijn het nieuwst in het evolutionair proces. Primaire diersoorten hadden namelijk alleen middenhersenen en kleine hersenen. Deze twee gebieden noemen we de hersenstam. Doordat de voorhersenen, ook wel frontale hersenen genoemd, veel later zijn gekomen denkt men dat ze zorgen voor de hogere geestesfuncties en de mogelijkheid tot bewustzijn.

Het brein krijgt signalen vanuit de zenuwcellen in ons lichaam. De grote snelwegen van dit proces zijn het ruggenmerg en de bloedbanen die de hersenen verbindt met andere zenuwcellen. Zo'n communicatie verloopt niet altijd één op één want een zenuwcel kan in verbinding staan met duizend andere neuronen. Indirect zorgt dit voor een ontelbaar aantal variaties want de cellen hebben onderling ook invloed op elkaar. Wie het proces niet begrijpt spreekt dan al gauw van onvoorspelbaarheid terwijl er feitelijk niets is dat méér getuigt van een grotere patroonmatigheid dan de hersenen. Zij zorgen namelijk voor de regelmatigheden in ons gedrag, voor de behoeftes, het aangeven van levensritmes (op velerlei niveau) of net het omgekeerde ervan. Dat doen ze in alle gevallen op basis van impulsen. Door middel van elektrische en chemische communicatie, zeer vergelijkbaar met een zender-ontvangersysteem, worden de signalen overgedragen van zenuwcel naar zenuwcel. Een cel ontvangt méér impulsen dan hij er stuurt. Dat valt te zien aan het grondplan van de zenuwcel op de begeleidende figuur. Iedere cel heeft een axon die impulsen verstuurt en meerdere dendrieten die ze kan ontvangen. De signalen tussen de cellen worden overgedragen in de synapsen van de cel. In de synaps vindt als het ware een handdruk plaats. Iedere cel heeft duizenden synapsen die zich opstellen als een chemisch en elektrisch democratisch proces. De ene synaps heeft een prikkelende werking op de cel, de andere een remmende. Op basis van het soort prikkeling wordt gekeken welke voorrang hoort te krijgen. Hoe vaker een prikkeling voorkomt, hoe sneller de impuls een volgende keer kan verwerkt worden. Zo ontstaan neurologische patronen die zich manifesteren als karaktertrekken of lichamelijke eigenschappen. Iedereen vormt dus een eigen wereld op basis van de prikkels of remmingen die worden ervaren. Voor elk van ons is de eigen wereld het equivalent van de realiteit. Er is geen reden om anders aan te nemen want wij ervaren niet anders.



## Dromende computers

 [bespreek in het forum](#)

Opmerkelijk is dat de elektrische kracht in de hersenen alleen variabel is van frequentie (snel of traag schakelen) maar de sterkte van de elektrische stroom constant is. Dat betekent dat de kracht die onze hersenen nodig heeft tijdens het slapen identiek dezelfde is als wanneer we wakker zijn. Toch zijn dromen anders dan de wereld om ons heen, wat is het verschil? Is er een verschil?

De wereld die wij dromen wordt gevormd door hetzelfde prikkelgevoelige instrument als onze dagelijkse realiteit: de hersenen. Het grote verschil tussen slapen en wakker zijn is de manier waarop onze hersenen omgaan met de ontvangen prikkels. Dat valt het best uit te leggen aan de hand van een voorbeeld.

Wat gebeurt er wanneer je een arm opheft om een drinkbeker te grijpen? Allereerst registreren de hersenen de behoefte om te drinken. Deze behoefte ontstond door andere impulsen, bijvoorbeeld een droge mond of een vieze smaak in de mond. Om de drinkbeker daadwerkelijk aan de mond te krijgen weten de hersenen (door een vorm van opvoeding) dat de armen en handen gebruikt moeten worden om te grijpen. We kunnen zeggen dat het brein een soort algoritme laadt, waarna het op een gegeven moment als een commando wordt doorgegeven: voer het uit! Een reeds geprogrammeerde computer zou het als volgt kunnen interpreteren:

Als (vocht == nodig) dan {



```

laad_envoer_uit: strek de arm();
laad_envoer_uit: grijp de beker();
laad_envoer_uit: breng de beker aan de mond();
laad_envoer_uit: drinken();
}

```

Afhankelijk van hoe welopgevoed deze fictieve computer verder is plaatst hij de beker nog terug. Na het uitvoeren van de organische instructieset vermindert de behoefte om te drinken totdat de dorstsensatie zich weer voordoet. In onze hersenen zijn de talamus en de hypothalamus dus druk in de weer geweest.

