

## Zonder woorden

Alvorens ik over ga de verschillende typen te beschrijven is het van belang stil te staan bij de manieren waarop wij communiceren en met name onze non-verbale uitdrukkingsvormen. Want de typering van mensen is in hoge mate gebaseerd op gedrag, dus op het non-verbale. Alhoewel de beschrijving van de types zich vooral beperkt tot de eerste presentatie, is het toch van belang te beseffen wat voor een wonderlijk gebied onze non-verbale communicatie is. Eigenlijk is het niet mogelijk om met woorden het non-verbale te omschrijven en ondertiteling bij het gedrag van de non-verbaal sprekende mens, is niet voorhanden. Ons gedrag ‘zonder woorden’ is puur en eerlijk. Behoeften, angsten en heimelijke wensen worden klip en klaar op tafel gelegd. Helaas verpesten de woorden de boodschap meestal. Ook al maken wij ons de boodschappen, door onze eigen onzekerheid, niet altijd bewust, is het de grootste bron van informatie.

Als er geen woorden zijn, bij voorbeeld bij dieren en nog niet sprekende jonge mensjes is het alles direct en zonder omhaal. Evolutionair gezien heeft het non-verbale natuurlijk een veel langere geschiedenis dan de woorden. De woorden hebben het niet overgenomen maar zijn een soort versturende aanvulling of geven een geweldige verdieping van de relatie. Als we spreken over onze diepste wensen en angsten dan is dat niet alleen een uitnodiging aan degene die luistert om ook open te zijn maar ook een cadeau van bijzondere kwaliteit. “Zonder woorden’ is een spannende wereld als ‘daten in het donker’ voorzichtig aftasten want je weet nooit wat je aanraakt. Het lijkt wel of mensen iets van hun hart of ziel onthullen. Iets wat we met woorden maar zelden doen als we iets ontvangen van de immense wereld die we non-verbaal noemen. Het zien van een schildrij, het horen van muziek, de emoties van andere mensen raken ons diep in de ziel en laten ons weten dat we ook in een wereld leven die los is van het materiele.

Ongeveer tachtig procent van onze communicatie is non-verbaal, dus moeten we onze zintuigen maximaal leren open te zetten om te verstaan wat mensen eigenlijk zeggen. Ik reken woorden die in een onbewaakt moment zijn uitgesproken ook tot het non-verbale. De woorden hebben een groot non-verbaal deel omdat woorden nooit precies de boodschap uitdrukken. We hebben te maken met het betekenis overschot van woorden. Bijvoorbeeld het zinnetje, ‘Ja hoor, je hebt gelijk’, Kan betekenen dat de ander gelijk heeft maar ook het tegenover gestelde. Het hangt van de intonatie af. Dan zijn er de woorden die als symbool worden uitgesproken waaronder zich iets anders bevindt.

Rav Kook schrijft in zijn boek ‘The essential writings of....’

Het volgende:

‘The pure, natural state of man’s soul can be recognized with a profound and probing analysis when the person is still small, in the period of his childhood, when his soul has not yet been contaminated by the fermenting passion of the tumult of life.’

Achterlijk gedoe. In het begin van ons leven zijn wij onvankelijk, open en direct en ligt onze hart en ziel op de tong en dan vervuult alles. Begrijpelijk, aan de borst, dat gaat nog, opvolgmelk, crèche, wat mag en niet mag, krijsende televisie programma’s, opgewonden reclameboodschappen, vakantieparken, wat je op school wel aan kan en wat niet, met vijftien kan je geen maagd meer zijn, gehoorbeschadigingen in de disco, zorgen dat je als eerste weg komt van het stoplicht, het geschreeuw van mijn baas, mijn carrière... en alles betekent iets. Onze gedragingen, die steeds weer boodschappen inhouden, vliegen ons om de oren.

Non-verbaal noemen we deze wijze van communiceren. ‘Zonder woorden’, heeft geen eigen naam, het sluit slechts de woorden uit. Kennelijk is het te gecompliceerd, te veel omvattend om het communicatieveld met uitsluiting van de woorden een eigen naam te geven. Dus alles wat we doen, wat we produceren, de manier waarop we bewegen, de wijze waarop we de ander een hand geven, onze zinsbouw, de uitdrukking op ons gezicht, hoe we de ander aanraken, het huis waarin we wonen tot aan de jas die we dragen, alles draagt een boodschap in zich. Om gek van te worden. Is de boodschap voor mij bestemd? En vooral wat houdt de boodschap in en als ik reageer op het gedrag van de ander, hoe groot is dan het risico dat ik de boodschap heb misverstaan? Allemaal onzekerheden die ons de hele dag omgeven.

