

# Absolute Realiteit

*Een model voor de essentie van ons leven.*

## Samenvatting.

### 1 Waar gaat dit boek over.

Dit boek gaat over 'ons leven', maar dat kun je natuurlijk op verschillende manieren opvatten. In ons alledaagse leven zijn we mensen die naar het werk gaan, voor onze kinderen zorgen en hobby's hebben. We halen boodschappen en we gaan op vakantie. Misschien ziet jouw alledaagse leven er anders uit, maar je begrijpt wel wat ik bedoel. Dat alledaagse is allemaal 'ons leven', maar waar ik het in dit boek over ga hebben gaat een steek dieper. Ik ga het hebben over 'de essentie van ons leven' en ik bedoel daarmee wat we eigenlijk zijn en wat de situatie is waarin we ons bevinden.

In een periode van vele jaren heb ik geprobeerd om die essentie van ons leven zo goed mogelijk te overdenken en te beschrijven. Het is iets dat mij eigenlijk altijd al heeft beziggehouden, vooral nadat de religieuze verklaring uit mijn jeugd voor mij niet meer voldeed. Bovendien heb ik bijzondere bewustzijnstoestanden ervaren (derealisatie en de ervaring van het 'zelf') die mij ook een dieper inzicht in het leven hebben gegeven. Hoewel ik mijn gedachten eerst alleen voor mijzelf op papier zette, is het uiteindelijk dit boek geworden.

Ik bied je mijn visie aan als een bescheiden poging om iets zinnigs over ons bestaan te zeggen. Het is geen concrete verklaring voor wat en waar we zijn, want dat weet niemand, maar een model dat voor mij (en mogelijk ook voor jou) rationeel en intuïtief acceptabel is. Mogelijk kun je er hoop uit putten en gemotiveerd worden om de geheimzinnigheid van ons leven met open ogen te beleven. Daarnaast hoop ik dat mensen die derealisatie ervaringen hebben zich door dit boek gesteund voelen.

### 2 Mijn visie in het kort.

Een volledige en bewijsbare verklaring voor de essentie van ons leven kennen wij mensen niet. Er bestaan natuurlijk wel veronderstellingen over het leven, zoals vanuit de wetenschap of vanuit religies, maar die zijn incompleet of niet bewijsbaar. Bovendien zijn ze meestal gebaseerd op het alledaagse. Veel van die veronderstellingen zijn onderling ook niet verenigbaar.

Natuurlijk kan ik in dit boek slechts een zo goed mogelijke verklaring voor de essentie van ons leven geven, maar wel zodanig dat andere verklaringen er ook een plaats in krijgen. Dit is mijn visie in het kort:

1. We weten niet bewijsbaar wat we zijn en wat onze situatie is. We weten ook niet of ons leven een doel dient, of er een god bestaat en of we na onze dood op de een of andere manier zullen voortbestaan. Ik denk zelfs dat de mensheid nooit de volle waarheid over het leven en alles daarbuiten zal kennen;
2. Naar mijn mening is ons bewustzijn het belangrijkste aspect van het geheim van ons leven. Daarbij bevindt ons bewustzijn zich meestal in de alledaagse wakende toestand. In die toestand dringt de geheimzinnigheid van het leven meestal niet zo tot ons door. We hebben het te druk met het alledaagse leven en tenzij je 'verlicht' bent, lopen we eigenlijk continu met een roze bril op;
3. We kunnen de essentie van ons leven echter ook in bijzondere situaties of bewustzijnstoestanden ervaren, zoals in aanwezigheid bij een geboorte of overlijden, bij een 'bijna dood ervaring' of bij meditatie en derealisatie (een bijzondere bewustzijnstoestand waarin je de alledaagse werkelijkheid niet meer als de waarheid over je situatie herkent). In die situaties kunnen we een ander beeld van ons leven krijgen dan alledaags. ;