Hoe drinkt iemand die droomt? Want, wanneer iemand dezelfde hersenactiviteit en mogelijkheden heeft tijdens het slapen als tijdens het wakker zijn, dan is slapend drinken of dorst hebben een normale gedachtegang.

We weten allen dat een droom dezelfde factoren als de realiteit kan bevatten alleen zijn deze factoren niet noodzakelijk gebonden aan hogere wetten zoals de natuurwetten. Dat maakt dat we ons algoritme als volgt kunnen schrijven:

```

Als (vocht == nodig) dan {
    laad_en_simuleer: strek de arm();
    laad_en_simuleer: grijp de beker();
    laad_en_simuleer: breng de beker aan de mond();
    laad_en_simuleer: drinken();
}

```

Wanneer in een droom dorst wordt ervaren, dan kunnen de armen gestrekt worden om de virtuele beker vast te grijpen. Het is ook geen probleem om de beker aan de mond te brengen en er lavend uit te drinken. Je drinkt geen écht water, maar dat speelt geen rol in die perceptuele wereld.

Het verschil tussen deze droominstructies en de vorige set is het ontbreken van het commando 'voer uit'. Toch geven de impulsen in de hersenen ons de indruk dat we dingen doen terwijl we in werkelijkheid stilletjes in bed liggen te ronken en onze grijze archivaris op de achtergrond druk aan het werk is.

Het uitvoeren van een handeling in een droom zorgt niet voor het motorisch aansturen van een lichaamsdeel, maar de hersenen gedragen zich alsof ze het commando wél hebben verstuurd. Een gevolg is dat de hersenen van de dromer geen onderscheid zullen maken tussen het dromend drinken en drinken in de wakkere wereld. De dromer zal bijvoorbeeld ook geen last hebben van zwaartekracht tijdens het opheffen van het glas, tenzij de hersenen dat reeds ingecaluleerd hebben. Dat betekent dat iemand die gelooft dat je met gedachtekracht kunt leviteren of vliegen, dat eerder zal dromen dan iemand die een dergelijke gedachte absurd vindt.

Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat de hersenen de zenuwcellen inderdaad anders aansturen op het moment dat we slapen. De commando's om iets uit te voeren zijn aanwezig maar worden niet overgedragen naar de neuronen die daar normaliter voor bestemd zijn, het gebeurt virtueel. Omdat de hersenen (dankzij de sensitivering) weten welke prikkel terugkomt ná het opheffen van bijvoorbeeld een arm kunnen zij zich perfect voorstellen hoe dit gaat zonder de handeling uit te voeren. De energie die nodig was om het lichaamsdeel daadwerkelijk te bewegen wordt dan bespaard waardoor het lichaam de tijd krijgt om te recupereren.

Het moge duidelijk zijn dat dit een selectief proces is. De hersenen weten dat je hart moet blijven kloppen en het in- en uitademen gebeurt zoals normaal, zij het iets trager dan overdag.

## Gestoord slapen

 [bespreek in het forum](#)

Dat dit zo werkt is duidelijk geworden door de jarenlange onderzoeken naar mensen met slaapstoornissen. Er werd een direct verband gevonden tussen activiteit in delen van de hersenen en abnormale motoriek tijdens het slapen. Met abnormaal tijdens het slapen wordt overigens normaal tijdens het wakker zijn bedoeld.

