

REISGENOTEN

Ingehouden communicatie

deel één — met paarden

INTRODUCTIE

Ik reis tussen twee werelden. De wereld van maatschappelijke opgaven — met haar beleid, complexiteit en de druk om te leveren. En de wereld van paarden — waar beweging zich moment tot moment aandient en niets maakbaar is.

In de blogs die hier staan breng ik die twee werelden samen. De taal die ontstaat is soms ongewoon — omdat het steeds weer een onderzoek is. Hoe geef je woorden aan wat zich tussen die twee werelden afspeelt? Aan wat de paarden laten zien wat wij in onze eigen wereld niet meer zien?

Fijn dat je meereist. Herken je iets, wil je doorpraten of heb je iets toe te voegen aan het onderzoek — laat het weten via reisgenoten@ziggo.nl

DEEL ÉÉN

Ingehouden communicatie

Een moment, verdwaald in gedachten terwijl ik gedragen word door Asathor. Het is warm en we komen op een lang zandpad en vrij onbewust gaat door me heen 'ik stap zo af en loop een stuk'. Een paar meter verder staat Asathor stil, kijkt om en in eerste instantie vraag ik me af waarom. Tot ik me de eerdergenoemde gedachte besef en ik word me van twee dingen bewust — hoe afwezig ik was, en dat ik ergens tussen dagdromen en om me heen kijken die gedachte had om af te stappen.

Op een ander moment besluit ik te experimenteren met vragen stellen. Ik sta samen met de paarden om de beurt in de bak. We staan bij elkaar en hebben contact doordat we aandacht voor elkaar hebben.

Dan stel ik een vraag. De vraag ontstaat in mijn hoofd en vindt een plek in mijn lichaam. Bij mij is dat vaak ter hoogte van mijn solar plexus of mijn buik. Verder laat ik de vraag niet gaan. Ik spreek haar niet uit, ik geef geen fysieke aanwijzingen, maar laat haar bestaan in mijn lichaam. Een vraag stellen en haar ruimte geven om in mijn lijf te verblijven.

Dit is de manier waarop paarden met elkaar communiceren. De communicatie begint in het lichaam. Fysieke gedragingen zetten de boodschap enkel kracht bij. In hun wereld zijn wij heel luidruchtig met al onze gebaren, hulpen en opdrachten. Ze reageren veelal niet meteen op ons omdat wij ongevoelig zijn voor dit eerste, stille moment van communiceren.

De vraag is steeds: wil je in beweging komen? Ze maken oogcontact voor ze een antwoord zoeken. Door niet anders te reageren dan met de vraag aanwezig te blijven komt er nog een blik. Asathor draait zijn achterhand naar me toe, tegen me aan, en kijkt om. Dan laat ik de vraag los en hij blijft staan en kijkt voor zich uit. Furda draait juist haar hoofd naar mijn hoofd en biedt haar neus aan. Riddari legt zijn oren plat in zijn nek — dit is zijn nadenkhoofd. Tussendoor kijkt hij me aan.

Het is zo ontroerend om te ervaren dat zij op zo'n, in onze ogen, kleine actie aandachtig en aanwezig reageren. En dat verwondert me. Als ik stilsta bij wat zij ondergaan in het samenleven met ons — met ons luidruchtige, bepalende gedoe. Als ik aan het eind de vraag loslaat komen ze weer bij me staan. Alledrie. Misschien is het mijn eigen nieuwsgierigheid en plezier, maar ik denk te bemerken dat ons contact nog lichter en vrolijker is dan voor we in gesprek raakten.

Dit is deel één van een tweeluik over ingehouden communicatie.

Wordt vervolgd — over ingehouden communicatie in maatschappelijke opgaven.

Ingehouden communicatie

deel twee — maatschappelijke opgaven

DEEL TWEE

Ingehouden communicatie

in maatschappelijke opgaven

In deel één beschreef ik hoe paarden communiceren via het lichaam — stil, aanwezig, zonder opdracht. En hoe ik leer om op dezelfde manier een vraag te stellen. Inhouden zodat er ruimte ontstaat voor beweging.

Werken aan maatschappelijke opgaven vraagt iets soortgelijks. Alleen is het speelveld groter, de druk hoger en de verleiding om te handelen veel sterker.

Een maatschappelijke opgave lijkt soms op een berg hooi. Massief, alle kanten op, geen duidelijk beginpunt. De neigingen zijn herkenbaar — alles doorspitten om te ordenen, steeds dieper de inhoud in graaien, of de hele boel overhoophalen.

Maar het doel is niet een nette hooiberg. Het doel is dat het hooi bij de paarden komt. Dat zij kunnen eten.

In maatschappelijke opgaven verliezen we ons makkelijk in het ordenen en structureren — en vergeten we voor wie we het doen en wat de uitkomst moet zijn.

De reis met de paarden begint met een verschuiving van perspectief — van het ik naar de kudde. Het verandert het beeld. Niet de werkelijkheid ordenen of maakbaar maken, maar haar zien zoals ze is. Zien hoe de opgave zelf beweegt.

Hoe zou het zijn als je de opgave niet als probleem benadert maar als beweging die al gaande is? Wat zie je dan anders? Wat ervaar je anders? Waar wil die beweging naartoe, en waar kun je vanuit jouw positie iets toevoegen?

Die vragen leiden naar andere plekken dan verwacht. Soms is de meest helpende interventie het proces te helpen vastlopen.

In de kudde wordt zichtbaar wat woorden vaak verhullen. Waar energie stroomt en waar ze stopt. Waar iets wil bewegen en waar afscheid nodig is van wat niet langer dient.

Paarden leven vooruit — naar de volgende beweging, de volgende plek, het volgende moment. Niet terugkijkend op wat is geweest. In een sessie met mensen die werken aan maatschappelijke opgaven is het te zien als ergens geen levenskracht meer inzit. De paarden komen letterlijk vast te staan aan de grond en zien eruit alsof ze diep in slaap zijn. Dat geeft aan dat wij mensen aan het spreekwoordelijke dode paard aan het trekken zijn. Dat geeft ons ook richting in wat we los kunnen laten of waar we afscheid van kunnen nemen.

Misschien is dat de reis. In de kudde, via het eigen lichaam, stap voor stap anders leren kijken. Voor iedereen die ervaart dat de huidige manier van werken niet langer volstaat.

Dit is deel twee van een tweeluik over ingehouden communicatie.

Deel één gaat over ingehouden communicatie met paarden.