



BEWUSTZIJNSEXPERIMENTEN

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | directe pad – bewustzijnsexperimenten

[inleiding](#) (incl. voorbereidende oefening – De Hart Opener)

Pag. 1

I – DE WERELD

1	Luisteren (naar de bel)	Pag. 9
2	Kijken (naar de sinaasappel)	Pag. 12
3	Ruiken (aan de sinaasappel)	Pag. 16
4	Aanraken (de tafel)	Pag. 19
5	Proeven (de sinaasappel)	Pag. 24
6	Het realiteitseffect bij zintuig-interactie	Pag. 26

II – HET LICHAAM – ALS OBJECT

7	Inleiding	Pag. 30
8	Kijken naar het Lichaam	Pag. 31
9	Raak het Lichaam aan	Pag. 33
10	Hoor, Ruik en Proef het Lichaam	Pag. 37

III – HET LICHAAM – ALS VOELER

11	Is het Lichaam een object dat voelt?	Pag. 42
12	Pijn	Pag. 44
13	Is je Arm in een bepaalde positie?	Pag. 46
14	Beweegt je Lichaam als de Stoel beweegt?	Pag. 48
15	Beweegt je Lichaam als de Auto beweegt?	Pag. 49

IV – HET LICHAAM – ALS CONTAINER VAN PUUR BEWUSTZIEN

16	Inleiding	Pag. 50
17	De Tent	Pag. 51
18	Ontstaat Puur Bewustzijn vanuit de Hersenen?	Pag. 53

V – DE MIND

19	Inleiding	Pag. 57
20	Denken over een Sinaasappel	Pag. 60
21	Een puur Conceptuele Gedachte	Pag. 62
22	Het geloven van willekeurige Conceptuele Gedachten	Pag. 65
23	Het Geheugen – Herinnering aan het Ontbijt	Pag. 67
24	Het verschil vinden tussen Mentale Objecten	Pag. 69
25	Gelijktijdige Ervaringen	Pag. 71
26	Vuurwerk – Samenvatting Mentale Objecten	Pag. 73
27	Mentale Structuren	Pag. 76
28	Het verifiëren van het Onderbewuste	Pag. 78
29	Het verifiëren van de Keuzefunctie	Pag. 81
30	Is Aandacht iets dat we kunnen Doen?	Pag. 83
31	Mindsets	Pag. 85
32	Het verifiëren van de staat van een Actieve Mind	Pag. 86
33	Het verifiëren van een slecht Humeur	Pag. 87
34	Het geluksgevoel van de Diepe Slaap	Pag. 90