De onderzoeken gebeurden door personen te onderzoeken die exorbitant bewogen en praatten tijdens het slapen. 's Ochtends herinnerden de proefkonijnen zich er niets meer van. Heel vreemd, want tijdens het slapen werd er gepraat, gegeten, gedronken en bewogen zoals overdag. In sommige gevallen maakte de proefpersoon zelfs ruzie met de partner. Eentje sloeg de bedgenoot tijdens de slaap een blauw oog. Alleen het arme slachtoffer kon zich het voorval herinneren, de dader wist van niets en vond het zelfs lachwekkend. Totdat het eigen gedrag werd getoond, dan kwam verbazing. Alles werd namelijk geregistreerd door middel van camera's zodat de patronen helder in kaart konden gebracht worden.

Een van de conclusies was dat de verbinding tussen de lichaamscellen en de hersencellen behouden bleef bij patiënten met een dergelijke slaapstoornis. De impulsen werden niet afgezwakt maar bleven ongeveer gelijk zoals tijdens het wakker zijn. Daardoor leefden ze hun droom alsof hij echt was.

Voor het dromend proefkonijn was het daadwerkelijk levensecht want bij confrontatie tijdens het dromen kon de persoon, een vrouw, niet geloven dat ze sliep. Ze vond het maar belachelijk dat iemand haar probeerde wijs te maken dat ze droomde.

Opmerkelijk is dat deze vrouw van zichzelf wist dat ze leed aan deze vorm van slaapstoornis maar daar tijdens het dromen geen rekening mee hield. Betekent dit dat de hersenen een buffer inbouwen tussen dromen en wakker zijn? Als dat zo is, dan wordt de realiteit die we beleven erg variabel. Onecht wordt echt en omgekeerd. Het is onmogelijk om de échte realiteit te onderscheiden van een schijnrealiteit omdat onze hersenen letterlijk een grijs gebied tussen die werelden zijn, iets waar vele filosofen al over hebben geschreven. De variatie van prikkels bepalen onze realiteit. Toch is het misschien niet zo moeilijk om de droomwereld te herkennen, de luchtballon kan doorprik worden met een speldenprik. Onze hersenen weten namelijk donders goed dat ze zichzelf geen pijn moeten toedienen. Lichamelijk lijden is in geen enkel opzicht een interessante optie. Het draagt al zeker niet bij aan het mentale verwerkingsproces waar het cerebrum mee bezig is. Gelukkig maar, anders was een nachtmerrie het minst van onze zorgen.

Net zoals de slaapgestoorde proefpersonen dromend wakker zijn, kan het zo zijn dat een onvolledige scheiding tussen geest en lichaam door een persoon wordt ervaren als uittreding. Een uittreding zou dan een sensatie zijn die ontstaat wanneer de hersenen in minieme mate contact hebben met het lichaam, maar toch méér contact dan alleen maar de primaire levensfuncties. Dat komt goed overeen met de energetische navelstreng waar eerder over werd gesproken.

Wanneer het motorische gedeelte in mindere mate wordt aangestuurd verblijft het individu nog in de droomwereld. De sensaties uit deze wereld kunnen echter gevoeld worden in het lichaam én ze voelen lekkerder, rustiger. Dat is omdat ze daadwerkelijk rustiger zijn, het lichaam voert namelijk minder hersencommando's uit dan normaal waardoor de gebieden die wél worden aangesproken gevoeliger zijn.

Wie spreekwoordelijk spuugt op het materiële leven en de bijhorende vleeszak die verbonden is met onze ziel is dan gauw geneigd om het onderscheid tussen geest en lichaam bewust te voelen. Die vorm van bewustzijn kan ervoor zorgen dat het vleeslichaam als ballast wordt ervaren. Ik kan ervan meespreken want de droomwereld in mijn bedje verkies ik ook boven het echte aquarium vol haaien en piranha's. De realiteit verplicht ons echter om meer te doen dan alleen maar dromen.

### **Thuisblijven én op reis?**

 [bespreek in het forum](#)

Wie dit in- of uittredende gevoel één maal bewust heeft meegemaakt kan het niet haast meer vergeten. De hersenen hebben namelijk opslagruimte voor gevoelens die ervaren worden als goed en dit soort ervaring horen daar zeker bij. Illustratief hierbij is een kort samengevat verhaal uit eigen ervaring:

Ik was een jaar of zes en droomde dat ik bovenaan de trap stond. Het was een droom waar alles er identiek uitzag zoals het in werkelijkheid was. Kijkend naar beneden dacht ik 'zal ik het doen? Zal ik het doen?'