4. Het enige dat we zeker weten is dat we er zijn. Ik weet dat ik er ben en dat ik 'ik' ben. Al onze veronderstellingen over het leven zijn verder gebaseerd op onze zeer beperkte menselijke waarnemingen en ervaringen, onze beperkte kennis en ons beperkte voorstellingsvermogen. Daardoor zijn onze visies incompleet en onzeker;
5. Er moet wel een volle (oneindige, goddelijke zo je wilt) waarheid, kennis of informatie over ons leven en over alles daarbuiten bestaan. Die volle waarheid is waarschijnlijk totaal anders dan wij ons ooit kunnen voorstellen. Totaal anders dan onze alledaagse beleving van de werkelijkheid en ook anders dan een wetenschappelijke of religieuze voorstelling van zaken;
6. Die door mij veronderstelde volle waarheid moet alomvattend en uitputtend zijn, anders was het geen 'volle' waarheid. Die volle waarheid is dan ook geen beperkte menselijke verklaring waarnaast tegelijkertijd andere kunnen bestaan, zoals bij wetenschappelijke theorieën of religieuze mythes. Het is de absolute waarheid over alles;
7. Door de incompleetheid en onzekerheid van onze menselijke opvattingen over het leven zie ik deze slechts als 'modellen' (beperkte afspiegelingen) van die geheimzinnige volle waarheid over ons bestaan;
8. Ik heb ook zo'n model bedacht en ik noem dat model de 'Absolute Realiteit'. Dit model is gebaseerd op een denkbeeldige externe beeldvorming. Mijn Absolute Realiteit omvat alles in oneindigheid en er kan dus niets anders buiten bestaan. De perceptie die levende wezens (mensen en dieren) van het leven hebben is slechts een deel van die Absolute Realiteit en ik noem dat 'Relatieve Realiteiten'. Het alledaagse leven is een relatieve realiteit.
9. Bezien vanuit onze Relatieve Realiteit zijn wij biologische wezens die zo veel mogelijk gelukkig willen zijn en zo min mogelijk willen lijden. We willen als individu, maar ook als soort overleven en willen ons daarom ook voortplanten. Het is een natuurlijke drang, waar al het leven op onze aarde aan voldoet. De natuur heeft ook voor goede motivators gezorgd, want seks is fijn en kinderen en kleinkinderen kunnen ons heel gelukkig maken. Natuurlijk kun je van je leven genieten, liefdevol en in sociaal opzicht waardevol zijn (we zijn groepsdieren), maar toch is dat allemaal betrekkelijk en vergankelijk. Voor je het weet is het alweer historie. Als je ons leven beziet vanuit de leeftijd van miljarden jaren van de kosmos en de gigantische omvang ervan, gaat het nergens over;
10. Toch kunnen we goede hoop hebben dat de volle waarheid over ons leven positief is en dat ons leven zin heeft. De reden daarvoor is dat we geen zekerheid hebben over de essentie van ons leven. De waarheid kan negatief zijn (zinloosheid), maar ook positief (zinnol en misschien zelfs met een goed perspectief). Bezien vanuit mijn model van een Absolute Realiteit is alles in elk geval echt heel anders dan we ons onder alledaagse omstandigheden voorstellen.

### **3 De inhoud van het boek.**

Het boek bestaat uit 5 delen. Het eerste deel is een inleiding en een leeswijzer. In het tweede deel beschrijf ik mijn ervaringen met de katholieke religie uit mijn jeugd en met derealisatie en het ontdekken van het 'zelf' door meditatie. Het derde deel bevat veel voorkomende visies op het leven, zoals wetenschap, religies en andere levensopvattingen. Het vierde deel bevat een beschrijving van onze mogelijkheden en onmogelijkheden om iets van ons leven te begrijpen. In het vijfde en laatste deel presenteer ik je mijn visie op ons leven, o.a. door middel van mijn model van een Absolute Realiteit.