Zeventien jaar jong en op vrijers voeten. De directe benadering, ‘ik ben verliefd op jou’, ‘Wil je mijn vriendin worden’, was in die tijd taboe. Alles ging zonder woorden. Lopend op het strand raakte ik het pinkje aan van het begeerde meisje, per ongeluk natuurlijk. En ze haakte, tot mijn opluchting en geluk, in. Zo was onze prille relatie bezegeld. Hoe het verder zou gaan, lag in mijn onwetendheid van de toekomst maar de eerste stap was gezet.

Een groot misverstand vond plaats in het begin van de zeventiger jaren van de vorige eeuw. Het was de tijd van de minirokken. Meisjes die zich voorover bogen stonden al heel snel in hun onderbroek. In een grootwinkelbedrijf werd dan ook geleerd hoe decent door de knieën te zakken om iets op te rapen. In die tijd waren er veel zogenaamde ‘gastarbeiders’ uit Italië en uit Turkije. Een Turkse man, komende uit een totaal andere cultuur, kon de boodschap niet weerstaan van de onthulling van het achterdeel van een bedienende dame en greep toe. Onder het tumult van het huilende slachtoffer en scheldende toeschouwers, werd de misleide man uit de winkel gezet. Tja, het kan verkeren.

Non-verbale communicatie stamt uit verschillende bronnen. Uit onze authentieke kant, vaak onbewuste behoeften. We drukken uit wat we ons wensen maar doen dat meestal zo dat het eerder een mogelijke indicatie is dan een heldere boodschap. Want het uiten van een wens aangaande de ander kan ook worden afgewezen hetgeen een pijnlijke situatie kan veroorzaken. We zijn dus bang om duidelijk in woorden te zijn. Hoe groter de angst des te onduidelijker we worden. Ook reageren wij uit onze neurotische ervaringen. Het meisje uit de

winkel die onzedelijk betast werd, zal misschien de rest van haar leven over haar schouder kijken of er niet iemand aankomt die haar te na komt ondanks haar basale behoefte om aangeraakt te worden. Dus zien we uitvergroete afweer reacties die niet in verhouding staan tot de actuele daad.

Bijvoorbeeld als iemand met deze nare ervaringen een vriendschappelijke hand op de schouder krijgt, kan de reactie de vorm van een vlucht aannemen, bijvoorbeeld, achteruit stappen of zelfs een agressief afschudden van de hand waarvan de ander helemaal niet begrijpt wat er aan de hand is.

Er is een kant aan het non-verbale die van grote schoonheid is. Tijdens het Nieuwjaarsconcert uit Wenen werd een deel uitgevoerd met een ballet. Het thema en inspiratiebron was het schilderij van Klimt, 'de kus'. Twee mensen, man en vrouw gewikkeld in een goud en zilverkleurige omhang. Hij kust haar op de wang. Nu het ballet. Deze twee dansers, man en vrouw, laten in beweging hun tedere liefde voor elkaar zien. De feminiene en de masculiene rollen drukken zich uit in levendig en sierlijke lichaamstaal. Open, onthulde genegenheid die het anders zijn uitdrukt, waarbij de erotiek een plaats inneemt die het samen benadrukt en niet seksuele bevrediging. Een levensdans van hoge spiritualiteit, die mij de tranen over de wangen liet stromen. Open overgave, ultieme schoonheid.

Deze kunst is een vorm van non-verbale communicatie waarbij er geen risico van misverstaan aanwezig is. De dansers doen wat ze doen en de toeschouwer ontvangt wat hij ontvangt. Gescheiden. De eventuele verwarring blijft bedekt.

Veel grauwer wordt het wanneer mensen met hun non-verbale communicatie worden geconfronteerd, behoeften en wensen die eigenlijk niet aan de oppervlakte hadden moeten komen. Laat staat besproken kunnen worden. Vaak treden schrikachtige effecten op omdat wens niet alleen zichtbaar wordt maar ook de maatschappelijke ethische onmogelijkheid daarvan. Vrijwel onmiddellijk treedt ontkenning in van het beweerde. Verkeerd begrepen en de schuld komt bij de ander te liggen. Dat heb ik nooit gedaan. Glasharde leugens.

Een dochter met een wens om haar vader te bezitten en met hem seksueel verkeer te hebben, wisselt haar behoefte in en beschuldigt haar vader van verkrachting. De angst verwoest relaties. Alleen het gesprek kan de achterliggende behoefte, die vaak niets te maken hebben met het beweerde, aan het licht brengen. Deze vorm van bewustwording is de enige manier om te helingsproces in gang te zetten. Er is veel moed voor nodig. Omdat de non-verbale communicatie, ook soms in woorden, de ware bedoeling duidelijk maakt en de woorden iets anders zeggen, treedt verwarring op bij de ander. En bij de leugenaar vindt er ontkenning van een stuk van het zelf plaats. Een beschadiging die een leven lang invloed kan hebben op ons leven. En als we maar vaak genoeg de leugen herhalen lijkt het ook nog de waarheid te worden. Dat is niet alleen bij het individu zo maar ook in de politiek. Ik verbaas mij erover hoe politici glas hard staat te liegen en dat met verve doen. Maar ja, dat zijn ook professionals. Alhoewel ik begrip heb voor mensen die door de angst niets anders kunnen dan

liegen, vervult het mij ook met afkeer, ook als ik zelf niet duidelijk ben. Nog een andere vorm is een mix van non-verbaal gedrag en leugens.