Na even te twijfelen ontstond een sensatie in mijn buik en sprong ik naar beneden. Ik viel niet, maar zweefde. Met een zeer prettig gevoel in de buik suisde ik, als een spokende Peter Pan in pyjama, onderaan de trap dwars doorheen de deur de woonkamer binnen. Er waren vele gedachtes, maar geen enkele heldere. Terwijl ik door de deur vloog voelde ik iets dat ik nu alleen kan omschrijven als de moleculen van de deur. Ik zag mijn ouders praten, zittend aan tafel. Ik hoorde duidelijk hun stemmen, maar de woorden kon ik gek genoeg niet begrijpen. Ik kan me herinneren minuten te hebben gevlogen. Al is tijd in dromen een rekbaar begrip.

Na een tijdje door huis, tuin en keuken te hebben gedwarreld vloog ik weer naar boven. Eigenlijk had ik er geen zin in, maar het moest want ik hoorde een vrouwenstem (niet mijn moeder) mijn naam noemen. Ik zag mezelf op bed liggen en vloog tot vlak boven mezelf. Wat volgt is een korte heldere warme flash, waarna ik plots alles vanuit een ander perspectief zie. Mijn ogen aanschouwden weer de werkelijkheid. Tijdens die witte helder flash wipte mijn buik omhoog en voelde ik een schok. Het bed daverde toen m'n onderrug de matras weer raakte.

Dat schokgevoel heb ik occasioneel nog, hoofdzakelijk wanneer ik voel dat mijn hersenen de slaapmodus bereiken. Het voelt levensecht en wie in uittreden gelooft zal het misschien zo betitelen. Had ik geen kennis van de hersenen en hun vergaande mogelijkheden gehad, dan sprak ik wellicht zelf over een paranormale ervaring. Maar we mogen niet te snel iets als paranormaal of bovennatuurlijk bestempelen, want alles wat de natuur voortbrengt kan alleen maar tot de normaliteit behoren.

Mijn nuchterheid vermoedt dat de vliegervaring niets meer dan een creatie van de hersenen was. Ik kan het gevoel snel opnieuw oproepen, wat soms heel lekker kan voelen. Is dit al een vorm van astrale erotiek, of geniet ik gewoon van de ontbindende zak vlees die ondanks alles – al zij het tijdelijk – te prijzen valt door de breedheid van de zintuiglijkheid.

Ik kan de ervaring slechts met nieuwe invulling herbeleven, de hersenen vormen iedere keer een nieuwe waarheid bij het gevoel. Het voelt zeker niet bovennatuurlijk, maar misschien is dat een kwestie van interpretatie.

### **Uittredende hersenen**

 [bespreek in het forum](#)

Hoewel onze hersenen registreren en verwerken, zijn ze niet zo rechtlijnig als een harde schijf in een computer. Onze organische PC laat iedere bit en byte een eigen leven leiden. Vanzelfsprekend binnen bepaalde grenzen van regelmatigheid. Het is alsof iedere binnenkomende byte meteen besmet wordt met het levensvirus. Dat eigen willetje van het levensvirus manifesteert zich aan ons als een vorm van kansberekening. Het is een wereld van quasi oneindige mogelijkheden waar alle nieuwe informatie en/of

gevoelens door de hersenen worden geïnterpreteerd volgens de subjectieve waarheid die zich aandient en vormt. Niet iedereen is van nature even goed in kansberekening. Wat zou kunnen verklaren waarom de een wél voorspellende dromen heeft en een ander niet. Voorspellen is immers niets meer dan kansberekening en daar zijn onze hersenen sowieso ondergronds fulltime mee bezig.

