

## **De Tao van Cognitieve Dissonantie**

In de oude wereld geloofden mensen  
dat zij altijd rationeel handelden.

Dus dachten zij:  
dat hun overtuigingen waar waren,  
hun keuzes logisch waren  
en hun gedrag klopte met wat zij diep vanbinnen voelden.

Maar hoe langer de meester observeerde,  
hoe vaker hij zag  
dat mensen zichzelf tegenspraken  
zonder het te beseffen.

Toen vroeg een leerling aan de meester:

“Wat is cognitieve dissonantie?”

De meester nam hem mee  
naar een man  
die voortdurend sprak over gezondheid  
terwijl hij langzaam zichzelf vernietigde.

“Waarom verandert hij niet?” vroeg de leerling.

De meester keek rustig naar de man.

“Omdat waarheid soms pijn doet  
wanneer zij botst met het beeld  
dat iemand van zichzelf heeft.”

De leerling werd stil.

Daarna liepen zij door een grote stad.

De leerling zag mensen:  
spreken over liefde  
maar leven vanuit ego,  
spreken over vrijheid  
maar slaaf zijn van verlangens,  
spreken over waarheid  
maar boos worden zodra zij geconfronteerd werden.

Iedereen wilde zichzelf zien als goed, bewust en redelijk.  
Bijna niemand wilde werkelijk kijken  
naar de tegenstrijdigheden in zichzelf.

"Waarom vermijden mensen die confrontatie?" vroeg hij.

De meester nam twee stukken hout  
die tegen elkaar begonnen te schuren.

"Wanneer overtuiging en werkelijkheid botsen..."

Hij keek naar de vonken tussen het hout.

"...ontstaat innerlijke spanning."

De wind streek zacht door de straat.

"Maar meester... waarom verdedigen mensen zichzelf dan zo fel?"

De meester keek naar een spiegel  
waarin iemand alleen het licht probeerde te zien.

"Omdat het ego liever een comfortabele illusie beschermt  
dan een pijnlijke waarheid onderzoekt."

De leerling dacht lang na.

"Dus cognitieve dissonantie maakt mensen blind?"

De meester schudde rustig zijn hoofd.

"Nee."

Hij keek naar de opkomende zon.

"Zij is eigenlijk een uitnodiging."

De leerling keek verbaasd.

"Een uitnodiging tot wat?"

De meester glimlachte zacht.

"Tot bewustwording."

Hij wees naar een slang  
die haar oude huid losliet.

"Groei begint vaak  
op het moment

dat een mens eerlijk genoeg wordt  
om zijn innerlijke tegenstrijdigheden te herkennen."

De stad werd langzaam stil in de avond.

Toen sprak de meester:

"De onbewuste mens verdedigt voortdurend  
het beeld dat hij van zichzelf heeft."

Hij keek rustig naar de horizon.

"Maar de bewuste mens durft zichzelf te onderzoeken  
zelfs wanneer dat ongemakkelijk voelt."

De wind bewoog zacht door de nacht.

En voor het eerst begreep de leerling:

dat cognitieve dissonantie  
niet de vijand van bewustzijn is...

maar vaak juist de poort  
waardoor echte zelfkennis begint.