Instrumentalisering van non-verbaal gedrag is gedrag met een verborgen agenda. Omdat mijn omgeving vindt dat ik lief moet zijn naar mijn man raak ik hem aan. Dit gebaar moet liefdevolheid uitdrukken maar is van hypocriete allooi. Als we goed kijken en invoelen dan merken we dat dit gedrag niet eerlijk is, wij worden bedrogen. Deze leugens worden vaak tot een onontwarbare knoop die het leven ongelukkig en angstig maakt omdat het altijd mogelijk is dat we met onze leugens geconfronteerd worden. In de meeste gevallen worden dit soort mensen meer en meer gemeden. Want iemand die zegt dat ze een universitaire opleiding heeft en daaraan vast houdt, ondanks het feit dat bewezen is dat ze nooit dit onderwijs heeft genoten, wordt moeilijk in de omgang.

Mijn afkeer heb ik in een gedicht vast gelegd. De (On) in de titel geeft aan dat DE waarheid niet bestaat.

(On)waarheden

Leugens en bedrog

Etalerende holle waarheid

Stalen gezichten

Dodend menselijke waardigheid

Haat en verachting bloeit

Giftig, rottend leven

Hoogwaardige kwaliteit

Misleiding tot kunst verheven.

Elten, 16 december 2011

Ploeterend door de afval van het leven komen we tot de conclusie dat we wat afgestompt zijn en ons slechts met een zucht bezig houden met de televisiegids. Rust, praten met elkaar, luisteren naar de kinderen, met een boek op het balkon zijn activiteiten die voor de meeste mensen niet meer is weggelegd. Veel meer gaat het om de vraag op zaterdagochtend, ‘Gaan we vandaag nog iets ‘leuks’ doen?’ Als de kinderen in de ‘ballenbak’ zijn afgeleverd, een fantastische verblijfplaats voor bacteriën, pies- en poepartikelen, zet de tocht door bergen artikelen in. Artikelen die in het voorjaar vervangen moeten worden zegt de winkelketen. We houden ons bezig met kopen of met wat nog gekocht moet worden.

Heb je dit weekend nog iets ‘leuks’ gedaan. ‘Nee’, we zijn gewoon thuis gebleven.’ ‘Ach, jammer.’ ‘Wij hebben echt ‘leuk’ gewinkeld.’

De vraag is, zijn we nog wel in staat om de fijne nuances van het non-verbale gedrag van de ander op te vangen, om ons te concentreren op de bewegingen, de klankkleur van de stem en wat mensen in en onbewaakt ogenblik zeggen.

We hebben het druk, dat heet nu geloof ik 'leuk druk'.

De vraag is natuurlijk, na al deze informatie mooi en lelijk, en nu. Hoe krijg ik het voor elkaar, om te gaan met de non-verbaliteit van mensen.

We moeten ons egocentrische hoofd leeg maken.

Een professor van een universiteit ging naar een Zenmeester met de vraag, 'Kan u mij zeggen wat Zenboeddhisme inhoud.' De Zenmeester schonk de professor een kopje thee in en schonk zodat de thee over de rand van het kopje liep. De professor riep, 'Wat doet u nu, alles gaat er over heen'. De Zenmeester antwoordde, 'Zo is het met uw hoofd. Het is vol er kan niets meer bij'. 'U dient eerst uw hoofd leeg te maken'.

Luisteren en observeren bedienen zich van dezelfde menselijke kwaliteit. Volledige concentratie op de ander. Als we tijdens de observatie bezig zijn met de angst dat we de opdracht niet krijgen of we bang zijn niet te begrijpen wat de ander zegt of ondertussen bezig zijn met de boodschappen die we nog moeten doen, is het niet mogelijk om als een geweldige antenne open te staan. Dus moeten we onze egocentrische houding afleggen, ook uw eigen belangen! Geen angst zodra het voorbij is komt het belang van het ego weer terug.

Laat u niet in de war brengen door de heftige indrukken die het gedrag van de verschillende typen op u maken. Het is allemaal buitenkant. Lukt het de typen u op het verkeerde been te zetten. Is het een hele klus dat weer recht te buigen. Wat helpt is door te zeggen dat u in war bent. Deze ontboezeming zorgt ervoor dat u tijd krijgt om de innerlijke leugen voor te zijn en terug te keren naar de luister- en observatie houding. Oefenen met uw partner of chef kan heel heilzaam werken en de wonderlijkste resultaten komen aan het daglicht.