Dat er overlappende gebieden tussen de droomwereld en de echte wereld zijn is veelvuldig onderzocht en het is bewezen dat sensaties gedeeld kunnen worden in beide vormen van de realiteit. Reeds in 1958 hielden onderzoekers van leuke experimenten. Er werd besloten om slapende proefpersonen lichtjes met water te besproeien tijdens het slapen. Ze werden gevraagd om meteen na het wakker worden hun droom zo gedetailleerd mogelijk te noteren. Het is niet verwonderlijk dat veertien van de drieëndertig proefpersonen droomden over water. Eén van hen schreef het volgende op:

I was walking behind the leading lady when suddenly she collapsed and water was dripping on her. I ran over to her and water was dripping on my back and head. The roof was leaking. I looked up and there was a hole in the roof. I dragged her over to the side of the stage and began pulling the curtains. Then I woke up.

Wie kent niet het voorbeeld van een fluitende trein die een wekker wordt op het moment dat je de ogen opent?

Een groot gedeelte van de slaap wordt door de hersenen gebruikt om indrukken en gevoelens te verwerken. Zoals het onderzoek uit 1958 uitwees beïnvloedt de buitenwereld onze dromen. Deze eigenschap is nog duidelijker bij proefpersonen met slaapproblemen. Door hun warrige slaapverhalen werd duidelijk dat de hersenen proberen om losse eindjes bij elkaar te trekken, ongeveer zoals ik doe in mijn artikelen. ;) En wie heeft nog nooit een droom gehad die absurd leek maar achteraf gezien voldoende logica bevatte om afgemeten te worden aan de realiteit? Alsof je kon voorspellen wat er gebeurde. Of alsof je plots een aspect uit een droom herkent, het déjà-vu effect...

Met andere woorden: hersenen hebben als hoofdtaak het structureren van ontvangen impulsen. Een deel van dat organiseren is bestemd voor toekomstcalculatie. Leven zonder hoop is dus onmogelijk, want onze hersenen zijn constant bezig met de toekomstverwachtingen in kaart te brengen. Net zoals een computerprogramma dat doet, eigenlijk. Zonder uitzondering heeft iedereen een hokjesgeest. Al zijn de hokjes bij de één natuurlijk strenger afgebakend dan bij de ander.

Dankzij de proefpersonen werd duidelijk dat er soms combinaties worden gemaakt die onlogisch lijken in de echte wereld. Maar eigenlijk is dat niet zo, want logica bestaat slechts binnenin een gevormd referentiekader. Zolang dat kader door de hersenen niet is gevonden is zowat alles logisch. Het begrip 'normaal' is iets dat we allen op individuele basis vormen. Hoogstens wordt het beïnvloed door de grootste gemene delers van onze omgeving of samenleving.

## Vallen en opstaan

 [bespreek in het forum](#)

Uittredingen gaan vaak gepaard met lichamelijke sensaties. Vlak voor een persoon uittreedt wordt het lichaam tintelend. Dit is hetzelfde gevoel als je kunt hebben voor je in slaap valt. Het voelt alsof het lichaam wordt losgelaten, het wordt zwaarder. Sommigen omschrijven het alsof er een warm deken op hun wordt gelegd of beschrijven het gevoel niet als zwaarder maar als lichter. Het onderscheid tussen geest en lichaam is op dat moment sowieso duidelijk te voelen. Afhankelijk van wie gehoord wordt is dit een lekker of een onaangenaam gevoel.

Zonder twijfel weten we dat de hersenen op dat moment aan het werk zijn. We kunnen een sensatie namelijk pas voelen wanneer zij door de hersenen is gepasseerd. Ik geloof mede daarom niet dat het tintelende effect altijd veroorzaakt wordt door een uittreding. Eerder neig ik om het binnenin de mogelijkheden van onze hersenen te zoeken

Bij het tintelen of doezelen houden de hersenen geleidelijk aan op om uitvoerende signalen te sturen naar het lichaam. Vanzelfsprekend is dit selectief en gebeurt het niet eensklaps. Het is selectief omdat niet alle zenuwen abrupt worden afgesloten. Daarnaast zijn de zenuwcellen niet werkelijk afgesloten voor alle contact, maar is het eerder een reservestand waarbij het lichaam minder brandstof verbruikt. Als het waakvlammetje in een boiler.

Nadat een persoon is uitgetreden ervaart hij of zij een valsensatie. Dit gevoel is algemeen bekend, haast iedereen heeft het wel eens meegemaakt. Sten Oomen schrijft op haar website het volgende hierover:

Wie kent niet! de valsensatie: je droomt (...) bijvoorbeeld dat je vliegt of ergens op een hoog punt bent en opeens val je naar beneden. Met een duizelingwekkende plof schrik je wakker en terug in je lichaam. Er is een duidelijke valsensatie. Dit is niet toevallig: je bent daadwerkelijk terug in je lichaam gevallen, dus wat je voelt is geen bedrog, maar het daadwerkelijke vallen! Je hing met je astraallichaam tijdens het dromen ergens boven je lichaam of was zelfs nog een stuk verder weg.

Sten schrijft terecht dat wat gevoeld wordt geen bedrog is. Een zintuiglijke ervaring kan immers moeilijk verloochend worden, het *is*.

De zintuigen vormen een bron voor vele neurologische processen, waarbij we uittreden in sommige gevallen beter intreden zouden noemen. De hersenen kunnen ons laten geloven wat wijzelf willen. Onze intenties, gevoelens, herinneringen en fantasie zijn als het ware voedsel voor de gedachten en de droomwerelden. Het onderscheid valt niet te maken. Wie gelooft dat hij kan uittreden zal zien dat zijn hersenen daar een valide invulling aan kunnen geven. Dat is ongeveer hetzelfde als een hypnotiseur zoals Rasti Rostelli een slachtoffer wijsmaakt dat er een sinaasappel wordt gegeten, terwijl de persoon in werkelijkheid vol smaak een citroen naar binnen werkt.

De valsensatie is het omgekeerde van de (ont)stijgsensatie. Waar we tijdens het uittrede zijn gaan 'vliegen' gaan we nu weer landen. Het gevoel (en de realistische ervaring) dat het lichaam ontstegen wordt kon verklaard worden doordat neuronen bepaalde impulsen niet of minder doorgeven aan cellen en spieren. De valsensatie wordt in wetenschappelijk lektuur ook wel vaker geassocieerd met een plotseling ontspannen van een grote hoeveelheid spieren. Dit proces voltrekt zich aan het begin van de slaap en aan het begin van de eerste REM-periode. Meer over de REM-slaap vind je op [Wikipedia](#).

Wanneer onze hersenen tijdens de valsensatie het lichaam klaarstomen om weer actief te worden gebeurt dit aan de hand van impulsen. Het lichaam is snel *up and running*, maar toch ervaren we dit niet als een ogenblikkelijke verandering. Eerder hebben we het gevoel dat het lichaam warmer wordt, alsof het leven vanuit één of meerdere punten in het lichaam terugkomt. Deze ervaring komt – hoewel veel korter van duur – dicht in de buurt bij wat we voelen tijdens een rit op de achtbaan. De hersenen proberen zich in snel tempo aan te passen aan de nieuwe omstandigheden waardoor het lichaam een vreemde sensatie voelt. Welke invulling we hier ook aan geven, de sensatie aan zich is feitelijk.

Eigenlijk is het zo dat wij de sensatie *zijn* in plaats van voelen. Het *voelen* beschrijven zou echter niet kunnen zonder subjectief te interpreteren woorden en zinnen. Als dat gebeurt krijgen we doorgaans vage licht en liefde-termen die iedereen anders opvat. Taal is bijgevolg een medium die zijn eigen oorsprong of bestaansreden niet kan omschrijven op een manier zodat iedereen het op dezelfde wijze interpreteert. Een existentiële handicap, misschien.

### **The beat goes on...**

 [bespreek in het forum](#)

Sommige sensaties die veel lichtmensen hebben zijn te verklaren door middel van hersenactiviteit. Maar... Is dat het dan?

Wat bijvoorbeeld te zeggen van mijn eigen vrouw Claudia, die tijdens haar bevalling voelde dat ze op een ander niveau was door de hoge pijn. Van haar wéét ik dat ze de waarheid spreekt. 'Mijn geest zat niet in mijn lichaam', omschreef ze, 'ik keek naar mezelf'.

Zij is niet de enige die tijdens de bevalling buitenlichamelijk ervaringen heeft gemaakt. Sommigen zeggen zichzelf te hebben gezien vanuit een ander perspectief, op een andere plaats, een ander niveau. Er zijn verhalen over patiënten die tot in detail beschrijven wat de dokters deden tijdens een operatie. Wat te zeggen van de bijna dood ervaringen (BDE's) waarbij men zichzelf ziet liggen op het sterfbed? Allemaal leugenaars? Zoveel gevallen die er geen baat bij hebben om te liegen? Dat kan niet.

We mogen ook niet vergeten dat veel mensen dergelijke ervaringen niet openbaren. De kans om voor halve zool versleten te worden werkt in de vriendelijke buitenwereld remmend op de openheid ten opzichte van dit onderwerp. We zien dus altijd slechts de gevallen die ermee naar buiten treden. Daar wordt de lat van geloofwaardigheid gelegd, maar die ligt natuurlijk veel te laag.

Laten we een limbodansje doen met een hypothetische scepticus die absoluut niet gelooft in de mogelijkheid van buitenlichamelijke uitredingen. Hoe laag kan de limbolat gaan?

Dat de hersenen tijdens een uitreding beelden bij bepaalde handelingen kunnen vormen is een feit. Als er geluid via de oren wordt opgevangen, dan kan het brein er een invulling aan geven die gebaseerd is op hoe de omgeving geacht wordt eruit zien, conform de ontvangen signalen. Onder andere door die eigenschap kunnen honderd procent blinde mensen hun geprojecteerde omgeving scheppen. Die zwarte gekleurde omgeving is anders dan hoe wij de omgeving interpreteren. Het laat zich goed omschrijven als een extensie van de donkere wereld die de ogen hun biedt.

Uitreders, comapatiënten en BDE'ers kunnen in sommige gevallen inderdaad een schets hebben gemaakt doordat hun brein de omgeving op een holografische manier construeert.

Hier houdt het dansje voor de ongelovige meteen al op. Patiënten die de perfecte omschrijvingen van een situatie geven? Tot in detail? Kan dat wel?

Sten Oomen schreef tijdens onze e-mailwisseling de volgende ervaring op:

Ik zag een keer mijn moeder en mij liggen toen ik bij haar in haar grote bed logeerde, geheel realistisch! Ik had toen langer haar, en ik zag mezelf op mijn zij liggen en mijn haar over de bedrand heen vallen, ook mijn moeder zag ik in de omgekeerde richting op haar zij liggen. Slechts een klein voorbeeldje, ik heb honderden van dit soort ervaringen. Je voelt ook dat je opstijgt en ik heb af en toe dat ik recht boven mijn stoffelijke lichaam lig en naar beneden kijk, en dan merk dat ik enige centimeters hoger lig (in de lucht dus) dan normaal.

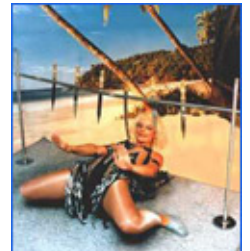
Het kan niet zo zijn dat er accurate en verifieerbare beschrijvingen van situaties, plaatsen en personen bestaan terwijl de uitreder in coma ligt, hersendood is of gewoon slaapt. Als het oog het niet heeft geregistreerd, dan is een gedetailleerde realiteitsgetrouwe en achteraf te controleren omschrijving absoluut onmogelijk! Zeker niet op een accurate manier vanuit een ander perspectief of hoogte of standpunt met kloppende alibi's.

Toch zijn deze buitenlichamelijke ervaringen er in overvloed. Het valt niet te verklaren als we geloven dat er alléén maar hersenactiviteit en de bijhorende projecties bestaat. Onze scepticus gaat door de knieën, er is méér dan wat onze sensoren ons doen oppikken. *There is no limbolat.*

### **Conclusie**

 [bespreek in het forum](#)

Net voor het slapen, tijdens het doezelen, zijn de hersenen als was in de handen van de fantasie. Je kunt er de gekste kanten mee op. Op dat moment kun je nog (grotendeels) bewust sturen wat je





droomt. Een dergelijke bewuste ervaring wordt ook wel lucide droom genoemd. Lucide dromen zijn ook mogelijk net voor het ontwaken. Je kan in die fictieve wereld iets vruchtbaars creëren maar net zo goed een persoonlijke hel vormen. Je doet er wat je wilt op basis van wie je bent en de mentale conditie waarin je verkeert, je (voor)gevoel is immers leidend in het gebeuren.

De hersenen zijn een persoonlijk gereedschap, je Zwitsers zakmes. Ze zijn er niet om kennis op te doen, ze zijn er – net zoals alle andere cellen – puur en alleen om te ervaren in brede zin. Sommige mensen hebben daarbij onderbouwing door middel van kennis nodig, anderen kunnen hetzelfde ervaren in een wereld vol dogma's. Daar een waardeoordeel aan koppelen zou getuigen van arrogantie want kennis als absoluut gegeven sterft.

Niemand weet de absolute waarheid over dit onderwerp, maar mijn versie ervan is dat de ziel verder gaat op basis van het bereikte 'energetische gevoel' (uitgaande dat alle massa energie is) dankzij een intense wisselwerking met het brein. Het is een proces waarbij de hersenen gevoel geven én ontvangen. De relatieve kennis die nodig is geweest om een harmonisch gevoel te kunnen bereiken zal vervliegen bij het loslaten van het stoffelijke lichaam.



In welke vorm blijven we over? Tjah, op een energetische manier. De [eerste wet van de thermodynamica](#) vertelt ons dat energie nooit verloren gaat, het verandert hoogstens van vorm. Onze drijfveer, de dubieuze energie van 21 gram die ons van het leven voorziet zal dus van vorm veranderen. Als het er is, dan moet het toch ergens naartoe?

De gulden middenweg die ik met dit artikel probeerde te bereiken was tussen de spirituele buitenlichamelijke ervaring en de processen die te verklaren zijn aan de hand van hersenactiviteit. De lucide dromen, de lichamelijke valsensatie en astrale projectie verdenk ik ervan om onder de categorie *brainteasers* te vallen. In sommige gevallen is het misschien een vrolijke vorm van slaapstoornis. Wat maakt het uit, baat het niet, dan schaadt het niet.

Maar aan de gestoorde en olijke kant van onze hersenen is een limiet. De invloed die de grijze cellen op ons lichaam en het eet-, drink- en slaapritme hebben is slechts een schakel in een hoger energetisch geheel. Er is meer dan *wat* wij zijn. Wij zijn *hoe* wij zijn.

## Enkele bronnen

 [bespreek in het forum](#)

### Boeken:

Robert Monroe: Uittredingen ISBN: 90 202 4845 6  
Dick Gilling en Robin Brightwell: The human brain ISBN: 90 230 0333 0  
Sten Oomen: Door het raam ISBN: 90 6378 585 2

### Film:

What the bleep do we know: <http://www.whatthebleep.com/>

### Websites


<http://www.doorhetraam.nl>  
<http://www.brainconnection.com/>  
<http://www.thethinkingbusiness.co.uk/brainneuronsstructure.htm>  
<http://www.monroeinstitute.org/>  
[http://www.bomi-1-gezondheid.com/Lichaam\\_en\\_geest/electro\\_biochemie\\_gevoel.htm](http://www.bomi-1-gezondheid.com/Lichaam_en_geest/electro_biochemie_gevoel.htm)  
<http://nl.wikipedia.org/wiki/REM-slaap>  
<http://www.blavatsky.net/>  
<http://www.hemi-sync.com/shop/customer/home.php?cat=18>  
<http://www.wellnessgoods.com/messages.asp>  
<http://www.princeton.edu/~wwarren/NMRintro>  
<http://perceptionalism.com/archives/000040.html>  
[http://www.angielski.edu.pl/content.php4?name=view\\_article.php&id=217](http://www.angielski.edu.pl/content.php4?name=view_article.php&id=217)  
<http://www.onderzoekinformatie.nl/nl/oi/nod/onderzoek/OND1304447/>

Aantal keer bekeken in 2011:  
Totaal aantal keer bekeken:

**&inf;**

**Auteur:** Seriewoordenaar

 Lees Meer...

 Ergens een dode link gevonden? [Meld het hier.](#)